

LA IMPORTANCIA DE EXPRESAR LAS EMOCIONES

PRESENTACIÓN DEL NÚMERO



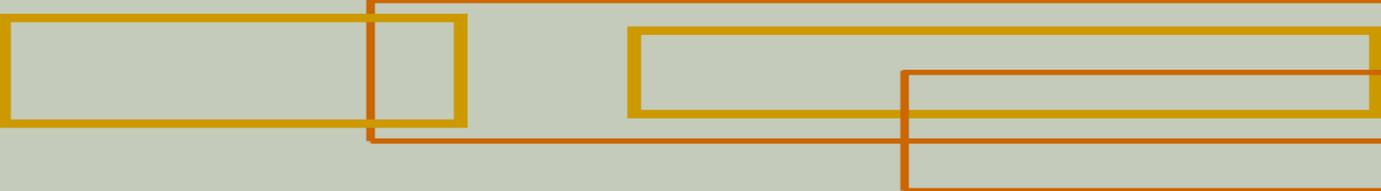
“La importancia de expresar las emociones” es el título del volumen 4 número 1 de la Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja. Como sabemos, las emociones forman parte de nuestro día a día, se hacen presentes en todo momento y de diferentes formas, como por ejemplo; la alegría, la tristeza, el enojo, la serenidad, entre otras, todas ellas fluyen en función de la capacidad que tenga el individuo para expresarlas, en el mejor de los casos esto sucede, y cuando se ocultan o se intenta anularlas se inicia un proceso de alteración emocional que muchas veces desemboca en la afectación de la salud mental, si bien, la Organización Mundial de la Salud ([OMS], 2022), menciona que la depresión y la ansiedad aumentaron más de un 25% en el primer año de la pandemia, así como se vio alterada la capacidad de aprendizaje en los niños y la comunicación, es entonces necesario considerar medidas emergentes que contribuyan a promover la importancia de expresar las emociones. La Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja pretende motivar a los lectores a la reflexión mediante la lectura de lo que nos comparten nuestros autores en el presente número.

Esta vez, se trata de seis artículos que abordan temas de análisis, recomendación y una entrevista a un especialista, dichos profesionistas nos comparten su experiencia, su conocimiento e interés por la psicología a través de un enfoque científico, pero con un dominio claro y accesible

que podrá servir de orientación y guía para aquellos lectores que se identifiquen con las temáticas abordadas.

Iniciamos con la Licenciada Romina Schneider y su artículo titulado ¿Cómo influye la calidad de los vínculos familiares en aprendizaje escolar en el contexto de la Pandemia de COVID-19? La autora nos brinda mediante su texto de *análisis* una concepción de lo que significa la familia y cómo ésta influye en el desarrollo y fortalecimiento de los vínculos o lazos familiares y éstos a su vez, en el aprendizaje escolar. La Organización Panamericana de la Salud ([OPS], 2021), menciona que, aunque los niños no fueron la población más afectada durante la Pandemia por COVID-19 si resultaron perjudicados en el sentido de su educación, ya que millones de ellos alrededor del mundo perdieron por lo menos un año escolar completo, en este contexto, el no asistir a clases y permanecer sentados durante mucho tiempo frente a una pantalla cambia completamente su dinámica de socialización y en este aspecto la familia toma un papel protagónico, la autora nos ofrece un panorama de la forma en que se vivió este fenómeno en la condición emocional y si este factor puede llegar a afectar la tarea de aprender.

El siguiente artículo lo realizaron el Mag. Juan Carlos Carretero y la Lic. Cristina Steconi, titulado “Violencia familiar y sus consecuencias en los niños, niñas y adolescentes” dichos autores analizan el fenómeno de la violencia desde dos perspectivas; la legal y psicológica, tomando en consideración que la violencia aún en pleno siglo XXI sigue siendo una condición que la viven millones de familias en todos los países y muy poco se ha logrado disminuir, afectando de sobremanera a los niños, niñas y adolescentes que viven de forma cotidiana un ambiente hostil y violento, es así que nuestros autores pretenden mostrar desde sus profesiones: Derecho y Psicología un *análisis* teórico de los elementos que se encuentran relacionados proporcionando orientación y guía a quienes suelen padecer de este fenómeno.



El siguiente artículo de *análisis* lo realiza la Mtra. Carla Hernández y lo nombra “Aspectos a reflexionar sobre la pandemia COVID-19 en relación con la práctica clínica y terapéutica”, si bien, el ejercicio de la información es reconocido mundialmente como una práctica libre y de acceso para todos, sin embargo, ¿qué tanto puede llegar a afectar a un ilimitado porcentaje de sujetos que se satura de información? El internet y las redes sociales principalmente fueron muchas veces la vía de obtención de información para los usuarios consumidores de noticias desconociendo la veracidad de éstas y si venían de fuentes confiables generando un desequilibrio emocional y detonando en fuertes crisis de ansiedad y depresión en su mayoría. El presente artículo nos permite reflexionar sobre la importancia de profesionalización en la práctica clínica y terapéutica ante un evento que cambió radicalmente la vida de las personas en todo el mundo.

Continuamos con el último artículo de *análisis* titulado ¿Qué hay más allá del “no aprender”? realizado por Laura Estefanía Barrios, retomando la dificultad que tienen los niños y las niñas para aprender, se realiza un análisis de los diferentes elementos como el maltrato infantil, el nulo acompañamiento familiar, la mala gestión de las emociones, entre otros factores que pudieran estar fluctuando en las vivencias de los niños y que alteran el proceso de aprendizaje, la autora nos ofrece en su artículo una reflexión de todos estos elementos y además una orientación sobre los indicadores de maltrato y violencia desde lo legal.

En la sección de *entrevista* se encuentran las investigadoras Miriam Wlosko de la Universidad Nacional de Lanús y Cecilia Ros de la Universidad de Buenos Aires, quienes han realizado, de manera conjunta, desde hace tres décadas, importantes investigaciones en torno al tema del trabajo, y para platicarnos al respecto fueron entrevistadas por la Dra. Adriana I. Hernández Gómez. El artículo “Trabajo, Salud y subjetividad; una mirada más allá de los riesgos psicosociales” intenta dar voz a todas aquellas poblaciones laborales que existen y la serie de transformaciones que han venido sucediendo, ellas abordan entre otros temas, la importancia de construir genuinos colectivos de trabajo basados en la cooperación, el presente texto enriquecerá muchísimo principalmente a aquellos que se encuentren interesados en el tema del trabajo.

La última sección de *recomendaciones*, la Lic. Candela Armiñana Espejo, de la Universidad de Flores (UFLO), Argentina, nos presenta su artículo de nombre “Acompañando mujeres: guía para mujeres víctimas de violencia”, de acuerdo con un estudio por la ONU Mujeres (2021), en promedio, más de cinco mujeres o niñas han sido asesinadas por sus parejas u otros miembros de la familia, dicho estudio nos presenta un panorama del

incremento de la violencia de género, la autora menciona que la clave para disminuir este fenómeno es *construir redes*, así mismo, nos ofrece una orientación para aquellas mujeres que toman la decisión de presentar una denuncia por violencia de género.

Como podemos ver, este número expone diversos temas que se encuentran relacionados con la importancia de gestionar las emociones y mantenernos informados, estamos seguros de que quienes se tomen el tiempo de leer los artículos les será de mucha utilidad y beneficio, tal y como lo ha sido para los autores quienes tan amablemente nos comparten su experiencia y conocimiento, por eso mismo los invitamos a leer este número de la Revista.

Lic. Dulce M. Velasco Hernández
Editora Técnica