

CAMBIOS DE LAS PAREJAS EN TRANSICIÓN A LA PATERNIDAD

DEISY YOLANDA VÁSQUEZ GARZÓN

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BUCARAMANGA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

Floridablanca, 2019

CAMBIOS DE LAS PAREJAS EN TRANSICIÓN A LA PATERNIDAD

Tesis para optar al título de psicólogo

DEISY YOLANDA VÁSQUEZ GARZÓN

Director de tesis

Mg. ANDRÉS ENRIQUE ZÁRATE PRADILLA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BUCARAMANGA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

Floridablanca, 2019

Resumen

Introducción: La transición a la paternidad a pesar de ser una situación muy común es una etapa muy significativa para los seres humanos dentro del desarrollo del ciclo vital pues, viene acompañada de grandes retos que pueden resultar problemáticos para las parejas. Por esta razón, el objetivo de la investigación fue identificar los cambios frente a la crisis que sufren las parejas en transición a la paternidad por la llegada de un nuevo hijo, por medio de las experiencias de padres que ya vivieron esta etapa.

Metodología: La presente investigación fue de tipo cualitativo, con un diseño de investigación fenomenológico, en el cual se recolectó la información por medio de una entrevista semiestructurada aplicada a 8 parejas del área metropolitana de Bucaramanga, que ya habían atravesado el proceso de transición a la paternidad.

Resultados: Se logró identificar que dentro de los cambios de la transición a la paternidad produce: disminución en las actividades de ocio, distanciamiento conyugal, alteración del patrón de sueño los cuales generan conflictos en la pareja y afectan el desarrollo del niño.

Conclusiones: Existe un periodo de adaptación donde la pareja debe aceptar los cambios que trae la llegada del hijo, lo cual es complejo asimilar. Por esto es necesario trabajar temáticas específicas en un programa psicoeducativo que va desde el periodo prenatal para la preparación psicológica de la pareja para la nueva etapa.

Palabras claves: Transición a la paternidad, crianza del niño, conflictos de pareja, relación de pareja, programa psicoeducativo, adaptación al rol paterno, redes de apoyo.

Summary

Introduction: The transition to parenthood despite being a very common situation is a very significant stage for human beings in the development of the life cycle, because it is accompanied by great challenges that can be problematic for couples. For this reason, the objective of the investigation was to identify the changes in the face of the crisis suffered by couples in transition to paternity due to the arrival of a new child. through the experiences of parents who have already lived this stage.

Methodology: The present research was of a qualitative type, with a phenomenological research design, in which the information was collected through a semi-structured interview applied to 8 couples from the Bucaramanga metropolitan area, who had already gone through the process of transition to the paternity.

Results: It was possible to identify that within the changes of the transition to parenthood there is a decrease in leisure activities, marital distancing, alteration of the sleep pattern ... generating conflicts in the couple and affecting the development of the child.

Conclusions: There is a period of adaptation where the couple must accept the changes brought by the arrival of the child, which is complex to assimilate. For this reason it is necessary to work specific themes in a psychoeducational program that goes from the prenatal period for the psychological preparation of the couple for the new stage.

Keywords: Transition to paternity, child rearing, couple conflicts, couple relationship, psychoeducational program, adaptation to the paternal role, support networks.

Tabla de contenido

Tabla de figuras	6
Agradecimientos	7
Introducción	8
Planteamiento del problema.	10
Pregunta de investigación.	13
Justificación.	13
Objetivos	15
Objetivo general.	15
Objetivos específicos.	15
Marco teórico	15
Antecedentes.	15
Proceso de modernización de las familias.	22
Conflictos en el hogar durante la transición a la paternidad.	26
Desarrollo del niño en los primeros años de vida.	29
Metodología	32
Tipo de investigación.	32
Diseño de investigación.	33
Población.	34
Muestra.	34
Entrevista semiestructurada.	34
El consentimiento informado.	35
Resultados	36
Cambios de la pareja en transición a la paternidad.	36
Diferencias en las creencias de los padres.	37
Conflictos por la crianza.	37
La distribución del tiempo.	38
Disminución de las actividades de ocio.	38
Alteración en el patrón de sueño.	39
Retirada vs regreso a la vida laboral.	40
Intimidad de la pareja.	41
Distanciamiento conyugal.	41
Disminución de la actividad sexual.	42
Aislamiento del padre.	43
Aspectos positivos de la pareja.	44

	Transición a la paternidad.	5
	El trabajo en equipo.	44
	Afianzamiento de lazos.	45
	Sentimientos de realización.	46
	Cambios relacionados por el rol paterno.	46
	La confrontación con el estilo de crianza recibido.	48
	Inseguridad ante los acontecimientos futuros.	50
	Extensión de las redes de apoyo.	53
	Cambios relacionados con la familia extensa.	54
	Apoyo hacia los nuevos padres.	54
	Desconfianza ante el rol de los nuevos padres.	55
	Rechazo cuando no se esperaba el embarazo.	56
	Discusión	57
	Conclusiones	61
	Recomendaciones para futuras investigaciones	74

Tabla de figuras

	Pág
Figura 1. Cambios de las parejas en transición a la paternidad.....	37
Figura 2. Cambios relacionados con el rol paterno.....	47

Agradecimientos

En primer lugar, quiero agradecer a Dios quien es el que ha estado viviendo conmigo cada uno de mis procesos de comienzo a fin tanto en mi formación profesional como en la presente investigación, lo que he realizado y lo que soy se lo debo a él.

Debo reconocer que son muchas las personas que han contribuido en este proceso de investigación y conclusión de este trabajo, ya sea de manera directa o indirecta me han brindado su apoyo. Por esta razón, quiero agradecer a mi esposo quien me estuvo impulsando insistentemente a culminar este trabajo y a realizarlo con empeño de forma que pudiese aplicarlo en mi profesión, más allá de cumplir un requisito para graduarme (y de verdad me será muy útil). A mis padres que vivieron trasnochos conmigo durante toda mi carrera y me animaron siempre con frases como “si otros pueden usted también” a ellos los amo demasiado.

También quiero agradecer a mi tío Wilfer por realizar tan grande aporte al prestarme sus vivencias para realizar esta investigación, y aunque fue duro terminar la última parte de mi tesis porque falleció meses antes de culminar este trabajo, me dejó su consentimiento para seguir con el proceso, sé que él no leerá estas palabras, pero su esposa si y le agradezco también a ella por sus aportes y a cada uno de los participantes de la investigación.

Finalmente, tengo que agradecer a mi asesor de tesis Andrés Zárate Pradilla por aclarar cada una de mis dudas, por su paciencia, por compartirme sus conocimientos y por hacer de cada martes una asesoría amena cargada de correcciones, pero también de risas que permitieron que este proceso fuera agradable y mis agradecimientos para la Universidad Autónoma de Bucaramanga por abrirme las puertas para formarme como profesional.

Introducción

“Un sistema familiar estable y afectivo proporciona a sus miembros lazos de seguridad y afecto indispensables para un buen funcionamiento psicológico” (Climent, 2006, p.176)

La transición a la paternidad a pesar de ser una situación muy común, es una etapa muy significativa para los seres humanos dentro del desarrollo del ciclo vital, lo cual para muchos genera alegrías, pero a su vez viene acompañada de grandes retos, como el mantener la relación de pareja y establecer la crianza del niño.

Según Hidalgo (1998) Hidalgo y Menéndez (2003) citados por Hidalgo, Menéndez, López y Sánchez (2004, p.408) convertirse en madre y padre constituye una importante transición evolutiva que la gran mayoría de mujeres y hombres afrontan en algún momento de su vida. Se trata de un momento de cambios, tanto a nivel personal como familiar, que implican, sobre todo, la adaptación a una situación que plantea importantes y novedosas demandas. Las tareas relacionadas con el cuidado y la crianza de un bebé y la necesidad de compatibilizar distintos roles son los aspectos que resultan más problemáticos y que ayudan a entender la transición a la maternidad y la paternidad como un proceso complejo para muchas parejas.

La duración de la transición a la paternidad no tiene un comienzo ni un fin definitivo, pues el tiempo de duración puede estar influenciados por el contexto y factores específicos de cada pareja; por lo tanto, un comienzo y un fin específicos pueden no ser identificables. Lo que es digno de notar es que es un momento de estabilidad, cambios, altibajos, para ambos individuos, para algunos esta etapa empeora las relaciones de pareja, pero para otros es una fase temporal con pequeños cambios que depende de la adaptabilidad de las parejas, así lo refieren Cowan & Cowan (2000) Hackel & Ruble (1992) citados por Adamsons, (2013,p.161).

En promedio, la satisfacción de las relaciones de pareja disminuye después del nacimiento de un primer hijo, pero algunos padres mantienen los niveles prenatales de calidad de las relaciones y algunas relaciones mejoran, según lo mencionan Cowan & Cowan (1995) (2000); y Schulz, Cowan, & Cowan (2006) citados por Adamsons (2013,p.160).

Cabe resaltar, que existen factores que ayudan a los padres a negociar con éxito la transición a la paternidad sin impactar negativamente la relación de pareja, algunos de ellos son la satisfacción con los roles, la división de tareas y el cumplimiento de las expectativas prenatales (Miguel, 2016).

Las necesidades de apoyo de las familias ante la llegada de los hijos no son una novedad de nuestros días. Generalmente, son los familiares más cercanos los encargados de ofrecer a los nuevos padres todo el apoyo y la información necesaria para afrontar la crianza y educación del bebé. No obstante, las transformaciones sociales ocurridas en las últimas décadas han debilitado la influencia de la familia como fuente de apoyo, sobre todo en los aspectos informativos, donde muchos padres y madres jóvenes se encuentran con nuevos retos y viejas informaciones. De esta forma, aunque la familia extensa –especialmente los abuelos– siguen prestando una ayuda de carácter instrumental y valor inestimable a las parejas jóvenes, muchos de estos padres y madres necesitan y demandan información y apoyo a diversos profesionales y expertos en todo lo relacionado con el desarrollo y la educación infantil. Por lo cual se ha promovido el diseño y elaboración de una gran variedad de programas de psicoeducación durante la transición a la maternidad y la paternidad con el fin de generar un impacto positivo en los padres y en los hijos. Vila (1998) citado por Hidalgo, Menéndez, López y Sánchez, (2004, p.408-409).

Es por esta razón, que la presente investigación se quiere enfocar en conocer las necesidades que presentan las parejas en esta etapa de transición, para la elaboración de un currículo que permita establecer las temáticas a trabajar en un programa psicoeducativo para

parejas que se encuentran en transición a la paternidad para así, potencializar las habilidades de los padres dando la orientación del desarrollo del niño durante el primer año de vida, brindando solución para algunas inquietudes que se puedan tener sobre la relación de pareja y la crianza del niño.

Planteamiento del problema.

