

EdUCEM

Instituto Universitario del Centro de México



NOVIEMBRE/DICIEMBRE 2024

CARTA EDITORIAL



Estimadas lectoras y lectores

Nos complace presentarles este nuevo número de nuestra revista, en el que exploramos diversos aspectos clave que impactan directamente la educación y el desarrollo humano en nuestra sociedad. En esta edición, abordamos una serie de temas fundamentales que van desde la capacitación técnica hasta el bienestar emocional y el impacto de la inclusión en el aprendizaje. A continuación, les invitamos a adentrarse en los artículos que hemos preparado, los cuales abordan cuestiones urgentes y relevantes en la educación y la formación social.

Comenzamos con un análisis necesario sobre el Diagnóstico de necesidades de capacitación para el personal operativo mecánico de autobuses en una empresa de transporte urbano por los alumnos J. García R., L. García B., et. al., un sector crucial para el funcionamiento diario de nuestras ciudades. Reflexionamos sobre la importancia de identificar las brechas en las habilidades de los trabajadores y la necesidad de ofrecer programas de capacitación que mejoren tanto la seguridad como la eficiencia del transporte público, un servicio esencial para miles de personas en las urbes.

En otro ámbito, los alumnos S. Velazquez S., L. García B., et al. nos adentramos en un tema profundamente humano: La importancia de la educación inclusiva para adultos mayores. En una sociedad que enfrenta un envejecimiento poblacional acelerado, ¿cómo podemos garantizar que los adultos mayores continúen aprendiendo, desarrollándose y siendo parte activa de nuestra comunidad? Este artículo propone una reflexión sobre la educación como un derecho universal, sin importar la edad, y sobre las oportunidades que debemos crear para integrar a este grupo en el proceso educativo.

Avanzamos hacia un tema que explora la psicología de las nuevas generaciones: Vínculos afectivos y su impacto en el núcleo familiar de las nuevas generaciones de 20 a 35 años,

educados con padres con apego evitativo en la ciudad de Irapuato, Guanajuato. Este estudio las alumnas A. B. Valeria Carballo , C. Erendira b. García G. et. al. nos lleva a comprender cómo las dinámicas familiares y los estilos de apego de los padres afectan la construcción emocional y social de los jóvenes adultos. Reflexionamos sobre cómo estos patrones de vínculo pueden influir en su bienestar emocional y en la forma en que se relacionan con los demás, generando un impacto profundo en la sociedad.

En el ámbito técnico y forense, los alumnos J. L. Santibañez H., L. E. García B., et al. ofrecen una Explicación de la radiografía panorámica dental para estudiantes de áreas forenses. La radiografía panorámica es una herramienta vital no solo en odontología, sino también en investigaciones forenses, pues permite obtener información crucial en casos legales. Este artículo presenta la relevancia de esta técnica para los estudiantes que se preparan para enfrentar los desafíos del análisis forense, contribuyendo a su formación y comprensión de las herramientas diagnósticas.

Por último, cerramos nuestra edición con una reflexión sobre la importancia de mejorar el desempeño académico a nivel primaria. Sabemos que una educación sólida en los primeros años es la base para el éxito futuro de cualquier estudiante. En este artículo los alumnos S. F. Santos G., L. E. García B., et al. exploramos las estrategias que pueden implementarse para mejorar la calidad educativa en las escuelas primarias, garantizando que los niños desarrollen las habilidades fundamentales para su desarrollo académico y personal.

Cada uno de estos temas, aunque diverso en su naturaleza, está interconectado por un hilo común: la necesidad de mejorar la calidad educativa, promover la inclusión y garantizar el bienestar de todos los individuos, sin importar su edad, género o profesión. Este número de nuestra revista invita a todos, desde profesionales del área educativa hasta miembros de la comunidad en general, a reflexionar sobre cómo podemos contribuir a construir una sociedad más equitativa y preparada para enfrentar los retos del futuro.

Les invitamos a leer, reflexionar y participar activamente en este diálogo, con la esperanza de que cada tema aquí presentado inspire el cambio y la mejora continua en nuestras vidas.

Cordialmente

Ing. Patricia Mena Hernández

Rectora

Directorio

Comisión Permanente:

RECTORÍA

Ing. Patricia Mena Hernández

GERENCIA ADMINISTRATIVA

Lic. Mercedes Mena Hernández

DIRECCIÓN ACADÉMICA

Fernando Mendieta Badillo

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR

Lic. Susana López Castelán

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

Ing. Arturo Mena Hernández

DIRECCIÓN DE IMAGEN Y COMUNICACIÓN

Lic. Eduardo Guerrero Rodríguez

DIRECCIÓN DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA

Lic. Juan Santiago Silva Grimaldo

Comisión Editorial:

CUERPO EVALUADOR

EDICIÓN Y CORRECCIÓN DE ESTILO

Dirección académica

DISEÑADOR EDITORIAL

Lic. Manuel Martínez Carabes

DISEÑADOR GRÁFICO

Lic. Manuel Martínez Carabes

ÍNDICE

Diagnóstico de necesidades de capacitación para el personal operativo mecánico de autobuses en una empresa de transporte urbano.

José de Jesús García Ramírez, Laura Elizabeth García Bernal, Alma Blanca del Carmen Gómez Cruz, Miguel Alfonso López Alonso

05

La importancia de la educación inclusiva para adultos mayores.

Salvador Adrián Velázquez Solórzano, Laura Elizabeth García Bernal, Alma Blanca del Carmen Gómez Cruz, Luz Ángel Pérez Armendáriz

10

Vinculos afectivos y su impacto en el núcleo familiar de las nuevas generaciones de 20 a 35 años, educados con padres con apego evitativo, en la ciudad de irapuato guanajuato

A. B. Valeria Carballo Malpica, C. Erendida Berenice García González, Eli Josue Fernández Enriquez

14

Explicación de la radiografía panorámica dental para estudiantes de áreas forenses.

José Luis Santibáñez Hernández, Laura Elizabeth García Bernal, Alma Blanca del Carmen Gómez Cruz, Miguel Alfonso López Alonso

28

La importancia de mejorar el desempeño académico a nivel primaria. Sandra Fabiola Santos Guzmán, Laura Elizabeth García Bernal, Alma Blanca del Carmen Gómez Cruz, Miguel Alfonso López Alonso

32



EDUCEM, INSTITUTO UNIVERSITARIO DEL CENTRO DE MÉXICO, Año IX, No. LIII, es una publicación bimestral, del 1 de Noviembre 2024 al 31 de Diciembre 2024, editada por el Instituto Preuniversitario Motolinía de León A.C. Domicilio Blvd. Adolfo López Mateos 303, Centro, León Guanajuato, C.P. 37000, teléfono (01800) 890-8236 Exts. 155 y 121, página web <http://educem.digital/> y <https://educem.mx/>, Editor Responsable: Lic. Karla Patricia Barrios Mena, rectoria@educem.mx Reservas de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2016-012013502600-102, ISSN No. 2448-6477, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número, Rectoría, Ing. Patricia Mena Hernández, Blvd. Adolfo López Mateos 303, Centro, León Guanajuato, C.P. 37000, fecha de última modificación, 1 de Noviembre 2024. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización del Instituto Universitario del Centro de México.



DIAGNÓSTICO DE NECESIDADES DE CAPACITACIÓN PARA EL PERSONAL OPERATIVO MECÁNICO DE AUTOBUSES EN UNA EMPRESA DE TRANSPORTE URBANO

**José de Jesús García Ramírez; Laura Elizabeth Garcia Bernal;
Alma Blanca del Carmen Gómez Cruz; Miguel Alfonso López Alonso
Instituto Universitario del Centro de México, León, Guanajuato**

RESUMEN

En el presente artículo se planteará la importancia de la capacitación para mecánicos en autobuses de transporte. En este tema se deben abarcar una amplia gama de áreas técnicas y de habilidades blandas para garantizar que estén bien equipados en conocimientos y herramientas para mantener y reparar los autobuses de manera segura y eficiente. Capacitar a los mecánicos de autobuses no solo es importante para

garantizar la seguridad y el funcionamiento adecuado de los autobuses, sino que también puede tener un impacto positivo en la eficiencia operativa y los costos a largo plazo de una empresa en sus activos de transporte. Lo que se considera más importante en este punto, es que se transportan pasajeros, se transportan vidas y todas estas personas tienen familias, hermanas, hermanos, hijos, hijas, padres, compañeros de escuela o trabajo que los esperan.

Abstract

This article will discuss the importance of training for mechanics in transport buses. This topic should cover a wide range of technical and soft skills areas to ensure they are well equipped with knowledge and tools to maintain and repair buses safely and efficiently. Training bus mechanics is not only important for ensuring the safety and proper operation of buses, but can also have a positive impact on a company's long-term operational efficiency and costs on its transportation assets. What is considered most important at this point is that passengers are transported, lives are transported and all these people have families, sisters, brothers, sons, daughters, parents, school or work colleagues waiting for them.

Palabras claves: Capacitación, educación, mecánicos, autobuses, transporte, mantenimiento preventivo y/o correctivo, habilidades, seguro, eficiente, pasajeros.

Keywords: Training, education, mechanics, buses, transportation, preventive and/or corrective maintenance, skills, safe, efficient, passengers.

DESARROLLO

Una capacitación continúa utilizando temas actualizados para mecánicos de autobuses es muy importante y crucial para garantizar la seguridad de los pasajeros y el correcto funcionamiento de los autobuses. Se deben de tomar muy en cuenta que se transportan personas y no artículos varios, se analizan y se revisan estos puntos que es donde se debe trabajar a profundidad el problema, de alguna forma se debe garantizar que los técnicos operativos mecánicos, eléctricos, etc., estén debidamente capacitados en las tecnologías actuales de los autobuses que se están trabajando dentro de la empresa y lleven una actualización adecuada de todos los componentes de los motores y sus refacciones, además de esto deben de trabajar capacitaciones en habilidades blandas, para que los técnicos mecánicos obtengan herramientas de empatía y conciencia para de esta manera conozcan la importancia de por qué los autobuses deben estar a punto y listos para trabajar las jornadas o los horarios de trabajo. Un mantenimiento y reparación deficiente puede poner en riesgo y peligro la seguridad del conductor y de los pasajeros, así como la vida

útil del autobús ya que es un activo de la empresa. La capacitación adecuada garantiza que los mecánicos estén equipados de conocimientos técnicos para identificar y solucionar problemas de seguridad en los autobuses. (John_c_maxwell_lider_de_360_grados, n.d.)

Debemos apostar en capacitación, si tenemos mecánicos debidamente capacitados estos pueden ayudar en realizar mantenimientos o reparaciones de manera más rápida, fluida y eficiente, con esto se puede garantizar que el tiempo de inactividad del autobús se puede reducir y con esto muy posiblemente aumenta la productividad y los ingresos de la empresa. Tomar en cuenta la inactividad de un autobús es de suma importancia ya que tiene un impacto alta mente significativo en la rentabilidad del negocio. Un autobús parado se traduce fácilmente a tener el dinero invertido sin ningún movimiento, es decir, no se genera ninguna utilidad y conforme pasa el tiempo la depreciación del activo va en aumento. (Maxwell, n.d.)

La idea o planteamiento del problema surge a falta de capacitación de mecánicos, el objetivo de la capacitación continua en temas específicos ayudara a reducir o eliminar accidentes en vialidades de tránsito y a su vez puede ayudar en aumentar los beneficios económicos de la empresa, así como disminuir la rotación de mecánicos. (Manuel & López, n.d.)

Los problemas detectados son, porcentaje de accidentes en la ciudad en tránsito, con lesiones o muerte de personas, porcentaje de accidentes de tránsito con daños o impacto en pérdidas de activos materiales, daños al medioambiente, alto porcentaje en consumo de lubricantes y combustible, desgaste prematuro de refacciones y del mismo motor y desorden vial y congestión en las avenidas de la ciudad por descomposturas. (Antonio & Cebrián, 2016)

Algunas soluciones propuestas para trabajar y tratar de mejorar en estos temas son: capacitaciones necesarias en mantenimiento preventivo de los autobuses, refuerzo y entrenamiento en manejo económico de refacciones, mejoramiento continuo en proceso de reclutamiento y selección a mecánicos y capacitación en manejo técnico a operadores de autobuses. (Alles & Ediciones Granica S.A, n.d.)

Enseguida se enuncia la descripción de algunos puntos o temas clave en donde los mecánicos de auto-

buses pueden o deben y necesitan ser capacitados: Diagnóstico rápido y reparación de fallas o averías: Es sumamente importante que los mecánicos estén debidamente capacitados para diagnosticar y dar solución a una amplia variedad de problemas mecánicos, eléctricos y electrónicos que pueden surgir en los autobuses, desde problemas en el motor, sistemas de frenos, transmisión, suspensión, entre otros.

