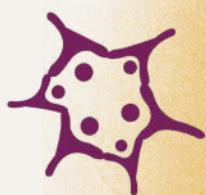


EL ROL DEL PADRE EN LA CRIANZA

Colección *Crianza en familia* | PRIMERA INFANCIA



ASOCIACIÓN CIVIL
RED DE CRIANZA

Fundación
**Navarro
Viola** 

EL ROL DEL PADRE EN LA CRIANZA



CADA FAMILIA ES UN MUNDO

Suele decirse que “cada familia es un mundo”. Y es cierto. Cada familia tiene sus propias creencias, historias y costumbres. Por eso mismo no debería haber recetas ni fórmulas únicas para la crianza, porque cada niño, cada niña y cada familia son singulares.

Hoy ya no podemos seguir pensando en la “familia tipo”: mamá, papá, hijo e hija. **Las familias**

son diversas y los roles están cambiando. Hay familias ensambladas, familias donde solo hay una persona adulta criando, familias con dos papás o dos mamás, familias donde quienes crían son los abuelos, familias adoptivas y un sinfín de posibles combinaciones. La crianza la define el cuidado y la protección hacia niños y niñas.

EL PAPÁ VARÓN

En este cuadernillo nos centraremos en la figura del papá varón porque durante mucho tiempo parece haber sido un rol secundario en la crianza. Hasta hace muy poco era poco frecuente que los padres presenciaran un parto, fueran a la plaza, bañaran a sus hijos e hijas o estuvieran presentes en las reuniones escolares. No podemos ignorar que todavía en muchos hogares sigue siendo de este modo. Es cierto que las condiciones sociales y culturales pueden no colaborar con este cambio necesario. Pensemos que en Argentina los días de licencia por paternidad son escasos y, en numerosas ocasiones, incluso inexistentes.

Además, la figura del padre estuvo tradicionalmente ligada a las reglas, a la autoridad incuestionable, al miedo, a los castigos. Estas versiones de la figura paterna siguen presentes.

Pero también observamos que muchos papás están buscando nuevos modos de paternar.

Modos más amables y más respetuosos, con más tiempo compartido y más presencia en la crianza de sus hijos e hijas. Celebramos que así sea y esperamos que este material los acompañe en su camino.

¿CÓMO CAMBIAR LOS VIEJOS MODELOS?

Una buena manera de empezar a cambiar es:

ENCONTRARSE CON OTRAS FAMILIAS: escuchar las experiencias de otros papás, compartir vivencias y miedos, pensar juntos nuevas formas.

Los grupos de crianza y los talleres para familias pueden ser espacios de encuentro e intercambio.

LA CORRESPONSABILIDAD EN LA CRIANZA

Para ofrecer a niños y niñas ambientes familiares que faciliten el desarrollo físico y emocional es importante que, cuando se trata de dos personas cuidadoras, haya corresponsabilidad en cuanto a la crianza. Esto quiere decir que las tareas de cuidado no recaigan únicamente sobre una persona.

La corresponsabilidad es una responsabilidad compartida entre dos o más, y la crianza es una

responsabilidad muy grande: requiere tiempo, acciones, planificación, decisiones continuas. ¿Cuánto mejor si puede compartirse y no recae en un único cuidador? ¿Acaso no tienen los papás la capacidad de cuidar?

Aunque hablar solamente de responsabilidad es injusto. La crianza, además, puede ser desafiante, divertida y disfrutable.

SER PAPÁ DE UN BEBÉ

¿Sabían que existen estudios que demuestran que, cuando la crianza se encuentra repartida entre dos personas o en situaciones en las que el papá asume el rol de cuidador principal, se producen en él cambios hormonales (e incluso, psicológicos)?

En la actualidad las mujeres trabajan a la par de los hombres y ya no podemos pensar la crianza como una función perteneciente al “universo femenino”. Cada vez vemos más a los papás ir al colegio, leer cuentos, cambiar pañales o salir de compras con sus hijos e hijas.

En los primeros meses de vida un padre puede ofrecer brazos, contacto y seguridad a su bebé. De esta manera, van creando un vínculo único. El bebé va conociendo su voz, su olor, sus formas de comportarse y aprende que papá también lo puede calmar, contener y acunar.