A lo largo del ciclo vital el ser humano experimenta diferentes cambios que implican un proceso de adaptación a las demandas de cada situación, la transición a la paternidad se puede considerar como uno de esos cambios. Marshall, Simpson & Rholes (2015) citados por Arnal (2017, p.1) mencionan que las parejas que se convierten en padres pasan por un período de ajuste con efectos nocivos sobre las relaciones de pareja y el bienestar individual.

Frade, Pinto, Carneiro (2013) menciona que una de las dificultades en la transición a la paternidad y a la maternidad es que no se nace siendo padre sino que se llega a serlo. Y el neonato se asume como el foco de atención dejando de dar respuesta a las necesidades individuales de los padres como personas y como pareja, con las correspondientes implicaciones en el bienestar de cada uno y del grupo familiar, siendo necesario que los padres asuman funciones para las cuales no se sienten preparados.

Cabe resaltar, que la falta de apoyo y psicoeducación sobre las prácticas paternas han traído graves consecuencias en Colombia, pues existe desconocimiento en los padres sobre los cuidados del recién nacido, lo cual es un factor de riesgo para la niñez de nuestro país.

Según los reportes del Instituto nacional de medicina legal y ciencias forenses (2019) en el mes de enero se presentaron 659 casos de violencia intrafamiliar en niños, niñas y adolescentes, de los cuales 112 se encuentran en el rango de edad de 0 a 4 años, lo cual es alarmante pues permite cuestionarnos sobre el cuidado que están recibiendo los menores en su

contexto familiar. Otro factor de riesgo que se presenta en los recién nacidos es el Síndrome de muerte súbita infantil (SIMS) que se define como “la muerte repentina e inesperada de un niño menor de un año de edad, que permanece inexplicable aun después de una necropsia completa, la investigación de la escena de la muerte y la evaluación de la historia clínica del niño y su familia”. (García, 2008, p.1).

Sin embargo, este factor es altamente prevenible con procesos de educación a los padres, pues los países desarrollados han hecho seguimiento a la incidencia de este evento, logrando disminuirla mediante estrategias de prevención de los factores de riesgo asociados, y en Colombia a partir de una investigación realizada por Latorre (2014) se evidencia que más de un niño al día en nuestro país muere por SIMS y en Bogotá se da una tasa de mortalidad de 1.03 por 1.000 nacidos vivos en el año. Estas estadísticas permitieron la realización de campañas apoyadas por las asociaciones colombianas de pediatría, el Ministerio de Salud y otras entidades, logrando reducir las tasas de mortalidad por SIMS, sin embargo, en varias zonas de nuestro país sigue existiendo desconocimiento del tema, siendo importante que los padres identifiquen las necesidades del recién nacido pues los primeros años de vida constituyen una etapa trascendental para la vida futura.

Se debe tener en cuenta, que existen dos factores fundamentales a desarrollar en el ser humano: la maduración biológica como carácter normativo que permitirá las similitudes entre unos bebés y otros, y la estimulación ambiental procedente de las interacciones con otras personas, de las experiencias vividas, de los valores y condiciones predominantes en el grupo social, como factor diferenciador que va a contribuir a la definición del curso del desarrollo. Se debe tener en cuenta, que, durante este periodo, el contexto familiar como primer microsistema, y los padres y madres como principales agentes socializadores, son los responsables fundamentales de cubrir todas las necesidades de desarrollo. (Hidalgo, Sánchez, Lorence, 2008).

Torralva, et al. (2014) mencionan:

El niño nace con más neuronas de las que el cerebro adulto retendrá, perdiéndose aquellas conexiones sinápticas que se usan menos y reforzando aquellas que se usan con más frecuencia. Es decir, durante un período particular del desarrollo, la existencia de determinadas experiencias que surgen de la interacción del niño con su medio ambiente es fundamental para el desarrollo de estructuras orgánicas del cerebro. (p.307)

De lo mencionado anteriormente, se evidencia la necesidad de que el niño reciba estimulación cognitiva que le permita desarrollar sus conexiones neuronales ya que “la ausencia de estas experiencias puede ocasionar que ciertas estructuras no se configuren o lo hagan de manera deficitaria aún a pesar de que luego el estímulo en forma tardía sea de mayor intensidad.” (Torralva, et al., 2014, p.307).

Asimismo, se refleja que son muchas las competencias que deben adquirir los nuevos padres y aunque cuentan con el apoyo de sus redes sociales informales, no siempre se alcanzan a cubrir todas las necesidades o inquietudes que tienen los padres primerizos respecto al cuidado y estimulación al recién nacido, así lo mencionan López, Hidalgo, Sánchez, Jiménez, y Menéndez (2006) citados por Hidalgo (2009, p.147).

Por esta razón, se hace necesaria la orientación profesional en la intervención psicoeducativa que es un proceso que incluye un conjunto de técnicas y estrategias basadas en los temas psicológicos aplicados a la educación, cuyo objetivo fundamental es facilitar y optimizar la conducta de los participantes con referencia a las variables involucradas en el proceso de enseñanza aprendizaje. (Arellano, 2012). De igual manera, la psicoeducación se realiza para que los padres potencialicen sus habilidades al momento de ejercer su rol de una manera adecuada.

Cabe resaltar, que las temáticas a desarrollar para el programa psicoeducativo tienen el propósito de ofrecer, información sobre los cambios que implica la transición a la paternidad y

brindar estrategias de afrontamiento a los cuidadores y orientación sobre el cuidado del recién nacido.

Por otra parte, se ha evidenciado que los programas psicoeducativos pueden evitar comportamientos desadaptativos que afectan la dinámica familiar. Dentro de las fuentes bibliográficas se pueden encontrar programas de psicoeducación para padres en diferentes países incluyendo a Colombia y se resalta que gran parte de esos programas van dirigidos a niños con déficit cognitivo, pero son pocos los programas de psicoeducación adaptados a las necesidades de los padres en transición a la paternidad como prevención primaria.

Por consiguiente, se debe tener en cuenta que en psicología de la salud un programa de prevención primaria hace referencia a notificar los indicadores de riesgo, o estilos de vida que puedan generar algún daño en salud, con el fin que aquellos que son informados tomen sus propias decisiones y actúen en el sentido correcto (Santacreu, Márquez y Rubio,1997). En el caso de la presente investigación con la información obtenida se pretende comprender los factores que pueden afectar la relación de pareja o la crianza del niño durante la transición a la paternidad, tomando como referencia fuentes bibliográficas y las referencias dadas por padres que ya han vivido este proceso.

Pregunta de investigación.

¿Qué temáticas se pueden trabajar en un programa de psicoeducación para parejas en transición a la paternidad, a partir de las experiencias de padres que ya vivieron esta etapa?

Justificación.

El motivo de establecer las temáticas para el programa psicoeducativo para parejas en transición a la paternidad surge a partir de la necesidad de orientar el proceso de ser padres por

primera vez ya que “es un periodo de cambio caracterizado por la inestabilidad y la necesidad de hacer frente a demanda de diversa naturaleza” (Hidalgo, 2009, p.134) y como se mencionó anteriormente la carencia al desarrollar adecuadamente las estrategias de afrontamiento para esta etapa es un factor de riesgo para los padres e hijos, pues este acontecimiento vital resulta estresante. Marshall et, al (2015) citado por Arnal (2017, p.22) refiere: “la pareja debe pasar de la anticipación y la preparación para la crianza a realizar tareas de cuidado y al mismo tiempo lidiar con las otras áreas importantes de su vida” añadiendo a lo anterior que también se presentan problemas en la satisfacción conyugal y variaciones a nivel económico que afectan emocionalmente a la pareja.

Por lo cual la presente investigación se realiza con el fin de dar un espacio que permita la orientación a la pareja en el manejo de conflictos generados por esta nueva etapa, y de igual manera que el recién nacido reciba los cuidados adecuados que le permitan estimular su desarrollo físico, cognitivo y social.

Esto se realizará a partir de una investigación de campo basada en los conceptos que tienen las parejas que ya pasaron por esta etapa de transición a la paternidad, para así conocer las dificultades presentadas en este proceso. Se debe tener en cuenta, que la paternidad se aprende por ensayo y error pues en muchos casos la pareja debe aprender algo de lo cual nunca ha recibido educación, repitiendo así los patrones de conducta que han recibido de sus padres, siendo necesario romper este ciclo, haciendo una recopilación de información teórica que permita dar las bases para orientar este proceso de transición.

Objetivos

Objetivo general.

Comprender los cambios frente a la crisis que sufren las parejas en transición a la paternidad por la llegada de un nuevo hijo, por medio de las experiencias de padres que ya vivieron esta etapa.

Objetivos específicos.

Explorar las transformaciones que sufre el sistema familiar con la llegada del primer hijo consolidándose el nuevo subsistema parental.

Establecer los cambios, retos y crisis psicológicas y/o sociales relacionados con el rol paterno asumido por los progenitores.

Realizar una revisión teórica sobre los cambios en la relación de la pareja en transición a la paternidad y programas psicoeducativos existentes relacionados al tema, contrastando la información encontrada con la investigación actual.

Proponer lineamientos generales para el diseño de un currículo psicoeducativo con temáticas que responda a las necesidades identificadas en las parejas en transición a la paternidad.

Marco teórico

Antecedentes.

Para esta investigación se han tomado algunas investigaciones que dan sustento teórico a los conceptos relacionados con el ser padre y el proceso de transición a la paternidad, donde se

evidencia la manera en que el contexto social influye en la misma crianza del niño y como se puede afectar este.

Una de ellas es una investigación realizada por Hidalgo (1999) donde se aborda como tema de las ideas de los padres sobre el desarrollo y la educación de los niños durante el proceso de transición a la paternidad, a partir de un estudio longitudinal realizado a parejas durante su transición a la paternidad. El seguimiento longitudinal de las familias abarcó desde el principio del embarazo hasta el final del primer año de vida de los bebés, allí a partir del Cuestionario de Ideas de los Padres (CIP). elaborado por Palacios (1988) citado por Hidalgo (1999, p.80) se recolecta información sobre las ideas de los padres tienen sobre la paternidad antes y después del nacimiento del niño.

Esta investigación es complementada a partir de otra titulada “Ideologías familiares sobre el desarrollo y la educación infantil” realizada por un grupo de investigación de la Universidad de Sevilla conformado por Palacios, Moreno e Hidalgo (1998), citado por Hidalgo (1999, p.77) y de allí se obtiene una clasificación de los distintos tipos de padres en función de sus ideas, estas son:

Padres tradicionales: Sostienen ideas innatistas en cuanto al desarrollo de los niños, consideran que el carácter de los niños y su capacidad intelectual se debe a factores hereditarios y opinan que no se puede influir de ninguna manera en el desarrollo de ellos y que los niños empiezan a razonar a partir de los 4 años. Por lo cual, las prácticas de crianza se dan de manera coercitiva, basadas en castigo físico. Tienen escasa o nula información sobre temas relacionados con el desarrollo y la educación infantil.