Mantenimiento preventivo: Los mecánicos deben estar capacitados para realizar de manera minuciosa inspecciones regulares, provocando así un mantenimiento preventivo en los autobuses para identificar y solucionar posibles problemas futuros antes de que se conviertan en fallas o daños mayores. Los autobuses son vehículos muy complejos que requieren una atención de mantenimiento regular para garantizar su rendimiento óptimo y de esta manera prolongar su vida útil. Los mecánicos capacitados, identifican y solucionan para prevenir problemas mayores, lo que ayuda a disminuir costosas reparaciones y tiempos de inactividad del mismo autobús. (MANUAL PARA CONDUCTORES, n.d.)

Sistemas electrónicos y de control: Hoy en día en los autobuses se encuentran con una creciente complejidad en los sistemas electrónicos en modelos modernos, los mecánicos necesitan capacitación actual y constante en la lectura y comprensión de diagramas eléctricos, así como en el diagnóstico y reparación de problemas relacionados con sistemas de control electrónico, como el mismo sistema de gestión del motor (ADM – computadora), ABS (sistema antibloqueo de frenos), y sistemas de entretenimiento y seguridad (bloqueo de puertas).

Seguridad e inspección de regulaciones: Se Considera importante que los mecánicos deban estar al tanto de las regulaciones de seguridad que marca la autoridad (movilidad) para así tener las mejores prácticas, para garantizar que los autobuses cumplan con los estándares de seguridad vigentes y establecidos. Esto puede incluir capacitación en inspecciones rutinarias de seguridad, procedimientos de emergencia y manejo seguro, entre otros temas. Los autobuses transportan a un gran número de personas como pasajeros, por lo que cualquier fallo mecánico puede poner en riesgo la seguridad de todas estas personas y de algunas más con las que se pueda tener un impacto. La capacitación adecuada definitivamente ayudara a prevenir accidentes y garantizar que los autobuses estén

en condiciones óptimas de funcionamiento.

Seguridad de los pasajeros: El mantenimiento oportuno, regular y adecuado de los autobuses ayuda a garantizar que estén en condiciones seguras para funcionamiento, lo que aporta y contribuye a la seguridad de los pasajeros y el mismo operador. Los autobuses bien mantenidos son menos propensos a sufrir fallas mecánicas ligeras o graves que podrían poner en peligro la vida de los pasajeros, del conductor y terceras personas.

Eficiencia operativa: Un autobús que está fuera de servicio debido a problemas mecánicos representa una pérdida de ingresos para la empresa de transporte, además de causar inconvenientes para los pasajeros. Los mecánicos capacitados pueden diagnosticar y reparar rápidamente los problemas, minimizando el tiempo de inactividad y garantizando que los autobuses estén disponibles cuando se necesiten. (Fernandez Gomez, 2016)

Confiability del servicio: Los autobuses son una forma importante de transporte público y privado en muchas partes del mundo. Mantenerlos en buen estado de funcionamiento asegura que puedan operar de manera confiable y cumplir con los horarios y las rutas establecidas. Esto es especialmente crítico para las personas que dependen del transporte público para llegar al trabajo, escuela u otras actividades importantes. Los clientes o pasajeros confían en los mecánicos para mantener sus vehículos en condiciones seguras y confiables. La capacitación adecuada asegura que los mecánicos puedan cumplir con las expectativas del pasajero y proporcionar un servicio de alta calidad. (De México et al., n.d.)

Actualización sobre nuevas tecnologías: Con el rápido avance de la tecnología, los mecánicos de autobuses necesitan capacitación continua y actual para mantenerse al día con las últimas innovaciones en la industria automotriz, como autobuses eléctricos, y tecnologías de seguridad avanzadas.

Cumplimiento normativo: En todas las ciudades, existen regulaciones y estándares específicos que los autobuses deben cumplir en cuanto a seguridad y emisiones. Los mecánicos capacitados deben estar al día con estas regulaciones y pueden asegurarse de que los autobuses estén en conformidad o cumplimiento con las mismas.

Reducción de costos a largo plazo: Se sabe con certeza que la capacitación inicial puede representar un alto costo para la empresa, pero a largo plazo, se puede ahorrar dinero al prevenir costosas reparaciones, reducir en alto porcentaje el tiempo de inactividad de los autobuses y mejorar la eficiencia operativa de manera general.

Atención al cliente en habilidades de comunicación: Se sabe que no siempre se considera parte del entrenamiento técnico, pero es importante que los mecánicos de autobuses también obtengan y estén capacitados en habilidades de atención al cliente y comunicación asertiva y efectiva, ya que a menudo interactúan con conductores y pasajeros.

Preservación de activos: Los autobuses son activos costosos para las empresas de transporte. Se sabe que un mantenimiento adecuado nos ayudara a proteger esta inversión y prolongar la vida útil de los autobuses, para así reducir la necesidad de reemplazarlos con frecuencia.

Una vez descritos y plateados estos problemas y soluciones, se pueden generar algunos escenarios alternos para reducirlos, hablar de eliminarlos es una idea que todos debemos de imaginar, pero es difícil ya que influyen muchas variables de cambio que se salen de las manos de toda empresa, ejemplo, prestaciones y sueldo, generación del personal y rotación de los colaboradores, etc.

Al poder iniciar los proyectos de capacitación y revisando los resultados, entonces se podrán trabajar en el desarrollo de indicadores de resultados que ayudaran en la medición de los avances o resultados que se vayan teniendo conforme pasan los días. Los resultados finales mensuales de los indicadores deben de ayudar a reforzar toda área de oportunidad detectada, para replantear estrategias y continuar con una mejora en beneficio del personal y la misma empresa. (Formación Basada En Competencia Labora, n.d.)



CONCLUSIONES

La capacitación continua no es más que una estrategia interna para educar a los colaboradores y mantenerlos más que cautivos motivados, esta educación, capacitación y motivación ayuda a tener una mejor empatía con los medios y altos mandos de la empresa y fortalece el vínculo de sentirte como en casa, al llegar a este punto se estará desarrollando el compromiso laboral en los colaboradores. Este factor tan importante hace que los colaboradores se involucren más en sus tareas y actividades diarias, mejorando su rendimiento para llegar a los objetivos de la empresa. Un colaborador capacitado y comprometido siente pasión por su trabajo y lo demostrará con el desarrollo de sus actividades y funciones realizando el mayor esfuerzo para que todas las tareas se cumplan de manera garantizada. (Contreras Delgado & Garibay Rendón, 2020)



BIBLIOGRAFÍA

Alles, M.A., & Ediciones Granica S.A. (n.d.). Dirección estratégica de Recursos Humanos: gestión por competencias.

Antonio, J., & Cebrián, A. (2016). MECÁNICA Y ENTRENAMIENTO SIMPLE DEL AUTOMÓVIL.

Contreras Delgado, O. E., & Garibay Rendón, N. G. (2020). Comunicación organizacional. In *Mediaciones de La Comunicación*, 15(2), 43–70. <https://doi.org/10.18861/ic.2020.15.2.3018>

De México, C., Ortiz, C. A., Soledad, D., Martínez, A., Adrián, M., Palafox, E., Claudina, M., Ortiz, A., Katery, M. B., Saldivar, V., Dulce, L., Lara, K. H., Yesenia, T. S. U., & Mora, R. (n.d.). Revista informativa de la Secretaría del Trabajo y Fomento al Empleo y el Instituto de Capacitación para el Trabajo de la Ciudad de México *MOVILIDAD Y TRANSPORTE* Diseño Editorial. <https://www.icat.cdmx.gob>.

Fernandez Gomez, J. M. (2016). Introducción a la gestión de flotas de vehículos Advance Fleet Management Consulting. <https://www.researchgate.net/publication/303864416>

Formación basada en competencia labora. (n.d.). john_c_maxwell_lider_de_360_grados. (n.d.). *MANUAL PARA CONDUCTORES*. (n.d.).

Manuel, J., & López, G. (n.d.). EL PROCESO DE CAPACITACIÓN, SUS ETAPAS E IMPLEMENTACIÓN PARA MEJORAR EL DESEMPEÑO DEL RECURSO HUMANO EN LAS ORGANIZACIONES.

Maxwell, J. C. (n.d.). LO QUE TODO LÍDER NECESITA SABER.



LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN INCLUSIVA PARA ADULTOS MAYORES

Salvador Adrián Velázquez Solórzano; Laura Elizabeth García Bernal;
Alma Blanca del Carmen Gómez Cruz; Luz Ángel Pérez Armendáriz.
Instituto Universitario del Centro de México. León, Guanajuato

Resumen

El mundo evoluciona cada segundo y sus cambios tecnológicos buscan satisfacer las necesidades de la población y una de las principales son la comunicación y la educación, el siguiente documento pretende concientizar sobre la inclusión educativa, la cual busca acercar a grupos vulnerables y dentro de ellos se encuentran los adultos mayores. también explicar la importancia y los beneficios de una buena comunicación entre las personas, también en el tema de la inclusión educativa se busca acercar estas oportunidades a las personas, en especial a los grupos vulnerables y dentro de ellos se encuentran los adultos mayores.

A este sector se le considera que no puede aprender y son excluidos bajo la creencia que no es necesario ampliar el conocimiento.

A esta situación se le suma que durante la vida de un adulto mayor van disminuyendo algunos de sus sentidos, en especial la audición y la vista, esto implica que su comunicación se ve afectada, generando afecciones en lo socio emocional, socio cultural, seguridad, autoestima, desarrollo y que a su vez provoca una menor calidad de vida.

La lengua de señas y el sistema braille son dos medios de comunicación efectiva y afectiva que puede resol-

ver algunas de estas necesidades, ya que su aprendizaje es sencillo y no requiere una formación académica previa.

Aprender estos sistemas de comunicación permite mejorar sus relaciones sociales y establecer vínculos afectivos ya que en muchos casos estos grupos vulnerables sufren de soledad y aislamiento tecnológico y comunicativo por diferentes factores y uno de ellos es su exclusión social.

Palabras claves- educación inclusiva, adultos mayores, exclusión, lengua de señas y braille.

Abstract

The world evolves every second and its technological changes seek to meet the needs of the population and one of the main ones are communication and education, the following document aims to raise awareness and explain the importance, and benefits of good communication between people and in the issue of educational inclusion it seeks to bring these opportunities closer to people, especially vulnerable groups, including the elderly.

This sector is considered unable to learn and is excluded under the belief that it is not necessary to expand knowledge.

Added to this situation is the fact that during the life of an older adult, some of their senses are diminished, especially hearing and sight, this implies that their communication is affected, generating socio-emotional, socio-cultural, security, self-esteem, development and that in turn causes a lower quality of life.

Sign language and braille are two means of effective and affective communication that can solve some of these needs, since they are easy to learn and do not require previous academic training.

Learning these communication systems allows them to improve their social relationships and establish affective bonds since in many cases these vulnerable groups suffer from loneliness and technological and communicative isolation due to different factors, including their social exclusion.

Keywords-. inclusive education, older adults, exclusion, sign language and braille.

INTRODUCCIÓN

Ser un adulto mayor es una etapa natural del ser humano, ya que el envejecimiento forma parte del ciclo de la vida. Nacer, crecer, desarrollarse, reproducirse y morir son los hitos del desarrollo; es precisamente al final de este proceso cuando se comienza a experimentar una disminución en diversas capacidades. A medida que se avanza en la edad, los sentidos se van deteriorando, y esto puede resultar en una situación compleja, ya que muchas personas no están preparadas para vivir esta etapa. La seguridad, estabilidad, movilidad y percepción se ven comprometidas, afectando la autonomía para realizar actividades diarias.

Entre los sentidos que más se reducen están el auditivo y el visual, lo que impacta tanto en las capacidades físicas como emocionales. La autoestima de los adultos mayores puede verse mermada al no poder comunicarse de manera efectiva con su comunidad, amigos y seres queridos. Esta situación genera soledad, aislamiento, depresión, ansiedad y estrés, creando un círculo vicioso del cual es difícil escapar.

La incapacidad para comunicarse provoca ansiedad, ya que poco a poco se deterioran sus relaciones sociales, lo que genera apatía e inseguridad. Muchos temen salir de casa y, en muchos casos, evitan participar en

actividades sociales. Como sus círculos sociales suelen estar formados por personas de la misma edad que enfrentan situaciones similares, tienden a alejarse unos de otros.

Además, los cambios sociales, culturales y tecnológicos generan temor en este sector de la población. El desconocimiento y la falta de habilidades para utilizar nuevas formas de comunicación crean una brecha generacional que les limita. Aprender a usar nuevos dispositivos puede ser complejo y, a menudo, se idealizan las experiencias y conocimientos adquiridos en la juventud. Enfrentar la realidad de que esas situaciones son casi nulas en el presente puede causar rechazo, tanto personal como social.

La percepción de las nuevas generaciones, la cultura actual, los medios de comunicación y los nuevos ritmos de vida les hace sentir que no encajan, que ya no son importantes o que son obsoletos en su participación en la comunidad.

Por otro lado, aquellos adultos mayores que se mantienen activos en su comunicación continúan desarrollando habilidades socioemocionales. Conservan una mayor autoestima, seguridad, actitud positiva y resiliencia ante las situaciones que enfrentan.

Su mentalidad les permite evolucionar junto al resto de la población. Abordan los cambios con actitud y se consideran importantes para los demás, sintiéndose queridos, respetados y valorados por la sociedad, sus seres queridos, amigos y familiares. Permanecen activos en el dinamismo colectivo.