¿CÓMO EL PAPÁ PUEDE FACILITAR LA LACTANCIA?

A veces pasa que los padres sienten que “no pueden hacer nada” porque su bebé pasa mucho tiempo tomando teta. Y si bien es cierto

que el papá no puede amamantar, sí puede hacer un montón de cosas muy importantes para facilitar la lactancia (cuando ésta es posible).

POR EJEMPLO, CONOCER SOBRE LA LACTANCIA

Es importante saber que la mejor leche para un bebé, niño o niña es la leche humana y que siempre será ideal que un bebé de menos de 6 meses reciba lactancia exclusiva: es decir, solamente teta, ninguna otra comida ni bebida. La leche humana es mucho más que un alimento: es un tejido vivo y cambiante que se adapta a lo que cada niño o niña necesita. La leche humana siempre (a cualquier edad) alimenta y da defensas. Sin embargo, a veces amamantar no es tan fácil. Puede doler o traer dudas. Si esto sucede, no es aconsejable destetar,

sino consultar con un profesional. Por ejemplo, ir a un Centro de Salud cercano o a un Hospital. Existen profesionales especializadas en lactancia (las puericultoras) y también otras personas profesionales de la salud que están capacitadas para ayudar con estos temas. ¿Y hasta cuándo se da la teta? La Organización Mundial de la Salud, UNICEF y las principales asociaciones científicas recomiendan que la lactancia materna se mantenga hasta los dos años o más. “O más”: esto quiere decir, hasta cuando la dupla lo desee. La teta siempre será beneficiosa.

¿QUÉ PUEDE HACER UN PAPÁ PARA FAVORECER LA LACTANCIA?

- ◆ Aprender sobre el tema.
- ◆ Buscar ayuda profesional si hay alguna dificultad.
- ◆ Ofrecer cariño y sostén a quien amamanta.
- ◆ Regular las visitas para garantizar la intimidad y el descanso.
- ◆ Facilitar alimentos saludables a quien amamanta.
- ◆ Acercar un vaso de agua (amamantar suele dar sed).
- ◆ Pasar tiempo con el bebé mientras su pareja descansa.
- ◆ Ocuparse de las tareas domésticas cotidianas.
- ◆ Cuidar a otros miembros de la familia que lo requieran.

¿QUÉ OTROS CUIDADOS PUEDE DAR UN PAPÁ A SU BEBÉ?

- ◆ Cargarlo en un portabebé ergonómico.
- ◆ Cambiarle los pañales.
- ◆ Bañarlo y vestirlo.
- ◆ Sostenerlo en brazos.
- ◆ Hacerle masajes y caricias.
- ◆ Cantarle una canción.
- ◆ Consolarlo de día y de noche.
- ◆ Darle la mamadera (si corresponde).

Esos primeros encuentros irán construyendo un lazo único entre el papá y el bebé.

LA PATERNIDAD CON HIJOS E HIJAS MAYORES

A medida que va pasando el tiempo, aparecerán otros modos en los que un papá puede relacionarse con sus hijos e hijas.

Una manera privilegiada de conectar emocionalmente es el jugar.



Un momento de juego compartido todos los días permite no solamente pasarla bien, sino también generar cercanía y confianza. Esa conexión será luego una gran herramienta a la hora de ayudar a un niño o niña a regular sus emociones. Cuanto más conectado afectivamente esté un papá a su hijo o hija, mayores recursos tendrá para calmar un estallido o un enojo. Jugar a veces no es fácil para las personas grandes, por eso puede ser una buena oportunidad dejar que sea el niño o la niña quien nos guíe y enseñe.

Si hasta hace poco se creía que para retar y educar necesitábamos pegar, gritar y castigar, hoy sabemos que estas son formas de violencia que nadie necesita para crecer. De hecho, también sabemos que son perjudiciales para el desarrollo de una persona.

Ningún padre necesita recurrir a la violencia para educar: puede enseñar la forma adecuada de comportarse sin tener que gritar, castigar ni maltratar. Lo que se explica con paciencia y cariño no se olvida nunca más.