Padres modernos: presentan buen nivel de información, procedente en gran parte de las lecturas realizadas sobre educación en los niños. Consideran que la inteligencia es el resultado de interacción de factores hereditarios y ambientales, teniendo así gran capacidad de influencia en el desarrollo del niño atribuyen altas competencias al bebé y al feto.

Padres ingenuos: presentan una postura extremadamente ambientalista, pero de manera ingenua y con falta de conocimientos precisos pues se han informado de fuentes inespecíficas, mencionan que la inteligencia y carácter de los niños depende exclusivamente del ambiente. Ante la pregunta de si los padres pueden hacer algo con un niño pequeño para que luego le vaya bien en el colegio, muchos dicen que sí, pero sólo unos pocos dan respuestas específicas cuando se les pregunta acerca de cómo hacerlo evidenciándose el desconocimiento del calendario evolutivo ya que hacen predicciones demasiado precoces (control de esfínteres antes de los 18 meses) y otras veces a tener expectativas tardías (oír hacia los 3 meses).

De lo anterior, se destaca la importancia que los padres adquieran conocimiento sobre el desarrollo evolutivo del niño a partir de fuentes de información profesional, pues esto se refleja en la crianza del niño y como se mencionó anteriormente, los padres pueden tener conocimiento de aquellos factores que estimulen el desarrollo del niño, pero no conocer el cómo desarrollarlos.

Otro antecedente significativo encontrado es en una investigación realizada por Hidalgo, Menéndez, López y Sánchez (2004) donde se hace referencia a un programa de apoyo y formación para madres y padres durante el proceso de transición a la maternidad y la paternidad, titulado “Nacer a la vida” este es enmarcado en el ámbito de la psicología evolutiva, en la línea de la intervención temprana y la estimulación del desarrollo, el cual iba dirigido a todas las parejas de la Comunidad Autónoma de Andalucía que esperaban la llegada de un hijo con el fin de promover en los padres sentimientos de competencia y seguridad en su papel como educadores.

Esto se estructuró en una colección de información de siete revistas las cuales estaban divididas por etapas desde la transición a la paternidad hasta los cuatro años de vida, estas fueron distribuidas a diferentes médicos y padres de familia. El estudio fue cuasi experimental donde se tomaron dos grupos de familias durante su transición a la maternidad y la paternidad. El primero

se llevó a cabo con parejas que no estuvieron bajo la influencia del programa grupo control (GC), mientras que las del segundo estudio sí participaron en el programa de intervención grupo experimental (GE) a los cuales se les realizó seguimiento durante el embarazo y los primeros años de vida del niño.

En el grupo experimental se evidenció que las parejas tenían una visión positiva en las tareas de cuidado del bebé, el apoyo conyugal recibido y la relación de pareja a diferencia del grupo control que valoraron estos factores con niveles medios-bajos, evidenciándose de esta manera la importancia de la realización de programas psicoeducativos que permitan orientar el proceso del ser padres.

Por otra parte, se encontró un estudio de Farkas y Corthorn (2012) que buscaba generar un modelo explicativo del desarrollo infantil al año de edad, considerando variables de la familia y del niño. Para la evaluación del desarrollo de los niños en este estudio se usó *la Escala de Desarrollo Infantil de Bayley*, tomando de allí tres escalas para la realización del estudio (Escala cognitiva, del lenguaje y motora) en una muestra de 57 niños ubicados entre los 11 y 14 meses de edad.

A partir de los resultados de dicha investigación en relación con el desarrollo motor, un 30,4% de los niños presentó riesgo en la motricidad gruesa y un 17,5% en la motricidad fina, que según Berk (1999); Lemelin, Tarabulsky y Provost (2006) citados por Farkas y Corthorn (2012, p.320) esto se puede relacionar con la falta de estimulación y con la disminución de las interacciones padres-bebé descritas en los niveles socioeconómicos bajos y con mayor riesgo psicosocial. Asimismo, en relación al área del lenguaje, se aprecian dificultades, encontrándose la muestra en un nivel de riesgo. Es relevante el hecho de que se observan dificultades en el desarrollo de los niños a edades tan tempranas, evidenciando de esta manera la importancia de programas e intervenciones en la primera infancia.

Asimismo, la National Scientific Council on the Developing Child (2019) menciona que los cimientos de una buena salud mental se construyen a una edad temprana. Las experiencias tempranas, incluidas las relaciones de los niños con los padres, cuidadores, parientes, maestros y compañeros, interactúan con los genes para dar forma a la arquitectura del cerebro en desarrollo. Las interrupciones en este proceso de desarrollo pueden afectar las capacidades del niño para aprender y relacionarse con otros, con implicaciones de por vida.

Cabe resaltar, que durante el primer año de vida los niños se encuentran en un período de gran desarrollo de todas sus potencialidades, interactuando de manera activa y dinámica con su entorno inmediato. Su desarrollo cerebral es acelerado, lo cual se ha iniciado desde la etapa intrauterina, y cuyo fin es proveer de los sistemas funcionales básicos que son necesarios para el desarrollo tanto cognitivo, motor y del lenguaje del niño, como del desarrollo de relaciones vinculares sanas con sus figuras significativas, así lo refieren Mehler y Dupoux (1994) citados por Farkas y Corthorn, (2012, p.312).

Por otra parte, Quintana, Maiquez, López, Byrne, Rodríguez & Rodríguez (2009) en su investigación “programas de educación parental” ilustran un programa psicoeducativo de intervención grupal llamado “crecer felices en familia” que se lleva a cabo con el fin de promover las competencias de los padres y promover el desarrollo de los niños desde su nacimiento hasta los 5 años. El programa iba dirigido a las poblaciones de madres y padres con algún tipo de riesgo y vulnerabilidad social. Con su implementación se buscaba estimular la reflexión sobre las cogniciones de los padres respecto al comportamiento con los hijos, el entrenamiento de pautas concretas de actuación y secuencias de interacción, asimismo quería promover habilidades de autonomía personal, acuerdos en pareja y búsqueda de apoyo social para llevar a cabo el rol parental y complementarlo en lugar de sustituirlo o devaluarlo.

El programa se conformó por 5 módulos y cada uno de estos con 4 sesiones para un total de 20 sesiones de hora y media de duración aplicadas semanalmente, los temas trabajados en los 5 módulos son: el desarrollo del vínculo afectivo, conocer a nuestro hijo/a, aprender a regular el comportamiento infantil, la primera relación con la escuela, educar, ¿una tarea en solitario?

El programa usa la metodología experiencial donde el papel del profesional no es el de experto sino el de mediador o facilitador del proceso de construcción de conocimiento durante las sesiones. Esta investigación mencionada anteriormente permite observar parte de la estructura de lo que es el desarrollo de un programa psicoeducativo para padres, siendo esta información útil para la presente investigación.

Asimismo se encontró un proyecto de intervención realizado por (Londoño, 2016) para padres jóvenes con el fin de potencializar las habilidades del rol paterno en la formación de vínculos seguros con los hijos el cual se tituló “El reto de brindarle un mejor desarrollo a niños de padres jóvenes” este tema se genera dado que se evidencia que gran parte de los hijos de padres jóvenes no están teniendo un desarrollo adecuado, debido a las malas prácticas de los padres, por factores como: negligencia, negación a desempeñar el rol, son figuras ausentes o dificultades en la economía lo cual afecta la formación de dicho vínculo.

Por esta razón, se creó este proyecto que consistió en la aplicación de un taller psicoeducativo para padres jóvenes entre los 15 y 19 años de edad, trabajando temas como: necesidades o características del primer año de vida, habilidades parentales e importancia del vínculo seguro como factor protector para el desarrollo del niño.

Estos temas mencionados en las citas anteriores han sido incluidos dentro de esta investigación ya que se considera importante conocer las problemáticas y las necesidades que surgen en los padres respecto a la crianza de sus hijos, para establecer las temáticas de un programa psicoeducativo que se adapte a las necesidades de los mismos, pues nos encontramos

con la paradoja en que la familia es la única institución educativa en la cual los miembros adultos no reciben una formación específica para mejorar sus competencias y recursos dado que, los diferentes profesionales que se dedican a la intervención familiar (psicólogos, pedagogos, trabajadores sociales) suelen manifestar su descontento por la carencia de recursos con los que cuentan como la insensibilidad de las instituciones hacia los problemas de las familias, lo cual genera dificultades a la hora de afrontar y dar respuesta a la diversidad de problemáticas familiares desde el ámbito profesional, siendo los programas de educación para padres y madres los que constituyen uno de esos apoyos que necesita la familia. (Maiquez, Rodríguez y Rodrigo, 2004)

Desde este punto de vista, los programas deben fomentar las competencias parentales, mejorar las relaciones de pareja y, en general, apoyar los procesos de apego entre los miembros de la familia. Respecto a las relaciones entre padres e hijos, los programas deben introducir mejoras en el ambiente educativo familiar de modo que éste resulte estimulante para el desarrollo de los hijos y propiciar estilos de regulación del comportamiento que promuevan una buena adaptación a su entorno social (Rodrigo y Palacios, 1998).

También se debe tener en cuenta que la educación de los niños y los jóvenes, cada vez más compleja, es una de las preocupaciones centrales de la sociedad y distintas teorías psicosociológicas han remarcado el papel de la familia en el proceso educativo. En este sentido, las prácticas educativas parentales constituyen las primeras y, quizás, las más significativas influencias para el niño (Climent, 2006, p.166)

Por otra parte, se encontró un antecedente de Ramírez (2007) en un estudio en el que relaciona variables de riesgo (conflictos matrimoniales y prácticas de crianza) señala que los hijos que tienden a presentar más problemas de conducta son aquellos que pertenecen a un hogar cuyos progenitores presentan mayor frecuencia de conflictos de pareja y ejercen control autoritario

sobre ellos. Cabe resaltar, que las prácticas de crianza pueden convertirse en un factor de protección o de riesgo pues generalmente cuando los padres están sumidos en conflictos maritales utilizan prácticas de crianza abusivas y negativas, disminuyendo las expresiones de afecto, lo cual genera mayores posibilidades de que se incrementen los problemas de conducta.

Proceso de modernización de las familias.

La definición de la familia ha cambiado con el pasar de los años, la manera en que se formaba una familia años atrás se daba de manera diferente a como es actualmente. Un ejemplo de ello es la institución del matrimonio Germánico:

La compra de la novia era parte de un acuerdo entre dos familias y se iniciaba con un acuerdo entre el pretendiente o su padre y el padre o tutor de la novia, donde la familia del novio debía pagar la dote a la familia de la novia. Posteriormente, se hacía una transferencia pública, que iba acompañada de un ritual donde se testimoniaba la entrega física y legal de la mujer al marido y a su grupo familiar. La mujer abandonaba su familia quedando integrada en otra. Este tipo de matrimonio era de los más escogidos antiguamente. (Rojas, 2005).