Esto, en general, les aporta beneficios físicos, ya que, al comunicarse y participar en diversas actividades, se mantienen dinámicos, despiertos, joviales y útiles. Reconocen su capacidad para resolver problemas y su potencial como seres independientes y productivos.



DESARROLLO

Inclusión

“La inclusión se ha convertido en una palabra común en diferentes ámbitos del desarrollo de la humanidad” (Plancarte, 2017, p. 213). Sin embargo, “incluir” se transforma en una tarea nada fácil de cumplir, constituyendo todo un reto” (Eug, n.d.).

Partiendo de la complejidad de la inclusión, podemos determinar que es vital para la sociedad mantenerse informada, generando espacios para la comunidad y promoviendo la participación constante de todos los integrantes. A medida que se brindan las mismas oportunidades, se crea una mejor sinergia que conduce a un bien común y a una mejora en la calidad de vida.

Inclusión Educativa

Es importante ser claro al referirse a la inclusión educativa, ya que no solo abarca a personas con discapacidad, sino también a adultos mayores. “La educación inclusiva no se refiere a cómo se educa a un grupo especial de alumnos, sino a cómo se educa a todos. Es decir, la educación inclusiva contempla las necesidades de sus alumnos y reconoce que cuentan con capacidades y habilidades diferentes. Para lograr la inclusión educativa, se debe considerar la conceptualización de la misma y su metodología de manera multidisciplinaria; es decir, entender al individuo y sus necesidades desde diferentes enfoques” (Niembro et al., n.d.).

Analizar la situación que enfrentan los adultos mayores genera la idea de utilizar el sistema de lectoescritura Braille y el lenguaje de señas mexicano para facilitar su comunicación.

Braille: “El sistema Braille no es solo un código especial de lectura y escritura. Es, ante todo, un medio de comunicación alternativo a la visual, que activa mecanismos psíquicos y neurofisiológicos diferentes a los implicados en la lectoescritura convencional a través del sentido de la vista” (Martínez Liébana & Polo Chacón, 2004).

Este sistema permite a los usuarios experimentar a través del tacto, estimulando este sentido. Percibir la vida de esta manera genera beneficios como la memoria corporal, la ubicación espacial, la organización,

la limpieza y la administración. Además, se agudizan los sentidos auditivo y olfativo, mejorando considerablemente las opciones de movilidad, seguridad y comunicación.

El proceso de aprendizaje representa un reto que mantiene a los adultos mayores activos, motivados y proactivos en su objetivo de comunicarse mediante el sistema Braille y utilizarlo en su entorno social.

Este proceso es complejo, ya que requiere dedicación y práctica constante. Se debe comprender que “La lectura Braille es táctil (a través del tacto de los dedos de las manos) y móvil, es decir, propiciada por el movimiento de estas. Tacto y movimiento son, por tanto, los dos factores esenciales que hacen posible la lectura en sistema Braille” (Martínez Liébana & Polo Chacón, 2004).

Durante este proceso de aprendizaje, es fundamental tener en cuenta que “debe ser un método inclusivo que abarque a personas adultas con diversos intereses, edades, ritmos de aprendizaje, tipos y grados de discapacidad visual y auditiva, así como grados de instrucción y niveles socioeconómicos, ya que este colectivo adulto es altamente heterogéneo” (González Areán, 2022).

Por ello, es tan importante crear espacios donde se fomente la educación inclusiva.

Lengua de Señas Mexicana

Otro sistema que puede ayudar a los adultos mayores a mejorar su comunicación es la lengua de señas. Estos son sistemas lingüísticos estructurados y complejos, organizados con secuencialidad, espacialidad y simultaneidad, al igual que las lenguas orales. “La lengua de señas, como una entidad de transmisión oral a través del uso del aparato fonador, y recibida principalmente por un canal auditivo, se vio trastocada ante el descubrimiento de otra lengua natural que empleaba las manos, el cuerpo, los gestos y el espacio señante para ser expresada” (Cruz-Aldrete, 2016).

El proceso de aprendizaje en esta área contempla factores como la atención plena de los sentidos, especialmente la vista, así como el desarrollo psicomotor, siendo este un sistema de comunicación viso gestual.

Tanto el sistema de lectoescritura Braille como la lengua de señas mexicana pueden contribuir significati-

vamente a mejorar la comunicación de los sectores vulnerables, brindándoles la oportunidad de alcanzar una mejor calidad de vida. Esto se enfoca principalmente en aspectos socioafectivos, socioemocionales, socioculturales, inclusión social e inclusión familiar.

Las necesidades de inclusión educativa son una tarea de todos; no se debe dejar que el aprendizaje de estos sistemas de comunicación sea exclusivo para los adultos mayores. Estos sistemas deberían ser universales.

CONCLUSIÓN

Las necesidades sociales son cada día mayores, y resolverlas es tarea de todos los participantes. Con empatía social y programas adecuados es posible generar cambios positivos que conduzcan a un bienestar común.

La educación es el camino principal para solucionar muchas de las situaciones que se viven actualmente. Es prioritario satisfacer las necesidades básicas, entre las que se encuentra la comunicación adecuada. En estos tiempos, donde se lucha por el lenguaje inclusivo, no debemos perder de vista cuál es realmente ese lenguaje: el Braille, la lengua de señas y las lenguas indígenas.

Si deseamos construir una mejor sociedad y lograr un país de calidad que ofrezca una mejor calidad de vida a todos, debemos empezar por ser conscientes de las necesidades de comunicación que existen en la actualidad.

REFERENCIAS

Aldrete, M. C. (2018). Una aproximación al estudio de la adquisición de la Lengua de Señas Mexicana. *Inventio. La génesis de la cultura universitaria en Morelos*.

González Areán, A. (2022). Hacia una nueva metodología didáctica para la mejora del aprendizaje del braille en los adultos de la ONCE. *RED visual: revista especializada en discapacidad visual*.

Martínez-Liévana, I., & Polo Chacón, D. (2004). *Guía didáctica para la lectoescritura Braille*. Madrid: Organización Nacional de Ciegos Españoles.

Moya, E. C. (2019). Hacia una educación inclusiva para todos. *Nuevas contribuciones. Profesorado, Revista de currículum y formación del profesorado*, 23(1), 1-9.

Niembro, C. A., Gutiérrez, J. L., Jiménez, J. A., & Tapia, E. E. (2021). La inclusión educativa en México. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 8(2), 42-51.





VINCULOS AFECTIVOS

Y SU IMPACTO EN EL NÚCLEO FAMILIAR DE LAS NUEVAS GENERACIONES DE 20 A 35 AÑOS, EDUCADOS CON PADRES CON APEGO EVITATIVO, EN LA CIUDAD DE IRAPUATO GUANAJUATO

A.B.Valeria Carballo Malpica, C. Erendida Berenice García González, Eli Josué Fernández Enríquez
Instituto Universitario del Centro de México, León, Guanajuato

Resumen

La presente investigación trata sobre la familia, porque, a pesar de todas las convulsiones que la sacuden hoy, sigue siendo el primer y más importante círculo social de la humanidad, un espacio único para la imaginación, la adaptabilidad y el cultivo de las mentes; el motor del desarrollo regional y el punto de partida para el fortalecimiento de todo tipo de instituciones. Además, en las próximas décadas de este siglo se producirá un cambio de pensamiento: la esfera íntima pasará a ser el lugar de renovación de la esfera política.

En esta investigación se abordarán temas relacionados con los vínculos afectivos frágiles que se viven en

la actualidad y cómo estos están afectando a la familia nuclear. Asimismo, se mostrará que los diferentes tipos de familia (nuclear, monoparental) o el estado civil del individuo tienen efectos significativos en su bienestar, así como también las características socio-demográficas propias de cada uno.

Como se sabe, todo evoluciona; junto con el paso del tiempo, la familia también ha cambiado en diversos ámbitos. Algunos de estos cambios son fáciles de aceptar, y otros no lo son tanto, por lo que es necesario adaptarse y buscar soluciones para afrontar este fenómeno.

Palabras clave: adaptabilidad, apego, cohesión, familia.

Abstract

This research focuses on the family because, despite all the convulsions it faces today, it remains the first and most important social circle of humanity—a unique space for imagination, adaptability, and the cultivation of minds and achievements; the engine of regional development and the starting point for strengthening all types of institutions. Furthermore, in the coming decades of this century, there will be a shift in thinking: the intimate sphere will become the place of renewal for the political sphere.

This research will address issues related to the fragile emotional bonds that are currently being experienced and how they are affecting the nuclear family. It also highlights how the different types of families (nuclear, single-parent) or the marital status of the individual significantly impact their well-being, as well as their own sociodemographic characteristics.

As we know, everything evolves. Along with the passage of time, the family has also evolved in various aspects. Some changes are easy to accept, while others are not. Therefore, it is necessary to adapt and seek solutions to address this phenomenon.

INTRODUCCIÓN

Para la realización del Censo de Población y Vivienda 2020, los hogares se clasificaron en dos grandes categorías: familiares y no familiares. Un hogar familiar es aquel en el que al menos uno de los integrantes tiene parentesco con la jefa o el jefe del hogar. A su vez, los hogares familiares se dividen en nucleares, ampliados y compuestos.

En México, de cada 100 hogares familiares, 71 son nucleares. Estos están formados por la madre, el padre y sus hijos, o bien, por uno de los padres con los hijos. También se considera hogar nuclear a una pareja que vive junta sin hijos. En segundo lugar, 28 son ampliados, lo que significa que son hogares nucleares a los que se suman otros parientes, como tías, tíos, primas, primos, hermanas, hermanos, entre otros. Finalmente, 1 de cada 100 hogares familiares es compuesto, es decir, está formado por un hogar nuclear o ampliado, junto con al menos una persona sin parentesco con la jefa o el jefe del hogar.

Por otro lado, un hogar no familiar es aquel en el que ninguno de los integrantes tiene parentesco con la jefa o el jefe del hogar. Este tipo de hogar se clasifica en hogares unipersonales y corresidentes. De cada 100 hogares no familiares, 95 son unipersonales, lo que significa que están integrados por una sola persona. En cambio, 5 son corresidentes, es decir, están formados por dos o más personas sin relaciones de parentesco con la jefa o el jefe del hogar.

En cuanto a las estadísticas de divorcios, en 2022 se registraron en México 507,052 matrimonios y 166,766 divorcios. Esto indica que, por cada 100 matrimonios, se registraron 32.9 divorcios.



MARCO TEÓRICO

Familia

Una familia es un grupo de personas unidas por el parentesco. Esta unión puede estar establecida de manera legal y social a través de la consanguinidad o mediante vínculos reconocidos como el matrimonio o la adopción. Con el paso del tiempo, la familia ha evolucionado; ya no es la estructura tradicional compuesta únicamente por padres e hijos. Los modelos familiares actuales son mucho más diversos, y los vínculos afectivos entre los miembros del núcleo familiar también han cambiado. En algunos casos, estos lazos se han vuelto más frágiles, mientras que en otros se han fortalecido, dependiendo de cómo se haya criado y educado a cada integrante.

El estilo de vida de las nuevas generaciones ha sido un factor determinante en esta transformación. El trabajo, la escuela, las responsabilidades familiares, el estrés cotidiano y las múltiples actividades diarias han influido significativamente en el funcionamiento de las familias. El matrimonio, en su origen, surgió como un vínculo basado en la biología para proteger a la madre y al niño, y se consolidó entre una pareja heterosexual adulta, con fines reproductivos. La supervivencia de la especie exigía la protección de la maternidad y, posteriormente, de la paternidad, lo que llevó a que la pareja viviera junta. Este modelo ha perdurado, en sus formas centrales y ampliadas, en la mayoría de las culturas alrededor del mundo.

El concepto de familia ha cambiado a medida que la sociedad ha evolucionado, adaptándose a las costumbres, culturas, religiones y leyes de cada país. Durante muchos años, se definía a la familia como un grupo formado por una madre, un padre y los hijos e hijas nacidos de su relación. Sin embargo, con el tiempo, esta definición ha evolucionado y se ha modernizado para abarcar otros modelos de convivencia. Hoy en día, la familia es entendida como un espacio en el que las personas se sienten apoyadas, independientemente de que exista parentesco directo o no. Incluso una pareja sin hijos, o personas que se asocian por motivos afectivos, son consideradas una familia.

Además, en la actualidad, se reconoce a aquellos individuos que, aunque no establezcan vínculos afectivos con otras personas, deciden vivir en compañía de ani-

males como parte de su núcleo familiar. En resumen, la familia ha cambiado considerablemente en los últimos 50 años. El respeto por la ideología de género, la orientación sexual y la inclusión de la comunidad LGBTQ+ han sido factores clave en esta transformación. La estructura familiar ya no responde a la visión tradicional con la que la mayoría de las personas solían identificarse.