EJEMPLO

Si Ezequiel (de 5 años) dejó todos sus juguetes en el piso, en lugar de enojarse y gritarle, su papá puede proponerle un juego: juntar todo en una caja antes de que él termine de cantar una canción. Convertir las rutinas en juego, pedir las cosas con buenos modos, hacer chistes y tener paciencia son formas más respetuosas para comunicarnos con los chicos y las chicas.

También debemos tener en cuenta que la mayoría de las veces las explicaciones deberán darse muchas, pero muchas, veces. Deberán, además, ir acompañadas con el ejemplo y la repetición. Estas explicaciones las ofreceremos cuando haya paz: si una niña está llorando no será ese el momento para hablar, ni para retar.

- Primero, la ayudaremos a tranquilizarse con palabras, abrazos y paciencia.
- Luego, cuando esté nuevamente en calma podremos conversar sobre lo que pasó.



¿QUIÉN COMUNICA LOS LÍMITES?

Cuando hablamos de compartir las tareas de cuidado, también hacemos referencia a que no son únicamente los papás varones los encargados de transmitir las normas. Así como las tareas de sostén pueden ser compartidas por las dos personas cuidadoras, **comunicar** límites también es una función de ambas.

La creencia de que “mamá es la que hace upa y papá representa la autoridad” ya no sigue sosteniéndose en la actualidad. La famosa frase “ya vas a ver cuando se entere tu padre” reproduce la idea del papá como **única** autoridad (y una autoridad basada solo en el miedo).

¿CÓMO PUEDE UN PAPÁ GENERAR VÍNCULOS AMOROSOS Y RESPETUOSOS CON SUS HIJOS E HIJAS?

- ◆ Abrazando y acariciando.
- ◆ Haciendo upa a los más pequeños.
- ◆ Diciéndoles palabras amorosas.
- ◆ Evitando gritar, amenazar y castigar.
- ◆ Consolando siempre el llanto.
- ◆ Escuchando y permitiendo que se expresen.
- ◆ Jugando con ellos.

CONSTRUYENDO VÍNCULOS

En la primera infancia es muy frecuente que exista una figura de apego primaria, es decir, una persona preferida a quien el bebé, el niño o la niña recurre primero cuando necesita contacto, alimento o regulación emocional.

EJEMPLO

Si un niño se cae y siente dolor, buscará proximidad y contacto con esta figura de apego primaria. Pero, a medida que el pequeño o la pequeña vayan construyendo un vínculo con otras personas (por ejemplo, el papá) también estas personas podrán convertirse en una figura de apego. Para esto, como explicamos antes, se necesita tiempo compartido.

Si el papá se muestra presente, accesible y disponible poco a poco irá formando con sus hijos e hijas un vínculo de sostén y confianza que, seguramente, estará presente para toda la vida.



EL ROL DEL PADRE EN LA CRIANZA

BIBLIOGRAFÍA

Nativ, A., Raschkovan, I. y Schulz, N. (2020). No tan terribles. Límites y autonomía en la primera infancia. Una mirada desde la crianza respetuosa. Buenos Aires: Editorial Planeta.

Raschkovan, I. (2019). Infancias respetadas. Crianza y vínculos tempranos. Buenos Aires: Aique Grupo Editor.

Fundación Navarro Viola y Red Interdisciplinaria de Crianza (2020). "Lactancia, alimentación complementaria y alimentación saludable en familia" disponible en https://fnv.org.ar/wp-content/uploads/2021/03/2-LACTANCIA_folleto.pdf

Fundación Navarro Viola y Red Interdisciplinaria de Crianza (2020). "Apego y vínculos tempranos" disponible en https://fnv.org.ar/wp-content/uploads/2021/03/3-APEGO_folleto.pdf

Fundación Navarro Viola y Red Interdisciplinaria de Crianza (2020). "Límites y comunicación empática" disponible en https://fnv.org.ar/wp-content/uploads/2021/03/5-LIMITES_folleto.pdf



Crianza en familia es una iniciativa de la Fundación Navarro Viola desarrollada en el marco del programa Primera Infancia. Su objetivo es compartir buenas prácticas de crianza con las familias de niños y niñas durante la primera infancia. Este material es de uso libre y gratuito.