Asimismo, Quero y Bonino (2000) citados por Torres (2004, p.50) refieren que esta manera de establecer el matrimonio influenciaba la formación de la familia, pues el matrimonio se daba con el fin de procrear y el trabajo de la mujer se basaba en las tareas domésticas y el cuidado de los hijos. En algunas culturas, el varón no se implicaba para nada en la educación, ni en la crianza de los hijos y menos en el trabajo doméstico, se manejaba un estilo de crianza autoritario. la mayoría de los padres estaban basados en su propia ley sin dar autonomía a sus hijos, siendo dueños y señores de su hogar.

También se evidenciaba el padre tradicional o patriarca, proveedor de la familia, que no se sentía competente para el cuidado de los hijos o las tareas domésticas, considerando que expresar afecto le podía restar autoridad, guardando así distancia con los hijos (Torres, 2004).

Sin embargo, dentro del proceso de modernización se dio un proceso de individuación creciente que implicó tomar decisiones valorizando la elección personal, la voluntad, la libertad y la responsabilidad de cada persona. La elección de la pareja se empezó a basar en la compatibilidad, el afecto y el reconocimiento del deseo sexual y no en matrimonios arreglados (Climent, 2006).

Estos cambios generados en los derechos y deberes de los miembros de la familia han sido también influenciados por el marco legal. En la Constitución política de Colombia (1991, art 42) se refiere que: “La familia es el núcleo fundamental de la sociedad. Se constituye por vínculos naturales o jurídicos, por la decisión libre de un hombre y una mujer de contraer matrimonio o por la voluntad responsable de conformarla” (p.21). Reflejando así que ahora la constitución de la familia se da por voluntad propia.

Asimismo, en las leyes colombianas se evidencia el valor que se le da a la familia actualmente pues estas buscan fortalecer el desarrollo integral de las familias tomándolas como núcleo fundamental de la sociedad.

Esto se evidencia en lo establecido por el Congreso de la República (Ley 1857, 2017, art. 5A) donde se menciona que el empleador debe generar un espacio de integración semestral en el que el trabajador pueda fortalecer sus lazos familiares.

Los empleadores podrán adecuar los horarios laborales para facilitar el acercamiento del trabajador con los miembros de su familia, para atender sus deberes de protección y acompañamiento de su cónyuge o compañera(o) permanente, a sus hijos menores, a las personas de la tercera edad de su grupo familiar o a sus familiares dentro del 3er grado de

consanguinidad que requiera del mismo; como también a quienes de su familia se encuentren en situación de discapacidad o dependencia. El trabajador y el empleador podrán convenir un horario flexible sobre el horario y las condiciones de trabajo para facilitar el cumplimiento de los deberes familiares mencionados en este artículo.

Estos cambios sobre la manera en que se constituye una familia, la distribución de roles, y el lugar que ocupa cada uno de los miembros de la familia dentro de la sociedad, han sido acompañados por marcadas transformaciones en las mentalidades y conductas de las nuevas generaciones que están mostrando una creciente libertad para decidir cómo se quiere vivir.

Alberdi, Flaquer y Gimeno (1999) citados por Torres, (2004,p.48) mencionan que actualmente han surgido nuevas formas de concebir y entender a la familia, por ejemplo se asume que las uniones matrimoniales ahora se establecen por amor y compañerismo y no por otros intereses como antes; que la pareja no se casa sólo para procrear, que la realización de la mujer no se basa únicamente en ser madre, sino que también puede desarrollarse como profesional o como esposa, concepción que antiguamente no se tenía, lo cual ha dado lugar a conflictos en la pareja. La constitución política de Colombia (199, art 42-43) asimismo refiere esta igualdad que existe hoy en día en cuanto a los derechos y deberes del hombre y la mujer:

Las relaciones familiares se basan en la igualdad de derechos y deberes de la pareja y en el respeto recíproco entre todos sus integrantes.

La mujer y el hombre tienen iguales derechos y oportunidades. La mujer no podrá ser sometida a ninguna clase de discriminación. Durante el embarazo y después del parto gozará de especial asistencia y protección del Estado, y recibirá de éste subsidio alimentario si entonces estuviere desempleada o desamparada.

De esta manera se puede evidenciar la libertad que se tiene para elegir la formación de una familia basados en el respeto e igualdad y así mismo la negociación de los roles. El retrato familiar compuesto de padre, madre e hijos y secundado por los abuelos, ha cambiado de imagen con la presencia cada vez más abundante de familias nucleares reducidas, familias monoparentales, reconstituidas, etcétera. Sin embargo, hay otros cambios más sutiles que se plasman en aspectos “intangibles” imponiendo nuevos retos a la familia al suponer cambios importantes en la calidad de las relaciones entre sus miembros. Entre éstos cambios está el paso del predominio de unas relaciones jerárquicas y verticales en la familia, subordinadas a la figura del padre, a unas relaciones más democráticas y horizontales basadas en la búsqueda de consenso entre todos. (Maiquez, Rodríguez y Rodrigo, 2004)

Asimismo, se evidencia que en la mayoría de parejas existen negociaciones para distribuir el ejercicio de los roles en el cuidado y crianza de los hijos. Beck, Beck-Gernsheim (2001); Alberdi (1999) citados por Miguélez (2016, p.3) refieren que, en los últimos años, las prácticas en la pareja han ido democratizando, debido al proceso de individualización de sus componentes. De igual manera, la relación de pareja, aparte de poder ser un espacio para la solidaridad, también es un espacio regido por relaciones de poder, en el que se dan conflictos de intereses y en el que, mediante estrategias negociadoras, se intenta continuamente modificar el equilibrio de poder, así lo menciona Botia 2010, citado por Miguélez (2016, p.4).

Por otra parte, se observa como el tiempo que los padres dedican a sus hijas e hijos se incrementa en la medida en la que crecen, siendo los primeros meses de vida el período en el que menos se implican (Esteban, 2011). Ya que en estos primeros meses son las madres las que se encargan de los cuidados primarios que reciben los bebés. Asimismo, se encuentran diferencias entre las actividades que se llevan a cabo, mientras los padres invierten más tiempo en

actividades recreativas o académicas, las madres, fundamentalmente, se encargan de los cuidados primarios básicos, como higiene y alimentación (Abril et al. 2015).

Sin embargo, es necesario que ambos padres se involucren con cada actividad y en cada etapa de sus hijos pues la familia es una institución determinante en el desarrollo del niño y la niña, por ser en ella donde se crean los primeros vínculos, que serán decisivos en la manera en que se relacionan posteriormente con sus pares y con el entorno social. Cuando el niño posee buenos referentes familiares, gozará posteriormente de mayor independencia y libertad para tomar sus propias decisiones y realizar sus propios ideales y metas (Moreno, 2013).

Conflictos en el hogar durante la transición a la paternidad.

Para los nuevos padres gran parte de las experiencias vividas con el recién nacido pueden resultar muy gratificantes. Sin embargo, la falta de experiencia a la hora de asumir el rol paterno puede resultar abrumadora.

Convertirse en madre y padre se trata, en definitiva, de una importante transición personal y familiar que pone a prueba los recursos de afrontamiento de los adultos en ella implicados, que tiende a asociarse con un periodo particularmente inestable y vulnerable a nivel individual e interpersonal, y en la que, por tanto, se generan importantes necesidades de apoyo para las personas que afrontan esta significativa experiencia vital (Hidalgo, 2009, p.134)

Es importante resaltar que la paternidad incorpora un conjunto de prácticas, responsabilidades y normas de los padres como miembros de la familia y la sociedad pues según Morgan (2004) Citado por Salguero, Córdoba y Sapién, (2006, p.457) existe una diferencia significativa entre padre y el ser padre. El término padre tiene que ver con el proceso de identificación o vinculación biológica y/o social con un niño, mientras que ser padre se relaciona

más con las prácticas de los padres, del hacer más que del ser asumiendo así la paternidad como parte de la vida cotidiana, siendo esto un proceso de construcción de identidad complejo ya que implica un aprendizaje continuo que se da improvisadamente al tomar los recursos disponibles en el ambiente y lo que ya se tiene incorporado así lo plantean Holland y cols (1998) citado por Salguero, Córdoba y Sapién (2006, p.458).

La identidad se construye en la práctica, de manera que, los hombres aun cuando reciben poca información sobre lo que es la paternidad, se plantean como posibilidad ser padres generalmente cuando han consolidado una relación de pareja y cuentan con los recursos económicos para hacerse responsable de una familia, así lo menciona Fuller (2000) citado por Salguero, Córdoba y Sapién (2006, p.457).

Durante este proceso de transición a la paternidad se dan algunas inconsistencias en la relación de pareja relacionadas con las expectativas, género, economía, cuidado de los hijos, satisfacción marital y otros factores que pueden afectar la dinámica familiar sino se tienen las estrategias o habilidades que permitan afrontar esta etapa, reconociendo que estos cambios vienen siendo parte del proceso de transición a la paternidad.

En el caso de las mujeres durante los días siguientes al parto surgen preocupaciones en torno a la salud del bebé ya que son muy pequeños y aún no se comprenden sus necesidades, algunas madres desconocen los cuidados que requieren. Otras preocupaciones tienen que ver con la vida diaria de las mujeres, con las actividades propias del hogar y con las necesidades económicas de la familia, al ver la opción de salir a trabajar, pero no tener quien cuide del bebé, son preocupaciones muy frecuentes en las madres. (Canaval, González, Tovar, Valencia, 2003).

Estas situaciones se dan cuando en el hogar existe inestabilidad económica, los conflictos de pareja surgen por dificultades en la administración del presupuesto familiar, cuestiones

vinculadas con la búsqueda de mayor autonomía por parte de las mujeres y la exigencia de sus cónyuges acerca del cuidado de los hijos.

Por otra parte, se presentan otras situaciones de demanda física y afectiva durante las semanas posteriores al parto como el amamantamiento, situación dolorosa para muchas mujeres, dificultades en la interacción con la pareja, hasta el punto de llegar a sentir indiferencia o inestabilidad en la relación, afectando así la autoestima, autoimagen, autocuidado e incluso el cuidado del bebé, pues la madre puede llegar a sentirse sola al tener que repartir su tiempo con los otros y velar porque todo funcione bien, convirtiéndose esto en una sobrecarga. (Canaval, González, Tovar, Valencia, 2003).

Otro factor que dificulta la relación de pareja se da durante el puerperio que es el periodo de recuperación del parto, pues existen limitaciones en la pareja para la relación sexual dado que las mujeres manifiestan no estar disponibles por sentirse cansadas y solo reactivarán su vida sexual al finalizar los 40 días de “la dieta” cuando se haya recuperado la fuerza y el estado de ánimo. (Canaval, González, Tovar, Valencia, 2003).