La familia es también una estructura que cuenta con normas, reglas y acuerdos. Minuchin (citado por Reyna, 2013) habla sobre las etapas del desarrollo familiar, desde la formación de la pareja hasta el “nido vacío”, cuando los hijos se independizan y crean sus propias vidas. Según este autor, los miembros de la familia interactúan de acuerdo con ciertos requisitos funcionales que organizan la manera en que se relacionan. Estos parámetros incluyen los límites, que determinan quién puede participar en la vida familiar y en qué grado, manteniendo la diferenciación del sistema familiar.

Minuchin identificó varios tipos de límites dentro del sistema familiar:

Límites claros y bien definidos: todos los miembros saben qué esperar y qué hacer.

Difusión: las reglas no están claras ni rígidas, lo que genera una mayor dependencia o intrusión entre los miembros de la familia.

Rigidez: los límites son estrictos, lo que resulta en un desapego entre los miembros.

También existen límites hacia el exterior, que regulan la interacción de la familia con otros sistemas. Además, Minuchin introdujo conceptos clave como:

Jerarquía: la distribución del poder dentro de la familia, no necesariamente por quien grita más, sino por quien mantiene el control y el respeto de los demás miembros.

Centralidad: el miembro sobre el que giran la mayoría de las interacciones familiares, ya sea por razones positivas o negativas.

Periferia: el miembro menos implicado en las interacciones familiares.

Alianzas: uniones entre dos o más personas para obtener beneficios sin dañar a otros.

Coaliciones: uniones con fines de dañar a otro miembro de la familia.

Hijo(a) parental: aquel miembro de la familia que asume un rol parental, lo que impide que se desarrolle plenamente en su rol de hijo o hija.

Minuchin también subraya la importancia de la integración familiar, es decir, lo que implica vivir dentro de una familia y cómo esta estructura puede influir en el comportamiento de sus miembros. En algunas ocasiones, las nuevas formas familiares pasan por alto jerarquías y límites, lo que puede repercutir negativamente en su desarrollo. Es esencial comprender las reglas que deben seguirse para preservar la estabilidad y el bienestar de las nuevas estructuras familiares.

Finalmente, los cambios más significativos en la familia están relacionados con la igualdad de género y el reconocimiento de los derechos entre hombres y mujeres. Estos avances han modificado profundamente los roles de las mujeres en el hogar y en el ámbito laboral, así como su papel como madres y cuidadoras. En el pasado, figuras como Freud consideraban a la madre como la principal responsable del equilibrio emocional de los hijos, pero los cambios en la mentalidad y los valores de la sociedad han alterado este paradigma. Estos cambios reflejan la evolución del concepto de familia y los diversos modelos de convivencia que han surgido en las últimas décadas.

Cambios sociales en la familia

Los cambios acelerados en la estructura y dinámica de la familia han afectado de manera significativa la vida familiar. La transformación de responsabilidades, como la participación laboral de ambos padres, ha alterado los roles tradicionales de proveedor (padre) y ama de casa (madre). Este nuevo contexto ha generado importantes transformaciones que se pueden describir de la siguiente manera:

1. Cambio en la planificación familiar

En la actualidad, se observa un retraso en la planificación familiar, que ha pasado de un rango de edad de 20 a 25 años a situarse entre los 30 y 35 años. La mayoría de las familias planificadas deciden tener su primer hijo en este período más tardío, o bien

optan por no tener hijos, lo cual es igualmente respetable. En muchos casos, esta decisión puede estar influida por los vínculos afectivos más frágiles, ya que los miembros de la pareja no se sienten preparados para asumir una responsabilidad tan importante a largo plazo. Además, las inseguridades personales de los individuos, relacionadas con su estabilidad emocional y financiera, también juegan un papel en este cambio.

2. Cambios en la mentalidad y roles de género

La tradicional concepción de los roles de género dentro del matrimonio y la familia ha evolucionado. La idea de “realización personal” y libertad ha entrado en conflicto con las responsabilidades familiares a medio y largo plazo. El empoderamiento de la mujer ha sido un factor crucial en este cambio, pero también ha generado desinformación y confusión sobre las expectativas dentro de una relación de pareja. Como resultado, las relaciones afectivas pueden verse afectadas por dificultades en la convivencia, lo que a menudo lleva a rupturas prematuras. A esto se le puede denominar vínculos afectivos frágiles, un concepto que resalta la fragilidad de las relaciones en el contexto de las nuevas expectativas de vida (Capulín, 2016).

3. Cambios en el núcleo y la dinámica familiar

Las perspectivas de género contemporáneas reconocen el estatus desigual de las mujeres en la sociedad, lo que socava su papel tradicional como cuidadoras y responsables del hogar. Sin embargo, la promulgación de la Ley de Autonomía Personal y Cuidado de Familiares ha devuelto a las mujeres este rol, aunque separando claramente las responsabilidades familiares de las laborales o estatales. Este cambio ha introducido nuevas exigencias en la coordinación de la vida familiar, privada y laboral, generando conflictos específicos que, en muchos casos, pueden ser abordados mediante la mediación.

4. Privatización de las relaciones afectivas

Desde la década de 1960, hemos sido testigos de un proceso creciente de privatización de la vida cotidiana en los países industrializados. Este fenómeno plantea interrogantes sobre la eficacia de las normas sociales que previamente regulaban la vida privada de los individuos, sometiéndola a un control social estricto en favor de una mayor accesibilidad conductual. En este contexto, las normas sociales han sido reemplazadas por lo que los individuos consideran importante, marcando una esfera de mayor tolerancia hacia

diversas formas de organización de la vida cotidiana.

La satisfacción emocional y sexual de los adultos, que antes se cumplía principalmente a través de instituciones familiares, se ha desplazado a otros ámbitos, lo que ha promovido una mayor libertad en la formación de relaciones personales. Este cambio ha impulsado una mayor igualdad y ha fomentado nociones hedonistas de la familia, donde el bienestar individual se convierte en el fundamento tanto de la pareja como de cada miembro en particular (Rojas, 2021).

Vínculos afectivos

El análisis de las conexiones entre individuos nos permite considerar los factores que influyen mutuamente en sus vidas, incluso cuando no son plenamente conscientes de ello en un momento determinado. Estas conexiones, con efectos profundos y de gran alcance, son fundamentales para la riqueza de sus experiencias. En última instancia, estas relaciones impulsan las interacciones humanas en cualquier ámbito. Entre los sujetos que crean, procesan y llevan a cabo sus deseos y decisiones, existen lazos que permiten unir o alienar sus futuros, a menudo incorporando aspectos que escapan a los lenguajes formales y funcionales que median estas relaciones. Un lenguaje de conexión no describe ni explica la estructura y las funciones de estas relaciones. Al observar estas dinámicas en diversos contextos relacionales, se puede apreciar la complejidad de las influencias que las rodean, así como el poder y la sutileza de su movimiento (Duran, 2015).

En su libro *Modernidad líquida*, Bauman examina la transición del matrimonio a la convivencia, destacando las consecuencias que esta transformación conlleva, incluida la naturaleza efímera de las relaciones modernas y el posible colapso de cualquier forma que adopte la sociedad. Cuando los deseos y las necesidades se agotan, junto con el tiempo y los motivos, las relaciones pierden su fundamento. Si permanecer juntos es el resultado de un acuerdo mutuo y un compromiso compartido, el divorcio se convierte en una decisión unilateral. Uno de los miembros de la pareja puede decidir poner fin a la relación en cualquier momento, lo que debilita significativamente el vínculo afectivo. La vulnerabilidad, la inestabilidad y la incertidumbre son quizás las características más dolorosas de la vida en la modernidad líquida.

Investigaciones recientes sobre las nuevas configura-

ciones familiares y de pareja reflejan adjetivos similares, que subrayan las condiciones específicas de estos vínculos relacionales: inestabilidad, incertidumbre y vulnerabilidad, los cuales caracterizan la naturaleza cambiante de las relaciones humanas. A pesar de las diferencias en los estilos de vida, las condiciones actuales son consistentes con la inestabilidad y volatilidad que definen nuestra historia humana en la actualidad (Bauman, 2005).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la familia como el grupo primario al que pertenece un individuo, compuesto por parejas y sus descendientes. No obstante, la organización reconoce que, a lo largo de la evolución histórica y social de la familia, han surgido diversas estructuras familiares, lo que dificulta su definición exacta. Esta diversidad muestra la relevancia de la familia en los procesos de transformación y en las necesidades del momento histórico-cultural en el que se desarrolla.

El aumento en las tasas de divorcio refleja el declive del sistema familiar tradicional, lo que indica que la sociedad moderna no siempre dispone de los recursos ni la capacidad para intervenir eficazmente en los conflictos matrimoniales. La crisis de la familia tradicional está estrechamente relacionada con el creciente individualismo en la sociedad capitalista. En tiempos pasados, el concepto de familia incluía a padres, hijos, hermanos, tíos y primos, formando lo que se conoce como familia extensa. Esta estructura proporcionaba apoyo emocional y económico durante los momentos difíciles de la vida. En contraste, hoy en día, las familias tienden a reducirse a una pareja nuclear, a veces con uno o dos hijos, lo que refleja una transformación importante en la dinámica familiar.



Tipos de lenguaje de amor

Lenguajes del Amor

Lenguaje del Amor #1: Palabras de afirmación

Una de las formas más poderosas de expresar emocionalmente el amor es a través de palabras edificantes. Como dice Salomón en Proverbios 18:21: “La muerte y la vida están en poder de la lengua”. Los elogios verbales o las palabras de agradecimiento tienen un gran impacto como expresiones de amor. Ejemplos de estas expresiones son: “Te ves bien con esa ropa”, “Cocinas muy bien”, “Gracias por lavar los platos”, “Te agradezco mucho que hayas sacado la basura hoy”, “Estoy orgulloso de ti”, “Eres una persona muy inteligente”, entre otros. Es importante no apresurarse a señalar lo que el cónyuge ha hecho mal, sino enfocarse en afirmar las cosas buenas.

Lenguaje del Amor #2: Tiempo de calidad

El tiempo de calidad se refiere a dedicar momentos específicos y exclusivos para prestar toda nuestra atención a la persona que amamos. En lugar de simplemente ver televisión juntos, se puede apagar la televisión, sentarse en el sofá y conversar cara a cara sobre los temas más importantes para la pareja. También puede ser disfrutar de un paseo, salir a comer o participar en actividades compartidas. Lo esencial es que ambas partes disfruten del tiempo juntas, mostrando que su cónyuge es lo suficientemente importante como para priorizar ese momento. Las cualidades de un buen conversador incluyen la capacidad de hablar y escuchar.

Lenguaje del Amor #3: Regalos

Los obsequios son una expresión de amor que trasciende las barreras culturales. En casi todas las culturas, al hacer un regalo, se expresa: “Estaba pensando en ti y quería hacerte feliz”. El valor del obsequio no radica tanto en su costo, sino en la intención detrás del mismo. Por eso, es fundamental elegir algo que realmente le guste a la persona a la que se le regala. Ejemplos de regalos pueden incluir tarjetas de amor, fotografías con un mensaje especial, obsequios relacionados con sus aficiones favoritas, regalos espontáneos o inesperados, e incluso vales para servicios prioritarios como un lavado de coche o una visita al spa.

Lenguaje del Amor #4: Actos de servicio

Este lenguaje del amor se refiere a realizar las acciones que tu cónyuge valora o necesita. Estas activida-

des incluyen desde cocinar, lavar la ropa o planchar, hasta tareas más específicas como cambiar los pañales del bebé, reparar el fregadero o sacar la basura. Lo esencial es hacer estas tareas con una actitud positiva y proactiva, ya que se consideran una expresión de amor. Este lenguaje es especialmente adecuado para aquellos que prefieren recibir amor a través de la atención y el compartir responsabilidades.

Lenguaje del Amor #5: Toque físico

El contacto físico es una herramienta poderosa para comunicar el amor conyugal. Tomarse de la mano, abrazar, besar y hacer el amor han sido históricamente formas en que expresamos nuestros sentimientos de afecto hacia nuestra pareja. Para algunas personas, la falta de contacto físico puede hacer que sientan que no son amadas, mientras que para otras, el contacto físico les da la sensación de estar completamente amadas y seguras. Como afirma Bauman (2005), aunque algunos hombres encuentran satisfacción en otros gestos de amor, muchos necesitan el contacto físico para sentirse amados.

Familia, Socialización y la Nueva Paternidad

En la sociedad contemporánea, observamos el surgimiento de diversas formas y estructuras familiares en las que las funciones tradicionales de hombres y mujeres se modifican, fusionan y transforman. Con esta multiplicidad de formas, la familia se presenta como una institución construida (y no “natural”, como tradicionalmente se ha creído) que es flexible y resistente. Esta flexibilidad no la hace menos relevante, sino que refleja su capacidad para adaptarse a los cambios socioculturales y económicos sin perder su función esencial: ser un microambiente para la convivencia social, económica y emocional (Cebotarev, 2017).

Los cambios en la estructura familiar se reflejan en las transformaciones de los roles de los miembros de la familia. Este fenómeno será explorado en diferentes niveles de análisis, considerando tanto la familia como grupo y unidad, como las concepciones diversas que la sociedad tiene de la misma. El concepto de familia es complejo y multifacético, y está vinculado a factores políticos, sociales, económicos, entre otros. Un enfoque reciente en estudios familiares es el minimalismo, una corriente etnometodología que parte de la idea de que lo que se entiende por “familia” no es universal, sino que se construye en el día a día de sus miembros (Saldaña Orozco, Cano Guzmán, Peña Valencia & Delfín Ruiz, 2021).