Se entiende que la transición más difícil a nivel personal y familiar se produce con la llegada del primer hijo o hija. Pues, ciertas dudas o incertidumbres frecuentes para los padres y madres primerizos como por ejemplo cómo cuidar a un recién nacido desaparecen al volver a convertirse en padre o madre por segunda vez. También existe la creencia que los cambios experimentados durante el proceso de convertirse en madre o padre tienen un carácter temporal y pasados unos meses de adaptación, pueden recuperarse algunos de los hábitos que han sido modificados a nivel personal y familiar por la llegada del nuevo miembro a la familia (Arnal, 2017).

Cabe resaltar que algunas intervenciones psicológicas prenatales tienen éxito en el fortalecimiento de las relaciones de pareja para promover el desarrollo positivo en los futuros

niños. Shapiro, Gottman, Brand y Fink (2015) citados por Arnal (2017, p.4). Por lo cual, hay parejas que asisten a terapia psicoeducativa durante la transición entendiendo que la calidad de la relación prenatal prepara el terreno para la crianza posterior. Le et, al. (2006) citado por Arnal, (2017, p.4). Estos resultados demuestran la importancia de considerar el bienestar emocional de los miembros de la pareja durante las grandes transiciones de la vida.

Desarrollo del niño en los primeros años de vida.

Como se ha mencionado anteriormente una de las preocupaciones de las parejas en transición a la paternidad se genera por el desconocimiento frente a los cuidados del recién nacido que le permitan proporcionar un desarrollo y crecimiento adecuado. Es importante tener en cuenta que el ser humano tiene diferentes áreas del desarrollo: físico, cognitivo y social...por lo cual es necesario que los niños reciban estimulación desde temprana edad para potencializar su desarrollo.

La estimulación temprana hace uso de prácticas propias en las que actúan los sentidos, la percepción y el gusto de la exploración, el descubrimiento, el autocontrol, el juego y la expresión artística. Su finalidad es desarrollar la inteligencia, pero sin dejar de reconocer la importancia de unos vínculos afectivos consistentes y una personalidad segura. (Gomez,2014)

Cabe resaltar, que un ambiente familiar estimulante constituye una mínima condición para asegurar el desarrollo a nivel sensorial, motor, cognitivo, del lenguaje, social y desarrollo emocional en los primeros años, siendo también un requisito previo importante para el aprendizaje, proporcionar a los niños pequeños oportunidades para interactuar con entornos sociales, culturales, físicos y socio-morales. Se debe tener en cuenta que es a través de la motricidad que la inteligencia materializa, pues por medio de esta se establecen percepciones, se

diseñan imágenes y se construyen representaciones. (Paula, Pires, Mascarenhas, Costa y Brito, 2013)

También, es importante mencionar algunas áreas de desarrollo en el niño en que los padres deben trabajar la estimulación, estas son: el área psicomotriz, social y del lenguaje.

Según Iceta y Yoldi (2009) citado por Matamoros y Peñaretas (2015, p.32) El desarrollo psicomotriz en el recién nacido necesita ser movilizado ya que inicialmente no logra controlar sus movimientos. De esta manera, la proximidad de un estímulo genera como reacción una contracción muscular. El recién nacido necesita de un contacto corporal frecuente con su madre que le brinda contención, seguridad, confianza en su entorno y en sus propias posibilidades de explorarlo lo que le permite tener un adecuado desarrollo afectivo-social.

Por otra parte, en el desarrollo social como lo refiere Antolin (2005) citado por Matamoros y Peñaretas (2015, p.34) el niño adquiere unos patrones de conducta útiles para su interacción con el medio, ya que por naturaleza es un ser social. La variabilidad en este campo es muy amplia, pues además del temperamento individual y de la maduración del sistema nervioso existen gran cantidad de factores ambientales y educacionales que influyen en su desarrollo integral.

En lo relacionado al lenguaje y la comunicación cabe resaltar que estos no son lo mismo, pues la utilización del lenguaje supone un canal de comunicación exclusivo de la especie humana que se pone en marcha en el primer año de vida. El lactante tiene muchas formas de comunicación pre-verbal tales como el llanto, movimientos corporales, balbuceo que posteriormente se convierte en palabras las cuales necesitan ser estimuladas. Así lo afirma Antolin (2005) citado por Matamoros y Peñaretas (2015, p.35).

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, según estudios realizados por Evangelista (2002) citados por (Paula, Pires, Mascarenhas, Costa y Brito, 2013) la permanencia del niño (0-3

años) en un entorno sin privilegios, sin estimulación ambiental, personas, juguetes, espacio físico, entre otros, puede llevar a retrasos en su desarrollo global normal. La familia es considerada la entidad social básica y tener una familia bien estructurada es un factor protector para el desarrollo y crecimiento del niño.

Debido a la falta de experiencia en las parejas que se encuentran en transición a la paternidad, puede existir desconocimiento en este tema.

En un estudio realizado por Paula, Pires, Mascarenhas, Costa y Brito (2013) a padres de niños de 0 a 3 años para evaluar la percepción de las madres con respecto a la estimulación ambiental y el desarrollo normal de los niños, se evidenciaron dificultades para educar a sus hijos, identificándose con: la sensación de insuficiencia, desamparo, miedo, ansiedad, fatiga y pérdida de control, estos sentimientos se cristalizaron en el rol materno, lo que llevó a las madres a olvidar el ocio, el cuidado de otros hijos, los esposos, el estudio, el trabajo e incluso el cuidado personal. Por otra parte, se observa la falta de participación de los padres y las esposas se quejan de ello pues se ha dejado la responsabilidad de la educación y el cuidado de los niños a las mujeres.

Estos factores mencionados anteriormente y las dificultades de pareja se evidencian en la crianza del niño pues varias madres refirieron que no estimulaban a sus hijos por factores como: tiempo, bajos recursos económicos para comprar juguetes, se mencionaba la estimulación como algo complejo y un grupo de madres lo consideraron como una necesidad pues se evidenciaron avances en el desarrollo de sus hijos.

Con base a lo mencionado anteriormente se refleja la importancia de realizar un programa psicoeducativo a parejas en transición a la paternidad para brindar herramientas que permitan mejorar la relación de pareja y de igual manera potencializar el rol de padres en lo relacionado a la crianza y el desarrollo del niño.

Metodología

Tipo de investigación.

La presente investigación es de tipo cualitativo, según Quecedo y Castaño (2002), esta metodología se define como la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable.

Cabe resaltar, que el enfoque cualitativo se selecciona cuando se busca comprender la perspectiva de los participantes (individuos o grupos pequeños de personas a los que se investigará) acerca de los fenómenos que los rodean, profundizar en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados, es decir, la forma en que los participantes perciben subjetivamente su realidad. (Hernández, Fernández y Baptista,2010).

Por otra parte, Martínez (2011) menciona algunas características de este tipo de investigación refiriendo que la investigación cualitativa tiene una metodología holística (integral), es decir las personas, los escenarios o los grupos no son reducidos a variables, sino considerados como totalidad y en su totalidad. En este tipo de investigación se presenta una perspectiva histórica y dinámica, pues el investigador estudia las personas y los grupos tratando de reconstruir y comprender su pasado, como el contexto y las situaciones presentes en los que se hallan. Además, la investigación cualitativa produce datos descriptivos trabaja con las propias palabras de las personas, y con las observaciones de su conducta, empleando la observación y algunos tipos de entrevista.

Otra característica importante en la investigación cualitativa es que la naturaleza del objeto de estudio son los seres humanos, la relación que el investigador establece con las personas y con los grupos es cercana y empática y su interacción es de tipo dialógico y comunicativo, es decir, en este enfoque investigativo se da la relación sujeto que investiga –

sujeto que es investigado y no la relación sujeto –objeto (sujeto que conoce – objeto investigado). Por esta razón, los estudios cualitativos se realizan con individuos, grupos, comunidades u organizaciones. En cualquier caso no con grandes poblaciones pues trabajar el elemento subjetivo no es viable en comunidades ampliamente numerosas. (Martínez, 2011).

Diseño de investigación.

Para la realización de la investigación se usará el diseño fenomenológico, el cual pretende reconocer las percepciones de las personas y el significado de un fenómeno o experiencia, así lo refieren Bogden y Blikem (2003) citados por Hernández, Fernández y Baptista (2010, p. 515).

De acuerdo con Creswell (1998), Álvarez-Gayou (2003) y Mertens (2005), citados por Hernández, Fernández y Baptista (2010, p.515), la fenomenología se fundamenta en diferentes premisas:

En el estudio fenomenológico, se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente, por lo cual este tipo de diseño se basa en el análisis de discursos y temas específicos, así como en la búsqueda de sus posibles significados. De igual forma, el investigador confía en la intuición, imaginación y en las estructuras universales para lograr aprehender la experiencia de los participantes, contextualizando las experiencias en términos de su temporalidad (tiempo en que sucedieron), espacio (lugar en el cual ocurrieron), corporalidad (las personas físicas que la vivieron) y el contexto relacional (los lazos que se generaron durante las experiencias).

Otra premisa importante en el diseño fenomenológico es que las entrevistas, grupos de enfoque, recolección de documentos y materiales e historias de vida se dirigen a encontrar temas sobre experiencias cotidianas y excepcionales, por lo cual, la recolección enfocada se obtiene información de las personas que han experimentado el fenómeno que se estudia.

Población.

La población de este proyecto está conformada por algunas parejas del área metropolitana que ya pasaron por el proceso de transición a la paternidad por primera vez.

Muestra.

Para las entrevistas semiestructuradas se tomará como muestra a un grupo de 8 parejas del área de Bucaramanga que ya pasaron por la etapa de ser padres por primera vez y que estén ubicados en un rango de edad aproximado de 25 a 35 años, con hijos entre 4 y 10 años de vida.

Instrumento.

Entrevista semiestructurada.

Esta se usará para la recolección de información sobre las necesidades que presentaron las parejas que ya pasaron por esta etapa de transición a la paternidad en su relación de pareja, en la crianza del niño, en su contexto familiar, entre otros factores, las entrevistas serán grabadas con audio y las preguntas de las mismas fueron sometidas a validación por parte de dos expertos que calificaron redacción, relevancia de cada ítem para la investigación y pertinencia con la categoría a mencionar. Asimismo, la entrevista constaba de 19 preguntas las cuales se clasificaron dentro de las categorías de: perspectiva de la relación de pareja, perspectiva de la crianza del niño y aspectos sociales relacionados con la paternidad (Ver anexo 1).

Es importante tener en cuenta que la entrevista semiestructurada se basa en una guía de asuntos o preguntas donde el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados (es decir, no todas las preguntas estarán predeterminadas). (Hernández, Fernández y Baptista,2010).

Cabe resaltar que la entrevista permite que el informante tenga más posibilidades de expresión, lo cual conlleva a que se puede comprender más sus puntos de vista, actitudes, sentimientos, ideas, etc.; es un medio de hacer investigación a profundidad (contrariamente al método de la encuesta); las preguntas que se hacen son abiertas y las respuestas pueden abrir más posibilidades de indagación. (Martínez, 2011)

Se debe tener en cuenta, que las entrevistas de esta investigación fueron grabadas en audio y posteriormente transcritas para finalmente ser analizadas y organizadas gráficamente en el software Atlas. Ti. para poder categorizar la información y de esta manera obtener los resultados,

El consentimiento informado.

El consentimiento informado es un documento que acompaña el proceso de investigación, dentro de este se consignan los aspectos éticos y legales Colombianos que rigen la investigación, de igual forma se realiza una breve explicación de la investigación con el fin de ofrecer la información necesaria a los participantes sobre los procesos a trabajar durante la investigación permitiéndoles de esta manera tomar la decisión de participar de manera voluntaria, conociendo los beneficios y los riesgos que toda investigación en humanos conlleva, por lo tanto los participantes dan la autorización para el registro de la información requerida para el estudio a los responsables a cargo del proceso. (Álvarez, Espinosa, y Fernández, 2018).

El consentimiento informado será usado en esta investigación con el fin que los padres que ya pasaron por el proceso de transición a la paternidad den su autorización para las entrevistas a realizar (Ver formato en anexo 2).

Resultados

Los resultados de esta investigación se obtienen a partir de las entrevistas realizadas a las diferentes parejas, que ya atravesaron el proceso de transición a la paternidad, se debe tener en cuenta que los resultados están organizados por categorías que permiten dar respuesta a los objetivos establecidos en la presente investigación.

Asimismo, se puede evidenciar que la transición a la paternidad trae consigo unos cambios, los cuales se clasificaron en dos categorías: los cambios de la pareja y los cambios relacionados con el rol paterno. (Ver Figura 1)

Cambios de la pareja en transición a la paternidad.

La llegada de un nuevo ser a la pareja que se enfrenta a la paternidad por primera vez, puede traer consigo unos cambios para los padres y estos pueden no sentirse preparados. Por esta razón, se dice que dichos cambios generan un desequilibrio en el sistema conyugal y son percibidos como una crisis manifiesta ya que según Caplan 1961 (citado por González & Revuelta, 2001) esta se conceptualiza como un obstáculo que el sujeto encuentra en la consecución de metas importantes y que no puede ser superado mediante sus estrategias habituales de resolución de problemas. “El papel patogénico de las crisis viene de esta vivencia de incapacidad, de la sensación de ser superado por la situación, que puede acabar en una renuncia masiva al proyecto vital, con pérdida del futuro y desorganización de las capacidades de adaptación y defensa”. Gonzalez & Revuelta (2001, p.36).

La categoría de crisis presenta la siguiente subcategorización las cuales afectan o están asociadas con: La distribución del tiempo, intimidad de la pareja, y diferencias en las creencias de la pareja. A continuación, se profundizará en cada una de ellas.

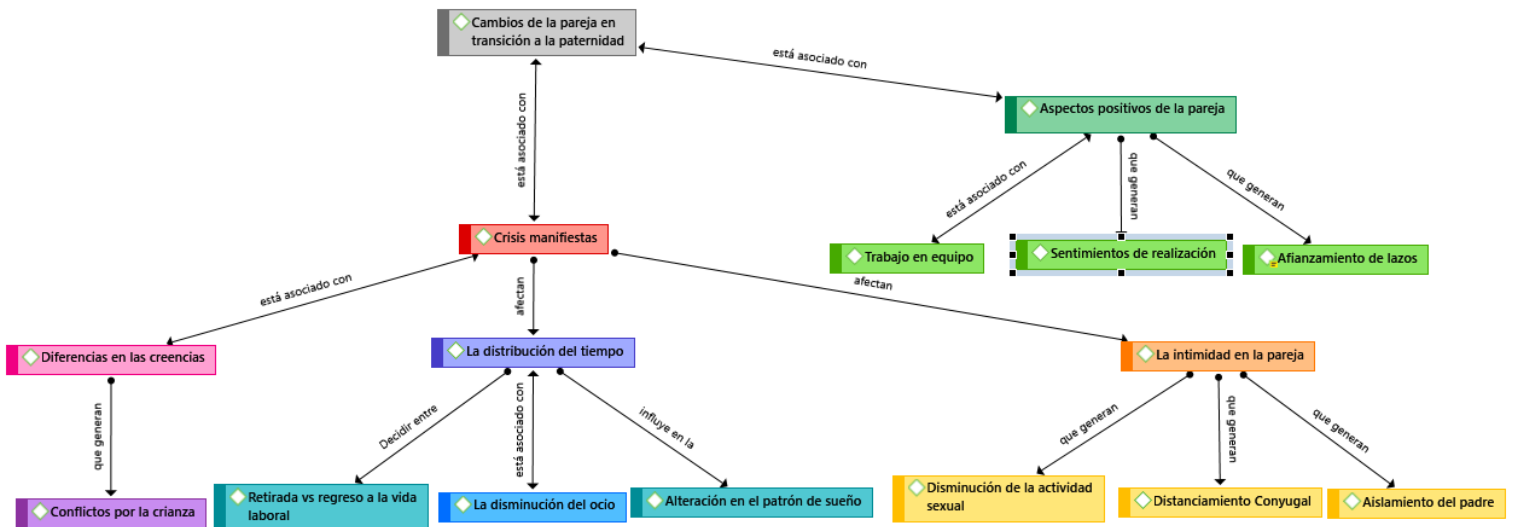


Figura 1: Cambios en la relación de pareja

Diferencias en las creencias de los padres.

Existe un cambio que puede generar conflictos en la pareja en transición a la paternidad son las diferencias que se tienen en las creencias sobre lo que implica el ser padres lo cual se refleja en:

Conflictos por la crianza.

La conformación de una pareja se da por personas que generalmente provienen de culturas diferentes y que han recibido un estilo de crianza determinado, lo cual los lleva a construir su propio concepto sobre lo que implica ser padres. Con la llegada del primer hijo las parejas pueden entrar en conflictos, ya que cada uno quiere imponer el estilo de crianza que le parece más adecuado basado en el concepto que ha construido de la paternidad.

De igual manera, se presentan discusiones debido a que uno de los padres no está de acuerdo con corregir al hijo y el otro sí, o también por el desgaste físico que trae la crianza del primer hijo, ninguno de los dos miembros quiere encargarse de los cuidados del niño entonces constantemente están debatiendo quien asume las tareas del recién nacido.

La distribución del tiempo.

Se refleja el tiempo como una crisis dentro de la pareja, ya que se produce una modificación importante en el mismo, con la llegada del primer hijo, demandando la renuncia o aplazamiento de áreas del desarrollo individuales y de pareja. Es de destacar, que la aparición del primer hijo supone una serie de nuevas actividades y roles, ya que no sólo hay que atenderlos y cuidarlos, lo que significa una gran dedicación de tiempo, que muchas veces puede ser considerado como tiempo perdido para la propia realización profesional o social, lo cual irá poniendo a prueba los roles previamente consensuados por la pareja, así lo refiere Clemente, 1996 (citado por Fernández, 2013).

A partir de lo referido por las parejas se encontró que dentro de los cambios en la distribución del tiempo se destacan los siguientes:

Disminución de las actividades de ocio.

La mayoría de las parejas entrevistadas se caracterizaban por tener un estilo de vida en el cual se invertía gran parte de su tiempo, en actividades recreativas con la pareja, familiares o amigos: *“antes que llegara el niño nosotros, salíamos, viajábamos y eran viajes que programábamos en media hora y sencillamente nos íbamos, ya cuando él estaba no podíamos hacer eso”*, como se observa la llegada del primer hijo, produce que las parejas disminuyan el

tiempo que tenían para consigo mismas, el cual antes de la llegada del primer hijo, les permitía aislarse momentáneamente de la vida laboral para tomar un descanso a nivel físico y mental siendo así un refugio del estrés de la vida ordinaria. El distanciamiento de las actividades de ocio resulta ser un choque, dado que pueden sentir la sobrecarga de las obligaciones, generándose cansancio a nivel físico y mental, lo cual trae como consecuencia conflictos en la pareja.

Alteración en el patrón de sueño.

Otro cambio que se presenta es en los ciclos de sueño, por ejemplo, los padres manifiestan que: *“los primeros cambios que una nota a la llegada de su primer hijo, es que ya no va poder dormir en los primeros meses igual a cuando no estaba el hijo, porque se levanta cada dos horas a comer y va a estar llorando”*. Se debe tener en cuenta, que un recién nacido tiene su propio patrón de sueño el cual es diferente al del adulto, ya que el recién nacido tiene ciclos más reducidos entre vigilia y sueño gran parte de la noche.

Esta es una de las situaciones más críticas que han tenido que enfrentar los nuevos padres pues esto puede afectar el rendimiento laboral y el estado de ánimo de los mismos trayendo de esta manera conflictos en la pareja.

“Estábamos acostumbrados a que nuestro trabajo es de madrugada y en el día pues dormíamos, al llegar un bebé realmente la vida de los dos cambió, es más difícil porque seguíamos con nuestro trabajo, pero ya no había tiempo de dormir y cuando uno está cansado tiende a ponerse mal genio porque no puede descansar, entonces comienzan a tener discusiones más que todo por eso porque nos encontramos cansados, el cansado, yo cansada y él bebe no deja descansar”

Retirada vs regreso a la vida laboral.

Otra situación a la cual se enfrentan los nuevos padres, más específicamente las madres una vez se cumple la licencia de maternidad, es decidir entre retomar la vida laboral y optar porque el cuidador principal del recién nacido pase a ser una persona externa, dejar el empleo para dedicarse completamente a su hijo, o comenzar la búsqueda de un nuevo empleo que implique menos tiempo aun cuando el sueldo sea menor.

Este tipo de decisiones resultan complejas ya que un nuevo miembro en la familia incrementa el número de gastos, y en ocasiones, aunque los padres no quieran dejar al recién nacido con otro cuidador, la situación económica predomina sobre los lazos afectivos entre los padres y el recién nacido, pues se extienden el número de tareas de la pareja, y en ocasiones el padre también se ve en la obligación de conseguir un segundo empleo, por lo tanto, los padres se ausentan del cuidado del hijo.

Se debe tener en cuenta que, si en este aspecto no existe una adecuada negociación de los roles de la pareja dentro del hogar, se pueden generar conflictos que afecten la relación, ya que se puede tener la tendencia a desvalorizar el trabajo de alguno de los miembros de la pareja, considerando que el hombre sólo llega a dormir o que el trabajo de la mujer se reduce solo a las tareas del hogar, de este modo lo señalan algunas parejas:

“Es muy importante que las tareas sean divididas, porque es muy difícil en mi caso pues lo digo porque yo pues trabajo y muchas mujeres también lo hacen, entonces uno ve en muchos casos en que la mujer trabaja y sin embargo en la noche llega a hacer todas las actividades”.

Intimidad de la pareja.