Esta flexibilidad implica que la familia está en constante transformación, ajustándose a las nuevas demandas emergentes de la sociedad. Las relaciones intrafamiliares y extrafamiliares se ven afectadas por estos cambios, ya que los roles y contribuciones de los miembros se ajustan continuamente. Sin embargo, no todas las familias responden adecuadamente a estos cambios. El grado de solidez familiar, conciencia y solidaridad de sus miembros es crucial para determinar cómo se adaptan. La capacidad de adaptación es vital para la supervivencia, pero la falta de ella puede resultar en la desintegración de la familia. A menudo, el cambio es percibido como algo estresante, ya que implica salir de la zona de confort. Sin embargo, algunas familias logran enfrentar estos desafíos con resiliencia, superando las dificultades y fortaleciendo sus lazos.

El Amor y la Crisis de las Relaciones Modernas

En la actualidad, el amor y el enamoramiento están atravesando importantes transformaciones. Especialmente en las parejas jóvenes, se observa una tendencia a romper y reconciliarse con facilidad, lo que pone de manifiesto un patrón de relaciones frágiles. Este fenómeno sugiere que, a pesar de la conclusión de una relación, muchos jóvenes siguen sintiendo un afecto profundo hacia su expareja, tanto en términos positivos como negativos. Esta ambivalencia puede generar un duelo psíquico importante, dificultando la ruptura definitiva (Zaribel, 2022).

La nueva generación enfrenta diversas dificultades al tratar de finalizar relaciones, siendo los temores más comunes el miedo a la soledad, la falta de seguridad emocional y el temor a no volver a sentirse importantes. Estos temores pueden estar relacionados con crisis personales o duelos no resueltos. El compromiso en una pareja implica tanto aspectos conscientes como inconscientes, pero las relaciones actuales tienden a ser más efímeras. El uso de tecnologías como celulares y videollamadas ha hecho que los lazos afectivos sean más frágiles, debido a la falta de contacto físico que genera una mayor intimidad.

Bauman (citado por Zaribel, 2022) argumenta que el ideal de “juntos para toda la vida” ya no es aplicable para las nuevas generaciones. Si bien estas generaciones están ávidas de relacionarse, desconfían de los compromisos a largo plazo, ya que los ven como una carga que podría limitar sus libertades. Los compromisos duraderos, como el pacto de “hasta que la

muerte nos separe”, se han convertido en acuerdos temporales y fácilmente rompibles. Esta falta de disposición a enfrentar dificultades en las relaciones lleva a la formación de vínculos lábiles, que se rompen con facilidad, evitando así el sufrimiento emocional.

La cultura actual, caracterizada por el narcisismo y la “cultura desechable”, fomenta el individualismo y el egoísmo. El lema de “vivir el momento” contribuye a la fragilidad de los vínculos, ya que los jóvenes prefieren evitar el sufrimiento a enfrentar los desafíos emocionales de una relación. Esto se ve reflejado en la “cultura del antiinsight”, que promueve la falta de introspección y evita la responsabilidad emocional. Este enfoque contribuye a una mayor inestabilidad en las relaciones amorosas, generando frustración y decepción (Katz, 2021).

Teoría del apego

Las Naciones Unidas (ONU) solicitaron a John Bowlby que investigara las dificultades que enfrentaron los huérfanos y las personas sin hogar tras la Segunda Guerra Mundial. De esta investigación surgió la teoría del apego, que se define como una explicación de la relación entre las experiencias y las relaciones emocionales en la infancia y su influencia en el comportamiento.

En primer lugar, Bowlby estableció que los niños tienen una necesidad innata de vincularse con su principal figura de apego. Él creía que deberían existir vínculos primarios que sean más importantes y cualitativamente diferentes de otros vínculos. Esta conexión se establece principalmente con la madre, aunque no se descarta la posibilidad de que otros personajes puedan desempeñar un papel secundario. Los comportamientos de los niños están orientados hacia la afinidad con el cuidador, quien responde de manera que genera una interacción mutua.

En segundo lugar, durante los primeros años de vida, el niño necesita cuidados continuos por parte de sus figuras de apego más importantes. Para Bowlby, la interrupción de estas conexiones clave puede provocar problemas cognitivos, sociales y psicológicos en los niños.

En tercer lugar, la separación temporal de las figuras de apego puede causar angustia. Bowlby descubrió que esta ansiedad pasa por tres etapas:

Protesta: El niño protesta cuando la figura de apego se va, y sus llamados de atención tienden a intensificarse.

Desesperación: Las protestas disminuyen y el niño parece desinteresado en su entorno, mostrando una falta de interés por interactuar con otras personas.

Desapego: Si la separación persiste, el niño se relaciona con otras personas de manera que, cuando regresa su cuidador, puede rechazarlo y mostrar signos de ira (Unidas, 1998).

En cuarto y último lugar, Bowlby (citado por Ruiz, 2021) sostiene que la relación de apego entre el niño y su cuidador principal orienta el desarrollo de un patrón de trabajo interno. Este patrón se caracteriza por un modelo de los demás como personas confiables, y de uno mismo como valioso y eficaz en la interacción con los demás. Este modelo guiará el comportamiento social y emocional del niño en el futuro.

Un recién nacido es incapaz de regular sus emociones por sí mismo; por lo tanto, es fundamental que establezca un apego con el cuidador más cercano. La familia es el primer círculo social en el que nos desarrollamos y el que nos prepara para el mundo exterior.

Algunas de las funciones principales del apego son:

Mantenimiento de la proximidad.

Apoyo seguro, desde el cual el niño puede explorar el mundo.

Protección segura, que le brinda consuelo y seguridad ante el peligro o la amenaza.

Ainsworth (citado por Ruiz, 2021) evaluó la calidad del apego en dos aspectos mediante un estudio conocido como "Situaciones extrañas". El objetivo era observar cómo reaccionaban los niños ante sus madres durante eventos estresantes de corta duración, que incluían circunstancias desconocidas, encuentros con personas extrañas y la separación de la madre (Ruiz, 2021).

Tipos de apego:

Apego seguro: El niño confía en los recursos, la ayuda y la comprensión que le brinda la figura de apego en situaciones difíciles. Se siente motivado a explorar. Las figuras de apego son conscientes de las señales

del niño y están listas para responder. El niño expresa tanto emociones positivas como negativas, lo que genera un sentido de pertenencia, autoaceptación y confianza. Los padres responden de acuerdo con el estado emocional del niño y son capaces de identificar sus necesidades.

Apego inseguro huidizo-avoidante: El niño tiende a evitar a la madre y muestra igual o mayor ansiedad en presencia de los padres que en presencia de extraños. Se siente emocionalmente distanciado de los adultos y tiende a vivir sin el amor o apoyo de los demás. Los padres de estos niños suelen mostrar actitudes de rechazo, hostilidad y ansiedad. A menudo, estos padres no saben cómo satisfacer las necesidades de sus hijos, lo que genera rechazo, distanciamiento o la obligación de modificar el estado emocional del niño.

Apego inseguro ansioso-ambivalente: El niño duda de si la figura de apego responderá a sus necesidades. Tras la separación, su madre no lo calma, lo que genera una reacción ambivalente: primero la rechaza y luego busca la conexión. La exploración del mundo puede generar ansiedad y evitar el comportamiento exploratorio. En algunos casos, puede expresar enojo, miedo e incomodidad. Esto suele deberse a la falta de atención por parte de los padres, más que a un rechazo genuino, lo que resulta en una atención fragmentada.

Apego inseguro desorganizado-indiscriminado: Las relaciones con los adultos se vuelven caóticas y cambiantes debido a un comportamiento aparentemente aleatorio y confuso. El niño oscila entre la búsqueda y la evitación. Los padres suelen tener una incompetencia parental grave y persistente, a menudo relacionada con enfermedades mentales crónicas, alcoholismo o abuso de sustancias. La paternidad violenta, perturbadora e impredecible es común. En este caso, se presenta una contradicción importante: si el niño busca afecto, causa ansiedad en el padre; si se aleja, el padre reacciona con hostilidad y rechazo. Los tipos de apego son fundamentales, ya que influyen en el desarrollo del niño, normalizando el tipo de crianza y el apego que reciben de sus padres.

En mi opinión, el desarrollo del niño en familias con vínculos evitativos puede ser favorable o crucial. La formación de apegos se transmite de generación en generación. Muchas personas carecen de las habilidades y conocimientos necesarios sobre cómo comu-

nicarse con su familia, cómo relacionarse o incluso cómo interpretar el lenguaje corporal de los demás. Al no ser conscientes de las fallas familiares, los patrones disfuncionales tienden a repetirse en las futuras generaciones. Este ciclo solo se rompe cuando alguien decide hacer un cambio y trabajar para mejorar su desarrollo personal. (Garrido, 2006).

Apego en la adolescencia

El apego también desempeña un papel crucial en la adolescencia, una etapa de crecimiento donde el individuo se adapta a cambios importantes en su desarrollo emocional y establece una mayor estabilidad. En esta transición, el adolescente experimenta múltiples cambios que lo ayudarán a enfrentar sus problemas y a construir su propia personalidad. En esta etapa, el apego se orienta hacia los amigos, compañeros de clase, vecinos o algunos miembros del círculo familiar. Según la teoría de Bowlby, una familia estable y armoniosa promueve la formación de vínculos emocionales saludables, lo que contribuye a un comportamiento estable y apropiado, buenos logros en el trabajo o la escuela y una buena salud mental. Por el contrario, si la conexión emocional en esta etapa es disfuncional, el impacto en el funcionamiento psicológico y las relaciones sociales del individuo será severo.

Los jóvenes con apego inseguro a sus padres tienen más probabilidades de adoptar conductas riesgosas, como problemas de conducta, dificultades para regular sus emociones y tendencias impulsivas. Por otro lado, los adolescentes con apego seguro a sus padres experimentan una mayor satisfacción, afecto positivo, autoestima más alta y desarrollan mejores habilidades interpersonales. Esto demuestra la importancia de la cercanía de los padres en el desarrollo infantil y cómo el estilo de apego predice la intimidad en las relaciones.

Los noviazgos adolescentes, cuando están basados en un apego seguro, se fundamentan en la confianza, la comunicación, el tiempo de calidad y el entendimiento mutuo. Este apego seguro puede contribuir a la capacidad de tener interacciones positivas con los amigos. En cambio, el apego inseguro en las parejas de adolescentes suele caracterizarse por una sensación de desequilibrio, debido a un miedo al rechazo, abandono o desplazamiento. Esto genera expectativas negativas y problemas emocionales y de comportamiento.

En décadas anteriores, las parejas no podían elegir libremente con quién compartir su vida, ya que su relación era supervisada por los padres, según sus intereses y normas. El objetivo de estas familias era obtener beneficios a través de estos compromisos. Con el paso del tiempo, esta visión ha cambiado, y hoy en día, cada persona tiene la libertad de elegir a su pareja, especialmente si es una elección a largo plazo. Las nuevas generaciones están empoderadas y tienen más libertad para elegir a la persona correcta para su vida, estando más abiertas a los cambios y a expresar lo que quieren o no en su camino. Este cambio es importante porque ya no se nos inculca la idea de quedarnos con la primera persona que nos endulza el oído o con alguien que nuestros padres consideran un “buen partido”. Con estos cambios, también han evolucionado las relaciones interpersonales: nadie quiere exponer sus sentimientos, su autoestima o depositar su confianza en alguien o algo que después podría fallar. Sin embargo, nadie puede prever el futuro, por lo que muchas personas prefieren no intimar para evitar ser lastimados.

Las parejas que se encuentran en relaciones “abiertas” suelen tener en mente esta premisa: cuando uno de ellos empiece a sentir algo más que atracción, será el momento de finalizar la relación y buscar a otra persona. Este ciclo se repite sin asumir la responsabilidad de sus emociones, lo que puede dañar al otro en el proceso. Por esta razón, muchas parejas fracasan en la construcción de una familia, por miedo a salir lastimados por algo que no existe o porque ellos mismos eligen que sea así (Moneta, 2014).



Apegos en las relaciones amorosas

Hazan y Shaver (1987) fueron los primeros en estudiar la relación entre el apego y las relaciones románticas. Estos autores propusieron tres estilos de apego identificados en la infancia (seguro, ansioso-ambivalente y evitativo), que estaban relacionados con lo que asumieron como comportamientos típicos en las relaciones románticas adultas. Los resultados obtenidos por los sujetos fueron los siguientes:

Apego seguro: El sujeto se apega con relativa facilidad a ciertas personas, se siente cómodo confiando en los demás y aceptando su propia dependencia. Generalmente, no le preocupa el miedo al abandono ni teme que alguien se apegue demasiado a él.

Apego ansioso-ambivalente: El sujeto siente que los demás no desean estar unidos a él, está constantemente preocupado por el temor a que su pareja no lo ame completamente o no quiera estar con él, y anhela una unión total con otra persona. Este deseo a menudo lo aleja de los demás.