La segunda subcategoría identificada con las crisis manifiestas, tiene que ver con la intimidad en la pareja, Sprecher y Cate, 2004 (citados por Labrador, 2015) señalan el vínculo entre la satisfacción sexual y la satisfacción general con la relación de pareja, llegando a considerar la satisfacción sexual «el barómetro de la calidad de una relación de pareja». Esto quiere decir, que la presencia de problemas en una de estas áreas parece influir de forma importante en la otra. Así, problemas en la sexualidad de la pareja suelen acabar derivando en problemas en la relación general de ésta, es decir que las fluctuaciones que tiene la pareja con el cambio de etapa, puede poner en juego la relación pues el sexo aparte de fortalecer el vínculo de la pareja se considera según la pirámide de Maslow (1991) una de las necesidades básicas en el ser humano.

En el estudio de la intimidad en pareja se clasifican tres nodos relevantes, que están asociados a la crisis en esta área funcional de la pareja, los cuales son: distanciamiento conyugal, disminución de la actividad sexual y aislamiento del padre, a continuación, se expondrán los hallazgos en cada uno de ellos.

Distanciamiento conyugal.

Se debe tener en cuenta que el vínculo conyugal, no se limita exclusivamente al tener relaciones sexuales sino también al tiempo de compartir en pareja. Por lo tanto, cuando se menciona el distanciamiento conyugal es cuando el vínculo que permite que la pareja disfrute y comparta entre sí se ve afectado. La llegada del recién nacido, genera distanciamiento entre la pareja pues por el cansancio, según Labrador (2015), surgen las alternativas de ocio individual (televisión, Internet, redes sociales...), lo cual tiene como consecuencia la reducción de las horas

compartidas, dedicando menor tiempo a las interacciones personales y, por tanto, una disminución de la comunicación, el intercambio de reforzamientos y la posibilidad de realizar actividades agradables de forma conjunta. En estas condiciones es lógico esperar que puedan aparecer, en uno u otro miembro, quejas o desacuerdos por lo que se consideran demandas excesivas y/o expectativas no cumplidas.

Disminución de la actividad sexual.

Se evidencia, que la actividad sexual en algunas parejas también disminuye, dado que el cansancio indispone a la pareja al momento de las relaciones sexuales, así mismo se debe tener en cuenta que un recién nacido implica total atención por parte de los padres frente a las necesidades del mismo, lo cual genera que las parejas perciban o se auto impongan invasión de su privacidad, ya que algunos mencionan tener a sus hijos en la misma habitación en que ellos duermen, lo cual genera dificultades al momento de tener relaciones sexuales:

“No eso fue terrible uy no yo me sentía presionada, pues estaba en el momento y pensaba que el niño se iba a despertar y no me concentraba, si influye bastante en la relación y me siento cohibida en la intimidad por eso porque un niño si trae cambios y uno debe ir acomodándose, buscando el horario adecuado”

Frente a esta situación las parejas realizan ajustes en los horarios o disminuyen su actividad sexual distanciándose, pues también las sobrecargas de trabajo, de tensión y escaso tiempo de ocio, mencionados en el apartado anterior pueden afectar tanto al deseo como las propias interacciones sexuales.

Cabe resaltar, que otro aspecto que hace que las parejas se distancien en el aspecto sexual, es el periodo del puerperio donde la mujer se encuentra muy delicada e indispuesta para tener relaciones sexuales. Sin embargo, existió una excepción en una pareja quienes mencionan que el parto fue beneficioso para ellos dado que, antes tenían dificultades en su parte sexual pero el trabajo de parto y la episiotomía realizada por los médicos a la madre resultó beneficioso pues la relación sexual después de la recuperación se pudo dar con mayor facilidad, asimismo los cambios a nivel físico que tuvo la mujer con el proceso de embarazo resultaron siendo más atractivos para el varón, lo cual incrementó la actividad sexual. A petición de la pareja y por respeto a la privacidad de la misma no se pone en palabras textuales lo mencionado por ellos.

Aislamiento del padre.

A pesar que ambos miembros de la pareja pueden sentirse distanciados con la llegada del primer hijo, el hombre tiende a sentirse más alejado así lo manifiestan algunos padres:

“El amor de la madre se va a centrar en el hijo... y entonces va a llegar el esposo a veces a pasar a un segundo plano y no debe de ser así”.

“y al llegar un hijo al hogar la mamá va a estar más pendiente del niño, más preocupada por el niño, se descuida la parte del papá y se toma el trabajo”

“Lo único es que se dedica la atención a la hija ...y corta la relación de pareja”

En un estudio realizado por Fernández (2013) sobre las representaciones mentales que tienen los hombres sobre la transición a la paternidad se muestra como para los padres el tema de las relaciones sexuales es un tema que sienten que no controlan y el no poder hacerlo les molesta y les genera mucha frustración, les desagrada y les hace sentir incómodos. Además de esto, se

sienten desplazados por el bebé quien ahora recibe todas las atenciones de la esposa, el bebé pasa a ser el centro de todo, el hombre deja de ser el centro de las atenciones de la esposa, el bebé es alguien con quien deben competir y mientras los varones están interesados por retomar la vida sexual luego del puerperio, las mujeres en promedio no lo están para nada pues su interés son los cuidados del niño.

Esto asimismo se refleja en el momento de las entrevistas a las parejas, cuando se les preguntaba por el aspecto sexual algunas se miraban entre sí y la mujer respondía al hombre con frases como *“hable usted que es el que más se queja”* demostrando que si hay diferencia con la llegada del primer hijo y que más frecuentemente el hombre es quien se siente desplazado afectivamente en la relación.

Aspectos positivos de la pareja.

En los resultados encontrados también se evidencia que a pesar que la llegada del primer hijo trae crisis en la pareja, existen aspectos positivos que pueden llegar a fortalecer la relación de pareja, entre ellos están:

El trabajo en equipo.

Un hijo incrementa las responsabilidades en la pareja, por lo cual los padres se ven en la necesidad de organizar sus roles. El acuerdo en la distribución de los roles permite fortalecer el trabajo en equipo en la pareja, donde ambos trabajan por un objetivo específico y esto puede afianzar los lazos afectivos. Asimismo, algunos padres asumen determinadas responsabilidades con el fin de ser un modelo para sus hijos.

“cuando yo ayudo en la casa, siento que estoy dándole ejemplo a mi hijo para que cuando él tenga su propia familia él también pueda hacerlo porque es un compromiso como padres”.

Afianzamiento de lazos.

Se entiende como afianzamiento de lazos en la pareja, el fortalecimiento de los vínculos en la relación a partir del nacimiento del primer hijo. Según lo manifiestan algunas parejas, la llegada del primer hijo los unió pues este se consideraba como un motivo más para estar juntos, asimismo la satisfacción que genera tener un nuevo ser en casa produce que los vínculos se afirmen aún más, así lo manifiestan algunos padres:

"uno todo lo quiere hacer más rápido o quiere llegar más más temprano a la casa, porque siempre quiere estar como cortejando la criatura, siempre quiere estar jugando con ella"

John Bowlby, 1969 (citado por Guzmán y Contreras, 2012) Da cuenta de la necesidad humana universal de formar vínculos afectivos estrechos hacia los cuales recurrir en momentos de sufrimiento o estrés. Este constructo fue aplicado a la relación entre bebés y sus cuidadores. Sin embargo, estudios posteriores lo aplicaron a la edad adulta y a la relación de pareja. Según Ortiz, Gómez, Apodaca (2002) Los estudios sobre los patrones de apego en adultos han mostrado que las personas con un apego seguro tienden a vivir las relaciones afectivas con emociones positivas, confían en el otro, existe aceptación hacia el compañero y tienen mayor capacidad para resolver los conflictos interpersonales, lo cual se puede asociar con el afianzamiento de lazos de las parejas en lugar del distanciamiento conyugal.

Sentimientos de realización.

Una de las experiencias positivas que presentan los padres con la llegada de su primer hijo son los sentimientos de realización, pues se sienten en la capacidad de afrontar nuevos retos a pesar de la inexperiencia que se tiene. De igual manera, el observar que los hijos aplican las enseñanzas que les han brindado trae sentimientos gratificantes en la pareja por la satisfacción del trabajo realizado

“Realmente es gratificante cuando se les enseña a ellos los valores y uno ve en ellos que realmente sí funciona, que sí se pueden formar hombres y mujeres buenos para la sociedad...en mi caso he sentido muy gratificante al ver a mi hijo como le cuesta decir una mentira se siente mal... todo va en cómo los ayudamos a ellos a formarse”.

Cambios relacionados por el rol paterno.

Para una pareja la transición a la paternidad es un gran reto, dado que se enfrentan a una nueva etapa y muchas veces, sin ninguna preparación deben asumir las responsabilidades de cuidar un nuevo ser que dependerá de ellos, generando cambios en las emociones, pensamientos y conductas de los nuevos padres, produciendo un proceso de adaptación al nuevo rol.

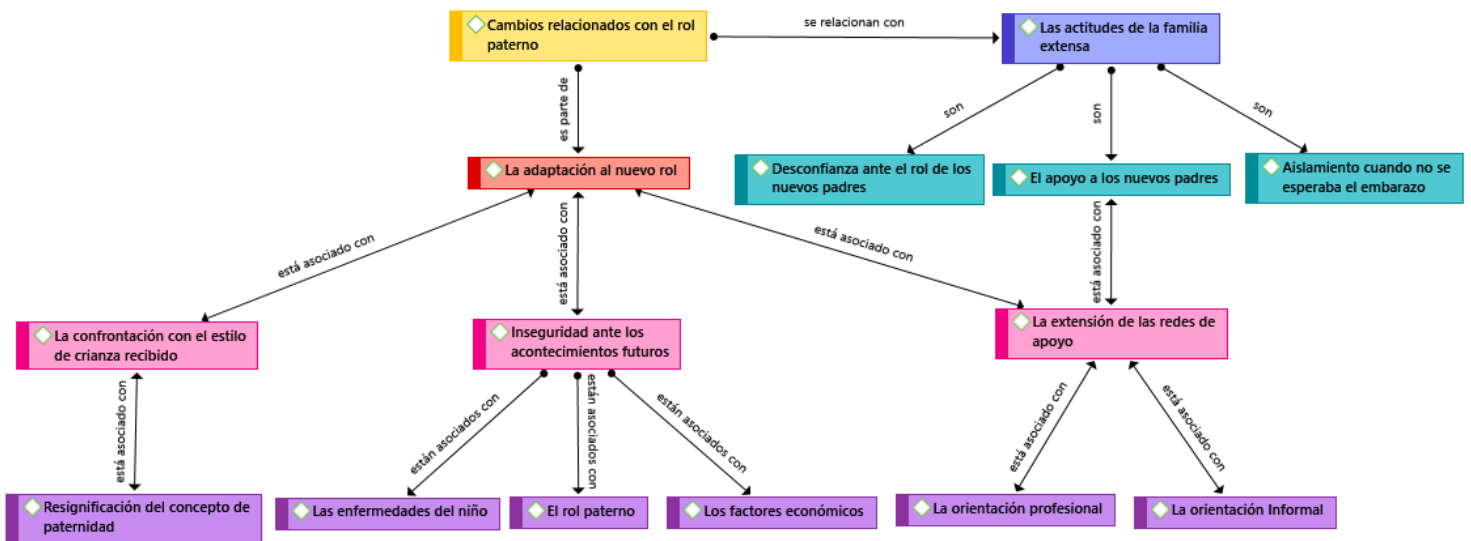


Figura 2. Cambios relacionados con el rol paterno.