Apego evitativo: El sujeto se siente incómodo en las relaciones íntimas; le cuesta confiar plenamente en los demás, le resulta difícil depender de ellos y se pone nervioso cuando alguien se intimida demasiado con él. Sus parejas suelen desear una mayor intimidad de la que él se siente cómodo proporcionando.

En definitiva, las personas con apego seguro tienen más autonomía. En ausencia de una pareja estable, son más capaces de atraer y elegir a sus parejas de manera fiel. Tienen una mayor capacidad para la intimidad y la conexión, por lo que, en general, están más satisfechos con sus vidas y relaciones conyugales. Además, si se encuentran separados, tienen más opciones para tomar decisiones correctas y seguras.

Por el contrario, los sujetos con apego ansioso-ambivalente encuentran más difícil desarrollar autonomía. Son menos capaces de elegir socios, se sienten más inseguros y preocupados por los compromisos, y tienden a tener relaciones cercanas que, aunque adecuadas, no son tan seguras, lo que les genera dificultades para romper con patrones tóxicos.

Las personas con apego evitativo, aunque se sienten seguras a nivel defensivo, tienen dificultades con el compromiso y la intimidad. La interacción íntima es mínima. Aunque puedan parecer frágiles o fáciles de

romper, tienden a manejar bien las pérdidas y reconstruir sus vidas.

Este estilo de apego es incierto, pero se caracteriza por una protección emocional y un control de las emociones (Belda, 2020).

La liquidez de las relaciones: huida al compromiso
Zygmunt Bauman destacó que una de las características de la era moderna es la movilidad. Sin caer en el reduccionismo y sin asumir que el mundo social y la vida están completamente inmersos en una fluidez sin sentido, la movilidad puede considerarse una característica parcial de nuestro tiempo. No podemos clasificar el mundo en una sola categoría, pero la movilidad nos ofrece una perspectiva interesante para comprender la dinámica social.

La instantaneidad (eliminación de la resistencia del tiempo y “liquefacción” de la materialidad de los objetos) hace que todo momento parezca infinitamente espacioso. Esta capacidad infinita de capturar el momento elimina los límites de lo que puede extraerse de él, por breve y “fugaz” que sea. El concepto de “largo plazo”, al que aún nos referimos por costumbre, se convierte en un envase vacío que carece de significado. Si lo infinito, como el tiempo, se experimenta de manera instantánea, “tener más tiempo” apenas agrega algo a lo que ya nos ha ofrecido el momento.

En la modernidad “sólida”, la duración eterna era el motor y principio de toda acción; en la modernidad “líquida”, esa duración ya no cumple una función relevante. El “corto plazo” ha reemplazado al “largo plazo” y ha convertido la instantaneidad en el ideal último. La modernidad líquida eleva el tiempo a la categoría de envase de capacidad infinita, pero al mismo tiempo lo disuelve, lo devalúa y lo despoja de su duración.

El amor en tiempos de internet ha generado nuevas formas de relación dentro de la fluidez y la inmediatez. Bauman, en *Amor líquido*, no alcanzó a dimensionar el impacto de las redes sociales sobre la dependencia excesiva, aunque es evidente, por la influencia de los dispositivos, que menciona el impacto de la virtualidad en las relaciones de pareja. Una relación líquida-virtual no está exenta de los problemas de ansiedad e inseguridad que, a veces, son inevitables en los vínculos amorosos (Bauman, 2005).

Los compromisos pierden significado cuando las relaciones dejan de ser confiables y no se espera que perduren, lo que nos lleva a reemplazar parejas por conexiones a través de redes. Sin embargo, una vez que hemos hecho estos cambios, nos damos cuenta de que estabilizarnos se vuelve incluso más difícil (y, por lo tanto, menos atractivo) que antes. Echamos de menos esas habilidades que permitirían que las relaciones se mantuvieran estables.

Estar en movimiento —algo que antes era un privilegio y un logro— se convierte ahora en una obligación. Mantener el ritmo —algo que antes era una aventura vivificante— se transforma en una tarea extenuante. Y lo más importante: esa molesta incertidumbre y esa irritante confusión que la velocidad debería ahuyentar no desaparecen. La facilidad para desvincularse y para rescindir compromisos a voluntad no reduce los riesgos, sino que solo distribuye esos riesgos y las ansiedades resultantes de manera diferente (Velázquez, 2021).

METODOLOGÍA

Se seleccionaron individuos de 20 a 35 años de edad, pertenecientes a la policía municipal de Irapuato, Gto. Se solicitó el consentimiento informado a cada individuo evaluado mediante los instrumentos CAMIR y FACES II. Posteriormente, se recopilaron los resultados y se realizó una correlación entre el estilo de apego, la cohesión, la adaptabilidad y el tipo de relación.

ANÁLISIS

Para el análisis de las variables apego, cohesión, adaptabilidad y tipo de relación, y para conocer la asociación entre algunas de ellas, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman (Rho de Spearman). Los datos fueron procesados utilizando el programa estadístico SPSS versión Statistic 29. Los datos representativos obtenidos a partir de los instrumentos se presentan en tablas, junto con los resultados significativos derivados del análisis estadístico.

Correlaciones no paramétricas

Correlaciones			APEGO	COHESION	ADAPTABILIDAD	TIPO DE RELACION
Rho de Spearman				N		
	APEGO	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	1.000	-.118	-.483**	.201
		N	30	30	30	30
	COHESION	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	-.118	1.000	.301	.016
		N	30	30	30	30
	ADAPTABILIDAD	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	-.483**	.301	1.000	-.281
		N	30	30	30	30
	TIPO DE RELACION	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	.201	-.016	-.281	1.000
		N	30	30	30	30

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

RESULTADOS

Siguiendo el plan de análisis estadístico previamente descrito, se aplicó el coeficiente de correlación de Pearson entre las variables de apego, cohesión, adaptabilidad y tipo de relación. Según los resultados obtenidos en la tabla, se analizaron las relaciones entre las variables y las hipótesis planteadas.

Se observó que la hipótesis nula se confirma: los estilos de apego no influyen en el tipo de relación afectiva ni en el funcionamiento familiar que eligen las parejas. La hipótesis inicial, que sugería que el estilo de apego influye en el tipo de relación afectiva y el funcionamiento familiar de las parejas, se descarta. Los vínculos afectivos actuales y los estilos de apego particulares no afectan necesariamente al núcleo familiar actual, ya que existe variabilidad en los porcentajes de adaptabilidad y grado de cohesión que experimenta una familia.

En cuanto a la hipótesis alterna, también se descarta: el estilo de apego influye en el tipo de funcionamiento familiar, pero no en el tipo de relación afectiva que eligen las parejas. Aunque los vínculos afectivos evitativos tienden a generar poca cohesión, se asocian con mayor adaptabilidad, no todos los vínculos afectivos evitativos presentan estas características. De hecho, se observó una gran diversidad entre los casos, ya que algunos individuos con apego evitativo mostraron una cohesión moderada, alta o muy alta, y variabilidad en la adaptabilidad (ya sea baja, equilibrada o alta).

Interpretación de los estilos de apego

En cuanto a los estilos de apego según la interpretación de la prueba CAMIR-R, se observa lo siguiente:

Una persona con estilo de apego seguro tiende a ha-

ber experimentado sentimientos de cariño, confianza en sí mismo y en los demás.

Un estilo de apego preocupado se asocia con ansiedad por la separación, sobreprotección, miedo al abandono o conductas controladoras.

El estilo de apego evitativo se caracteriza por una postura defensiva en las relaciones interpersonales, con tendencia a la autosuficiencia y la independencia. El estilo de apego inseguro está relacionado con sentimientos de rechazo, carencia emocional o recuerdos negativos de la relación con los padres o cuidadores. Sin embargo, estos estilos de apego no necesariamente reflejan el tipo de familia actual que poseen los individuos. Los resultados de las pruebas de adaptabilidad y cohesión, que analizan el funcionamiento familiar, muestran una gran diversidad. Se observan combinaciones como: caóticas no relacionadas, caóticas relacionadas, estructuradas no relacionadas, flexibles semi relacionadas, entre otras. Esto confirma que aspectos como la solución de problemas (baja o alta), la toma de decisiones (individual o compartida), la retroalimentación (negativa o positiva), las fronteras y límites (rígidas o flexibles), las reglas (implícitas o explícitas) y la disciplina (permisiva o compartida), entre otros, no guardan una relación directa con el estilo de apego infantil ni con las relaciones de pareja actuales, ya sean de unión libre o matrimonio.

Relación con los patrones familiares

Como menciona Garrido (2006), “la formación de apegos puede haberse transmitido de una generación a otra, sin que las personas hayan tenido la capacidad o el conocimiento para hacer conscientes las fallas familiares que adquirieron desde un inicio. Esto puede influir en la repetición de patrones con la familia futura, pero en muchas ocasiones, algunas personas deciden romper con esas cadenas”. Este análisis es relevante en el contexto de los resultados obtenidos, ya que muchos de los participantes decidieron romper con los patrones familiares que se repetían generación tras generación, y los estilos de apego no influyeron directamente en sus relaciones actuales.

Otros hallazgos

En cuanto a los resultados relacionados con el trabajo de Hazan y Shaver, quienes investigaron la relación entre el apego y las relaciones románticas, se observó que:

Para los estilos ambivalentes ansiosos, el sujeto siente que los demás no desean unirse a él, está constantemente preocupado por el temor de que su pareja no lo ame plenamente o no quiera estar con él, y anhela una unión completa con otra persona, lo cual puede alejarlo de la gente. Se encontró que, de un total de 30 personas, seis estaban casadas y presentaban este tipo de apego ansioso o preocupado, con un funcionamiento familiar que mostraba características caóticas y una cohesión no relacionada.

Para el estilo evitativo, se observó que el sujeto se siente incómodo en las relaciones íntimas, tiene dificultades para confiar plenamente en los demás y se pone nervioso cuando alguien se intimida demasiado con él. Sus parejas suelen desear una mayor intimidad de la que él se siente cómodo proporcionando. En cuanto al estilo de apego evitativo y el tipo de relación de pareja, se observó que cinco de 30 encuestados resultaron ser casados, lo que sugiere que algunas personas con apego evitativo no presentan dificultades para comprometerse y pueden mantener relaciones equilibradas o flexibles.



CONCLUSIÓN

En el presente estudio, el objetivo principal fue conocer la influencia de los vínculos afectivos en los núcleos familiares de individuos de 20 a 35 años con características de una relación estable. Para ello, se aplicaron instrumentos basados en el estilo de apego, el tipo de relación y su duración.

En cuanto a los resultados obtenidos en las pruebas y la diversidad entre las variables propuestas, se consideran importantes varios aspectos del trabajo de investigación. No solo aquellos relacionados con el apego, el funcionamiento familiar y las relaciones, sino también otros contenidos que son relevantes para continuar investigando, como los efectos de la comunicación entre los miembros de la familia y sus interacciones.

Se sugiere realizar más investigaciones sobre los vín-

culos afectivos y sus conexiones, ya que puede existir una relación significativa entre las personas que deciden mantener un compromiso y su capacidad de proyectar su futuro en esa dirección.

Asimismo, es fundamental explorar las relaciones de apego seguro, evitativo, preocupado e inseguro en el marco familiar, dada la gran influencia que parecen tener sobre las relaciones afectivas y las representaciones de las mismas.

En la actualidad, vivimos en un mundo acelerado, en una sociedad donde las familias se ven afectadas por cambios significativos, como la modificación de responsabilidades y las transiciones dentro del núcleo familiar. Por ello, es necesario profundizar en el análisis de la estructura y funciones familiares dentro de un sistema, y en la influencia que estas pueden ejercer sobre aspectos como la comunicación, los límites, la toma de decisiones y la solución de problemas.



REFERENCIAS

Bauman. (2005). amor líquido, acerca de la fragilidad de los vínculos humanos. México: fondo de cultura económica.

Belda, C. M. (2020). Influencia entre los tipos de apego y las relaciones de pareja. universidad católica de valencia, 80.

Capulín, R. G. (2016). El concepto de familia en México: una revisión desde la mirada antropológica y demográfica. universidad autónoma del Estado de México, 23(3), 219-228.

Cebotarev, N. (2017). familia, socialización y nueva paternidad. nuevas investigaciones, 21.

Chapman, G. (2019). los cinco lenguajes de amor. libro del mes, 4.

Duran, N. (2015). la salud mental entre las fragilidades y las rupturas de vínculos afectivos. Salud Publica, 143-153.

Garrido, R. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. implicaciones para la salud. revista latinoamericana de psicología, 38(3), 493-507.

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). El amor romántico Conceptualizado como un proceso de apego. Personalidad y Psicología Social, 52(3), 511-524.

INEGI. (2020). cuéntame de México. INEGI.

Katz. (2021). Erotismo, intimidad y amor. compiladora, 76-106.

Martinez, C. B. (2020). influencia entre los tipos de apego y las relaciones de pareja. universidad católica de valenciana, 79.

Moneta, E. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a Jonh Bowlby. Facultad de medicina, 85(3), 165-168.

Reyna, M. J. (2013). Análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas. Scielo, 19.

Rico, D. (2016). Las prácticas de crianza y su relación

con el vínculo afectivo. Revista Iberoamericana de psicología, ciencia y tecnología, 124.

Rojas, O. L. (2021). Mujeres, hombres y vida familiar en México. Persistencia de la inequidad de género anclada en la desigualdad social. Scielo, 2(3), 73-101.

Ruiz, L. (2021). Mary Ainsworth: La madre de la teoría del apego. Psyciencia , 20.

Saldaña Orozco, C., Cano Guzman, R., Peña Valencia, E. J., & Delfin Ruiz, C. (2021). caracterización de los roles familiares y su impacto en las familias de México. Revista Ciencias Sociales, 27(3), 128-138.

Silva, O. F. (2022). Relación entre los rasgos oscuros de la personalidad y el engaño en las relaciones. Psicología, conocimiento y sociedad, 11(3), 127-146.

Torio. (2008). estilos educativos parentales. ediciones universidad de Salamanca, 12.

Unidas, O. d. (1998). informe sobre la salud en el mundo. 5.

Valvidia, C. (2018). la familia: conceptos, cambios y nuevos modelos. la REVUE DU REDIF, 01, 15-22.

Velazquez, E. E. (2021). El amor líquido en las relaciones de pareja: hacia la utopía viable de la alegría del amor. Aproximación desde Zygmunt Bauman y el Papa Francisco. scielo, 28(61), 26.

Zaribel, I. (2022). Psicología sin fronteras. psicología sin fronteras, 4(8), 82.





EXPLICACIÓN DE LA RADIOGRAFÍA PANORÁMICA DENTAL PARA ESTUDIANTES DE ÁREAS FORENSES

**José Luis Santibáñez Hernández, Laura Elizabeth García Bernal,
Alma Blanca del Carmen Gómez Cruz, Miguel Alfonso López Alonso
Instituto Universitario del Centro de México. León, Guanajuato.**

Resumen

La educación se actualiza todo el tiempo, todos los días hay nueva información que se destaca por la importancia para mejorar la vida en todos los aspectos, uno de ellos es la ciencia de la salud. Las investigaciones realizadas por científicos son una tarea que puede durar varios años dependiendo el campo de investigación, así como la tecnología ayuda a facilitar su distribución por varios medios a fin de llegar a cada persona. Las herramientas son útiles cuando las

fuentes son confiables y provienen de revistas, libros, artículos, etc. que son supervisadas y revisadas antes de su publicación, con el objetivo que su contenido y resultados sean sólidos y basados en la ciencia comprobable, plantear una hipótesis y desarrollar una teoría con base a todo aquello que integra la investigación, dando como resultado información veraz y confiable. A continuación, se analiza por medio de una radiografía panorámica dental un área importante de nuestro cuerpo con la finalidad de conocer imágenes radiográficas para identificar puntos anatómicos que

son de gran ayuda en el área dental forense.

La radiografía panorámica dental ayuda a entender las partes anatómicas de los dientes y partes del cráneo desde una vista frontal, como si te vieras en el espejo, con la diferencia se ve a través de la radiografía, entendiendo las partes que no se observa a simple vista. Las diferentes densidades en blancos y negros en las imágenes, es por los tejidos duros o blandos, dependiendo que obstruya el paso del rayo X. Estas estructuras pueden ser dientes, hueso, cavidades o uniones óseas. Se debe comprender que una radiografía sólo proporciona dos dimensiones, ancho y alto en una impresión plana, y debido a ello, no se observa lo profundo, por lo que diferenciar estas dimensiones hará más sencillo interpretar los diferentes puntos anatómicos y sus posiciones, de lo contrario, se identifican anomalías en las imágenes.

Palabras claves: Educación, radiografía panorámica dental, endodoncia, ortodoncia, radiopaco y radiolúcido.

Summary

Education is updated all the time, every day there is new information that stands out for its importance in improving life in all aspects, one of which is health science. Research carried out by scientists is a task that can last several years depending on the field of research, as well as technology helps facilitate its distribution through various means in order to reach each person. Tools are useful when the sources are reliable and come from magazines, books, articles, etc. that are supervised and reviewed before publication, with the aim that their content and results are solid and based on verifiable science, pose a hypothesis and develop a theory based on everything that makes up the research, resulting in truthful and reliable. Next, an important area of our body is analyzed by means of a dental panoramic x-ray in order to obtain radiographic images to identify anatomical points that are of great help in the forensic dental area.

The dental panoramic x-ray helps to understand the anatomical parts of the teeth and parts of the skull from a frontal view, as if you saw yourself in the mirror, with the difference seen through the x-ray, understanding the parts that cannot be seen with the naked eye. view. The different densities in black and white in the images are due to hard or soft tissues, depending on what obstructs the passage of the X-ray.

These structures can be teeth, bone, cavities or bone unions. It must be understood that an x-ray only provides two dimensions, width and height in a flat impression, and because of this, depth is not observed, so differentiating these dimensions will make it easier to interpret the different anatomical points and their positions, otherwise, abnormalities are identified in the images.

Keywords: education, panoramic dental x-ray, root canal treatment, orthodontic, radiopaque, radiolucent.

DESARROLLO

La educación es, sin duda, una de las más importantes instituciones sociales (Delval, 1999). Aprender es una constante en la vida y forma parte de esta sociedad, el estudio y la preparación con base sólida y científica define la veracidad de la información que se dispone al alcance de nuestras manos, las investigaciones son parte de la educación y agrupar varios campos de diferentes áreas para desarrollar un tema es indispensable y facilita su entendimiento. La formalidad y la disciplina son herramientas indispensables en la formación académica, la explicación sencilla, concisa y veraz, es la forma de comunicar aquello que es importante a quien va dirigido. Se viven nuevos contextos comunicativos y hay que adaptar los objetivos de aprendizaje (Cassany, 2021). La siguiente investigación es una interacción de diferentes áreas y su fin es explicar de manera simple el saber interpretar a través de una radiografía panorámica dental imágenes que ayuden a identificar partes del cráneo. La radiografía panorámica dental es una técnica extraoral para examinar el maxilar y la mandíbula de una persona en una sola película (Haring, 1997). Es una herramienta que se utiliza para el diagnóstico en los tratamientos en odontología, pero también se ha vuelto fundamental para otras áreas como la odontología forense, que es el conjunto de saberes que surge al relacionar la odontología con el derecho (Pueyo, 1995). Se puede reconocer a una persona no solo visualmente, sino también por referencias anatómicas que se observan en la radiografía panorámica dental. Al observar las imágenes radiográficas, se puede reconocer tratamientos dentales previos como son: restauraciones con resina o amalgamas, endodoncias, prótesis fijas, ausencias dentales, implantes dentales, terceros molares, etc. Los dientes son resistentes a los agentes

de destrucción como la putrefacción, incineración y corrosión (Rodríguez, 2020). Estos tratamientos no cambian internamente y son fáciles de comparar con una radiografía previa o si no se cuenta con una, referir tratamientos que se han realizado anteriormente. Las imágenes óseas y dentales son únicas en cada persona, como una huella digital, pero también pueden tener alguna variación cuando se hacen tratamientos previos como es la ortodoncia, rama de la odontología que se encarga de los problemas de los dientes y mandíbula (MedlinePlus, 2021), o una endodoncia, rama de la odontología que se encarga de los procesos que se llevan a cabo dentro de la cámara pulpar (Bergenholtz, 2011). Si hay modificación en la posición de los dientes, la endodoncia no tiene ningún cambio. Las imágenes radiográficas se entienden cuando conocemos lo que estamos viendo, conocer lo normal para identificar lo anormal (Iannucci, 2013).

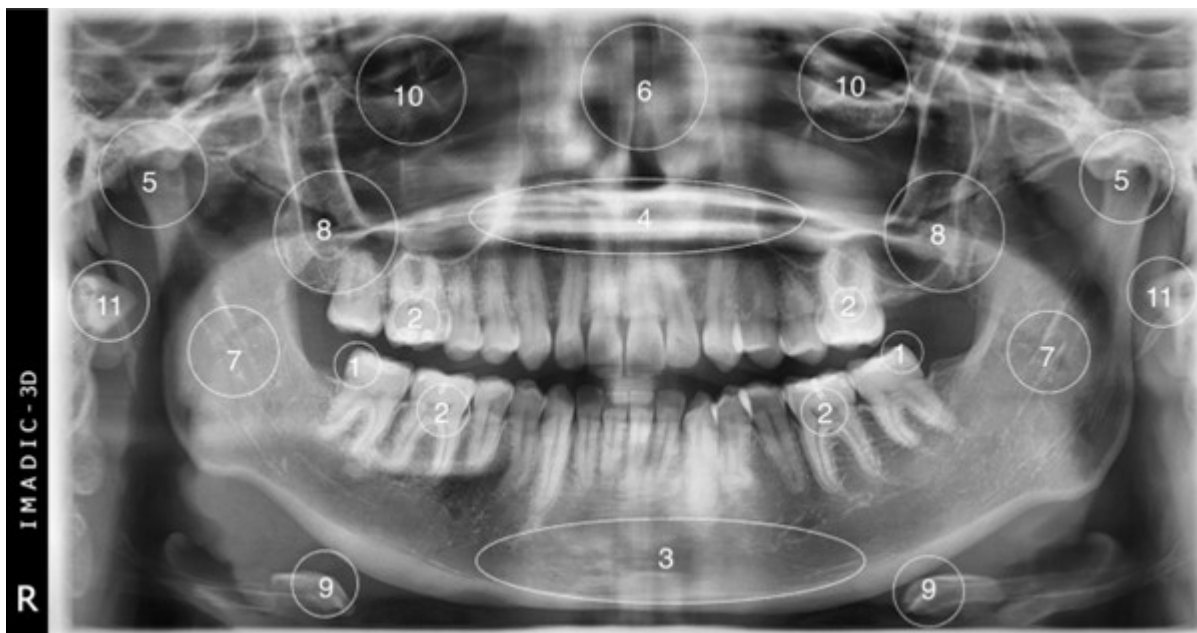
Las sombras radiográficas

-Las zonas blancas o radiopacas de una imagen representan las diversas estructuras densas del objeto, las cuales han frenado completamente el haz del rayo X (Whaites, 2008).

-Las zonas negras o radiolúcidas representan aquellas áreas donde el haz del rayo X ha atravesado el objeto sin ningún tipo de impedimento (Whaites, 2008).

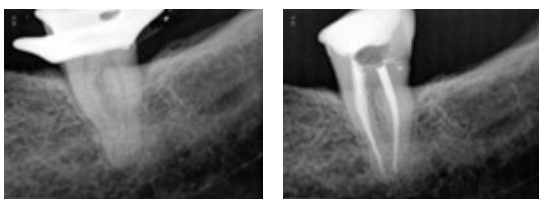
Estas estructuras se pueden identificar porque sus características no cambian, si la persona llegara a perder un diente, su posición poco a poco se modifica, pero no su forma, al igual que las estructuras óseas, ayudando al reconocimiento si se requiriera por cuestiones no identificables a simple vista.

1. **Dientes.**
 2. **Nervio dental.**
 3. **Mandíbula.**
 4. **Maxilar.**
 5. **Cóndilo.**
 6. **Tabique nasal.**
 7. **Conducto del nervio mandibular.**
 8. **Seno paranasal.**
 9. **Hueso hioides.**
 10. **Orbita.**
 11. **Vértebra.**
- (Haring, 1997)



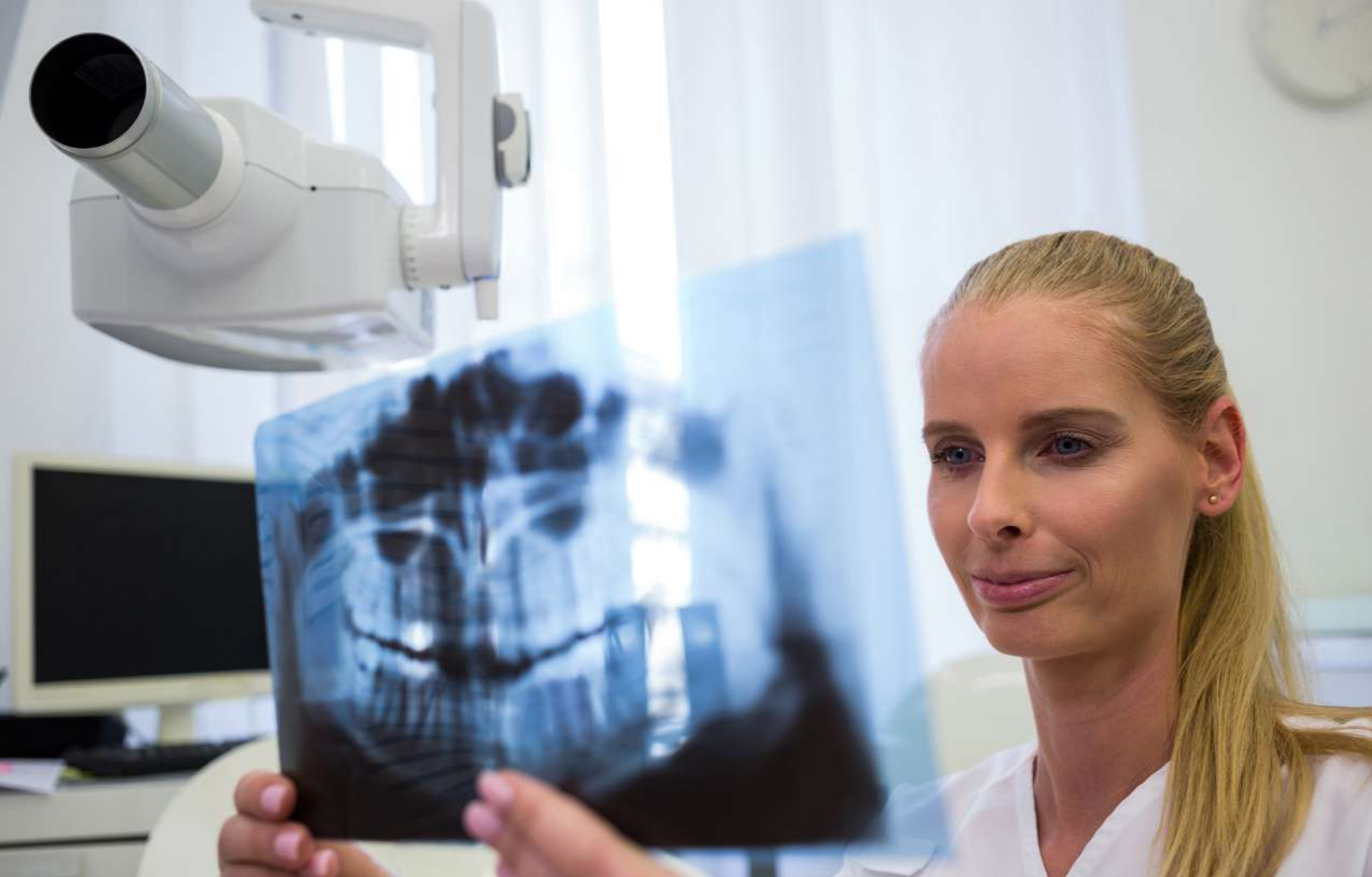
Radiografía Panorámica

Puntos anatómicos



Radiografía de un diente sin endodoncia
diente con endodoncia

El mismo diente antes y después del tratamiento de endodoncia, su estructura no cambia ni las estructuras adyacentes, aquí es donde se identifica que se trata de la misma persona.



CONCLUSIÓN

El saber interpretar lo que se ve en una imagen radiográfica es de gran ayuda en las áreas forenses, con puntos anatómicos simples puede identificarse una persona por sus características dentales, óseas y tratamientos previos cuando no se puede identificar visualmente, siendo de gran ayuda el conocer anatomía simple del cráneo, en específico, la parte mandibular, dientes, maxilar y parte de los huesos de la nariz. Mediante imágenes, se puede entender e interpretar lo que se ve, porque no se puede imaginar algo que no se conoce.

REFERENCIAS

Bergenholtz, Gunnar. (2011). Endodoncia. México: Moderna.

Cassany, Daniel. (2021). El arte de dar clase. Barcelona: Anagrama.

Deval, Juan. (1999). Los fines de la educación. México: Siglo veintiuno editores.

Haring, Joen Iannucci. (1997). Radiología Dental. Ohio: McGraw-Hill.

MedlinePlus. (2021). Recuperado de <https://medlineplus.gov/spanish/orthodontia.html#:~:text=La%20ortodoncia%20es%20la%20rama,Enderezar%20los%20dientes>

Pueyo, Vicente Moya. (1995) Odontología Legal y Forense. Barcelona: Masson.

Rodríguez, Omar Felix. (2020). Odontología Legal y Forense. La Paz: La Paz, Bolivia.

Velayos, José Luis. (2009). Anatomía de la Cabeza para Odontólogos. Madrid: Médica Panamericana.

Whaites, Eric. (2008). Fundamentos de la Radiología Dental. Barcelona: Elsevier España.

Iannucci, Joe M. (2013). Radiología Dental. New York: Amolca.



LA IMPORTANCIA DE MEJORAR EL DESEMPEÑO ACADÉMICO A NIVEL PRIMARIA

Sandra Fabiola Santos Guzmán, Laura Elizabeth García Bernal, Alma Blanca del Carmen Gómez cruz, Miguel Alfonso López Alonso
Instituto Universitario del Centro de México, León, Guanajuato

Resumen

La educación es una parte esencial de cualquier persona, la educación brindará las herramientas necesarias para un mejor desarrollo integral y formativo.

La exigencia para que la educación primaria sea de calidad no es solo por pedirlo, sino que es necesario, se pretende que desde la primaria el alumno tenga herramientas que le permita un desarrollo íntegro y completo.

Es imprescindible que el alumno adquiera de manera adecuada las enseñanzas y la oportunidad de adquirir conocimientos que acompañaran su proceso de formación a nivel primaria.

También una parte importante es la empatía del do-

cente con los alumnos lo cual le facilitará conocer las cualidades, necesidades, fortalezas, debilidades de cada uno de ellos.

Estar emocionalmente bien es parte fundamental para el aprendizaje lo cual alcanzará los conocimientos de acuerdo a su edad.

Aprender es parte de la vida, la educación permite pulir las cualidades que ayudarán a su desarrollo para lograr un futuro con más oportunidades.

Los alumnos obtendrán más oportunidades de aprendizaje si se realizan estrategias para involucrarlos y animarlos para conocer sus propios medios.

Hoy se tiene la oportunidad de contar con las herramientas de la tecnología lo cual permite alcanzar con

mayor facilidad al alumno nueva información, nuevas formas de integrarse con los demás y la oportunidad de acortar distancias.

Hoy en día muchos de los niños y niñas tiene un celular, una tablet y que sin duda saben manejar lo cual puede ser una herramienta de aprendizaje.

Palabras claves

Educación
Enseñanza
Aprendizajes
Estrategias
Empatía

Abstract

Education is an essential part of any person; education will provide the necessary tools for better comprehensive and educational development.

The requirement for primary education to be of quality is not just for asking for it but it is necessary, it is intended that from primary school onwards the student has tools that allow for integral and complete development.

It is essential that the student adequately acquires the teachings and the opportunity to acquire knowledge that will accompany their training process at the primary level.

Also an important part is the teacher's empathy with the students, which will make it easier for him or her to know the qualities, needs, strengths, and weaknesses of each one of them.

Being emotionally well is a fundamental part of learning which will achieve knowledge according to their age.

Learning is part of life, education allows you to polish the qualities that will help your development to achieve a future with more opportunities.

Students will get more learning opportunities if strategies are implemented to involve them and encourage them to learn on their own.

Today we have the opportunity to have the tools of technology which allow the student to more easily reach new information, new ways of integrating with others and the opportunity to shorten distances.

Nowadays, many boys and girls have a cell phone, a tablet, and they undoubtedly know how to use it, which can be a learning tool.



DESARROLLO

En la educación, es fundamental que los alumnos tengan un buen rendimiento escolar y puedan alcanzar los aprendizajes correspondientes a su edad y capacidades. El acceso y ejercicio efectivo del derecho a la educación en México está estrechamente ligado a otros derechos sociales, como la alimentación, la salud y la no discriminación, que son determinantes en el desempeño académico de los estudiantes (García, Ana Karen, 2018).

El gran desafío para los docentes es lograr que se cumplan los objetivos de aprendizaje y que los alumnos adquieran el conocimiento esperado. Para ello, es esencial conocer las situaciones que viven en su ámbito familiar y social, así como los distractores que enfrentan en su día a día. La comunicación con los padres de familia o tutores es clave para obtener el apoyo necesario que impulse el rendimiento escolar.

Esto se traduce, entre otras cosas, en la mejora de las prácticas educativas y en las dinámicas de interacción en la familia y en el aula. La calidad educativa depende en gran medida de estas interacciones y de los esfuerzos de cada institución para abordar estas necesidades (Alicia).

La noción de “desempeño escolar” invita a los docentes a buscar diferentes estrategias que se adapten a las necesidades de sus alumnos, facilitando así el proceso de enseñanza-aprendizaje. La educación es una formación que brinda herramientas para toda la vida, así como experiencias, conocimientos y oportunidades.

Educar es un gran reto, especialmente a nivel primaria, donde los docentes enfrentan desafíos únicos y deben trabajar a su ritmo, teniendo en cuenta la dinámica de cada grupo. La educación debe fomentar la capacidad de los estudiantes para resolver problemas, ser creativos y asumir responsabilidades, preparándolos para asumir riesgos controlados (Gómez Díaz et al., 2022). Los alumnos merecen recibir una educación de calidad que despierte en ellos la iniciativa de buscar información y adquirir conocimiento.

La evaluación es un factor importante para garantizar la calidad educativa. Para que un sistema educativo que busca la calidad cumpla sus metas, es necesario

establecer mecanismos de evaluación que analicen los aprendizajes de los estudiantes, los procesos educativos, el currículo, los docentes y las escuelas (Yzaguirre & México, n.d.). Esto es fundamental para lograr una verdadera educación de calidad.

Es esencial reflexionar sobre la importancia de la educación y la necesidad de mejorarla. La educación primaria tiene un impacto significativo en el desarrollo de los alumnos, y no se trata solo de cumplir requisitos, sino de garantizar un derecho: el acceso a una educación digna.

Sin embargo, la educación enfrenta grandes desafíos, como las discapacidades que pueden tener algunos alumnos, problemas familiares, falta de acompañamiento de los padres y el abandono emocional que afecta su rendimiento escolar.

La didáctica moderna propone un enfoque centrado en el alumno, considerándolo como eje del proceso de aprendizaje. Los docentes juegan un papel relevante en la creación de situaciones de estudio que permitan a todos los alumnos aprender y concebir conocimientos significativos (Carlos, 2012). El docente se prepara para enseñar, motivar y acompañar a los alumnos, reconociendo que cada niño es diferente y tiene sus propias necesidades y circunstancias.

Es fundamental reconocer el apoyo familiar en los estudios para un buen rendimiento académico. Los padres deben entender las características de sus hijos y establecer una relación de cooperación con los maestros para desarrollar un plan de enseñanza integral que vincule escuela y hogar (Nevárez Espinoza, 2022).



CONCLUSIÓN

Conocer las necesidades de los alumnos en el proceso de aprendizaje permitirá a los docentes implementar estrategias adecuadas que faciliten la adquisición de conocimientos según el grado correspondiente. Esto contribuirá a alcanzar los objetivos dentro del aula escolar y a ofrecer una educación de calidad para todos.

La comunicación con los padres de familia es fundamental y necesaria para brindar una educación de calidad. La educación se presenta como la mejor herramienta que los padres pueden dejar a sus hijos para su futuro.

El docente actúa como un instrumento clave en este proceso, facilitando el acompañamiento y el desarrollo de habilidades cognitivas, emocionales y sociales. De esta manera, se contribuye a la formación de excelentes seres humanos.

REFERENCIAS

<https://www.eleconomista.com.mx/politica/Educacion-en-Mexico-insuficiente-desigual-y-la-calidad-es-dificil-de-medir-20181225-0028.html>

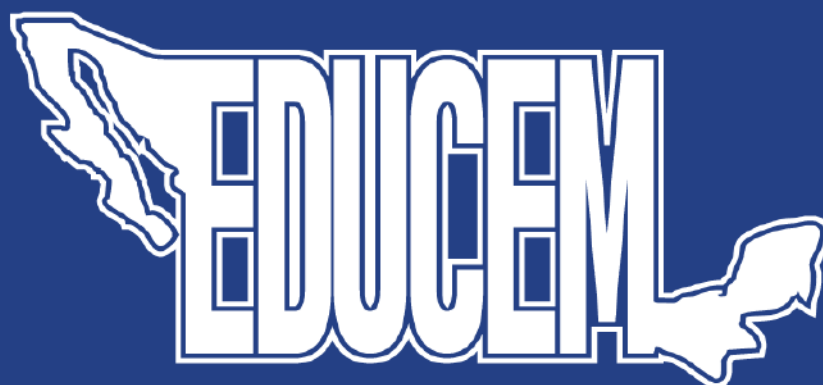
<https://transformacion-educativa.com/importancia-de-la-investigacion-educativa/>

(Nevárez Espinoza Carmen María, 10 de mayo de 2022) (Nevárez Espinoza Carmen María, 10 de mayo de 2022) Pol. Con. (Edición núm. 70) Vol. 7, No 5, Mayo 2022, pp. 735-749, ISSN: 2550 - 682X

CALIDAD EDUCATIVA E ISO 9001-2000 EN MÉXICO Yzaguirre L, México PYzaguirre & México (n.d.)

Formación para el emprendimiento social: una agenda emergente en instituciones de educación superior en México Gómez Díaz M, Mendoza González A, Gómez Díaz A Revista Educación (2022)





**INSTITUTO UNIVERSITARIO
DEL CENTRO DE MÉXICO**