La adaptación al nuevo rol.

Durante la transición a la paternidad existe un periodo de adaptación donde la pareja debe empezar a aceptar los cambios que trae la llegada del hijo, para algunas parejas resulta más complejo asimilar el cambio de rutina, prioridades y del aprendizaje de nuevas tareas, pues surgen nuevos temores.

“Cuando llegamos a las gradas del apartamento, al llegar encontramos que ya no éramos dos, sino que estamos ahí ya con una criatura tan pequeña, que toda la responsabilidad cae en nosotros, sentí mucho miedo por la alimentación de mi hijo que si se me ahogaba, que si yo estaba sola, no me gustaba realmente estar sola cuando le está dando de comer porque casi siempre se me atoraba, lo abrigaba mucho porque no quería que le diera gripa y que se me congestionara, al principio me dio mucho miedo entonces al principio fue realmente muy difícil”.

Cabe resaltar que este proceso de adaptación al nuevo rol trae consigo unos cambios en los pensamientos y en las conductas de la pareja, los cuales están asociados con la inseguridad ante los acontecimientos futuros, la confrontación con el estilo de crianza recibido y la extensión de las redes de apoyo.

La confrontación con el estilo de crianza recibido.

Las parejas en transición a la paternidad, manifiestan sentir que surge en ellos un conflicto interno y es decidir entre, aplicar con sus hijos el estilo de crianza que ellos recibieron por parte de sus cuidadores principales o cambiarlo por el que ellos consideren más conveniente.

Cabe resaltar que el estilo de crianza recibido en la niñez marca la vida del ser humano pues influye en su forma de sentir, pensar y actuar, algunas parejas manifestaron que recibieron una crianza basada en golpes, gritos y no quieren aplicar con sus hijos el mismo método, sin embargo, es un conflicto interno constante para ellos el no hacerlo.

“El estilo de crianza si ha marcado mucho y he luchado para no llevarlo a cabo con mi hijo, en mi caso yo viví en una familia conflictiva donde recibí un estilo de crianza rígida o perfeccionista debido a la crianza que me dio mi papá, y sin querer he aplicado involuntariamente esa manera de trato a mi hijo, es una lucha que tengo contra mí misma para no criar a mi hijo como mi papá me crió pues eso si lo marca a uno”.

“Yo recibí una crianza fuerte, de muchísimos golpes, y maltrato verbal y físicamente muy poco amor, muy pocas palabras, muy pocos detalles, entonces eso me enseñó a no ser resentidos, sino que precisamente al proponerme que cuando yo tuviera un hijo pues iba

a compartir todas las cosas con él...entonces fue como un reto personal tratar de ser un buen padre para él”.

Por otra parte, los padres que se sienten satisfechos con el estilo de crianza que recibieron, han procurado actuar con sus hijos de la misma forma en que lo hicieron con ellos, buscando el bienestar de los niños.

“La verdad a mí me consintieron mucho y muchas muchísimas cosas pues que vi en mi casa con mi mamá, pues las he puesto por práctica aquí con mi hijo, entonces para mí fue una bendición y uno pues trata siempre de lo bueno traerlo a la casa”.

“Hay cosas que uno aprende de ellos los cuidados y el deseo de uno como padre es darle lo mejor, pero sin malcriarlos y que aprendan que cuando se dice que no es NO, cosas que el niño desea, pero no son un bien para ellos hay que enseñarlos también eso lo aprendí de los abuelos”.

Cabe resaltar, que esta lucha interna que tienen las parejas con el estilo de crianza recibido, está relacionada con la resignificación del concepto de paternidad, pues la pareja comienza a tener una visión distinta sobre lo que implica su rol, aunque se tenía un concepto previo que se había ido construyendo a lo largo de la vida, este cambia una vez llegan los hijos pues las expectativas que tenían sobre lo que implicaría ser padres es diferente a la realidad que enfrentan. Generalmente, las parejas cuando deciden tener un hijo visualizan a un bebé recién nacido lleno de ternura y risas, pero muy rara vez se piensa en un adolescente o en un niño con el cual se tendrán que esforzar para educar.

“Cambios si son muchos, ejemplo la traspasada cuando se enferman uno piensa que tener un bebé es solo tenerlo al lado y darle de comer y ya, pero no, hay que disponer de tiempo, la responsabilidad como padres es grande porque uno quiere educarlo completamente”.

“Uno pensaba que solamente con hablar al niño y decirle que se porte juicioso o pegarle una palmadita iba a ser suficiente pero no, ya que el niño trae su propia personalidad, entonces uno siempre va a estar una generación atrasada de los hijos”.

Una vez se tiene el hijo los padres comienzan a flexibilizar sus esquemas y así mismo, a modificar el concepto de paternidad, asimilando el esfuerzo que implica desempeñar el rol.

“Una vez tienes el hijo no puedes decir hoy, esta semana descanso de criar a mi hijo y evadir mis responsabilidades o mis deberes no, eso ya no tiene vuelta de hoja, y de ahí en adelante es como decir un camino sin retroceso y responder las 24 horas al día, los 7 días de la semana todo el tiempo casi que hasta que uno muera porque así estén grandes siguen siendo hijos”.

Inseguridad ante los acontecimientos futuros.

Otro cambio que se presenta en las parejas en transición a la paternidad es la visión que tienen hacia el futuro, surgen miedos, inquietudes que están asociados con factores como:

Economía del hogar: En algunos casos, cuando la mujer queda en estado de embarazo, no se cuenta con un trabajo estable, y no se tiene educación en administración financiera, por lo tanto, la pareja no cuenta con una disciplina de ahorro que permita distribuir los gastos equitativamente, algunas parejas aún vivían con los padres cuando nació su primer hijo y es una decisión difícil separarse de los padres por no tener como sostener su propio hogar.

“De los miedos, el mío a veces en mi papel la economía, porque uno quiere darle lo mejor a los hijos por lo menos lo necesario”.

“Los ajustes fueron muchos porque cuando no hay hijos a uno le llegó el sueldo y gasta fácil porque aguanta, pero ahora toca apretar el bolsillo por leche y pañales, también abstenerse de cosas que yo quería por dárselas a mi hijo”.

“La economía se ve afectada y es un motivo para planear los hijos, no es decir voy a tener 4 o 5 hijos solo por tenerlos, sino que uno piensa también mucho en la economía, ellos gastan bastante y a medida que van creciendo gastan más”.

El rol paterno: Una de las preocupaciones de los padres es cómo van a criar a su hijo, ellos manifestaron la inseguridad que tenían para desempeñar su rol: *“uno de los miedos que tenía era no ser la madre que mi hijo necesitará”* es una de las frases que los padres refieren. Cabe resaltar, que dichas preocupaciones pueden estar influenciadas por el contexto ambiental en que se encuentren los padres, ya que comentarios negativos por parte de familiares y amigos cercanos sobre las capacidades de los mismos para desempeñar su rol, pueden entorpecer el desarrollo de sus habilidades paternas descuidando a sus hijos o por el contrario manejando un estilo de crianza sobreprotector con el fin de demostrar que si son buenos padres.

A continuación se refleja el ejemplo de una madre que no recibió atención en su infancia *“Mis padres no nos prestaron mucha atención, nosotros mismos como podíamos hacíamos las tareas, nos cepillamos, llegamos al colegio”* por lo tanto, en oposición a esto la madre toma un estilo de crianza sobreprotector con su hijo pues pocas veces salía de la casa con él, asimismo desinfectaba los juguetes antes de dárselos afectando la salud del niño por falta de defensas, este era el discurso que le daba el médico según lo manifiesta la madre.

En el caso de los varones se cuestionaban el grado de madurez que tenían para ser papás y la experiencia frente al rol paterno. Es de destacar, que entre las razones que las parejas argumentan para decidirse a tener un hijo, son frecuentes las respuestas relativas a la idea de sentirse como un verdadero adulto, madurar, dar sentido a la vida, es decir, aspectos que resaltan las repercusiones de convertirse en padres sobre la identidad y el sentido de la propia vida. En su conjunto, el convertirse en padres por primera vez suele tener consecuencias profundas y permanentes en este ámbito, consecuencias que se relacionan con la diversificación del auto concepto y el enriquecimiento de la propia identidad, ya que aparece una nueva faceta del sí mismo: el yo como padre o madre, así lo refiere Hidalgo, 1988 (Citado por Fernández, 2013)

Las enfermedades del niño. Todos los padres entrevistados coincidieron en que el miedo principal que tenían, es que el hijo viniese con algún tipo de enfermedad o malformación congénita. Estos miedos se incrementaron en las mujeres que presentaron embarazos de alto riesgo. Según Torres (2004) los procesos científicos que actualmente permiten que el embarazo hoy en día sea planeado, la detección temprana de enfermedades y el parto como un proceso seguro, hace que los padres se sientan con el derecho de esperar y exigir la mayor precisión del sistema de salud. Por lo tanto, una situación desfavorable en el embarazo se vive como una tragedia que provoca reacciones psicológicas más intensas que en los tiempos de antes. Esto se puede evidenciar en lo relatado por algunas madres:

“Mi embarazo fue complicado y más en el último semestre salí con toxoplasmosis entonces sentí miedo de que saliera con una malformación o con algún problema neurológico y la última semana me dio preclamsia entonces el niño salió amarillo y lo tuvieron 4 días en fototerapia entonces siempre con la inquietud, si le faltaba un pie o algo por lo que yo no lo vi de una vez”.

“Cuando ella nació pues francamente no fue así como yo lo esperaba, porque cuando ella nació no le pude mirar la cara ni nada, porque ella necesitaba manos de médicos urgentemente, entonces a mí me dejaron solo un tiempo, yo estaba con esas ganas de tenerla en mi brazos, para darle pecho y todo, pero no resulta que a la hora fue cuando me dijeron que ella iba a quedar internada en incubadora entonces pues me dio tristeza, me dio dolor, me puse a llorar porque no esperaba las cosas de esa manera, y pues a los 8 días fue que me dieron la salida”.

Extensión de las redes de apoyo.

Ya que la pareja tiene poca o ninguna experiencia en lo que es la paternidad, surge la necesidad de extender las redes de apoyo. Se debe tener en cuenta que, aunque la pareja suele distanciarse de algunas amistades con las cuales solía realizar actividades de ocio, las interacciones sociales no se anulan, sino que cambian de dirección, ahora la pareja buscará relacionarse más con personas que le brinden información para desempeñar el rol paterno como familiares, amigos, vecinos con experiencia, o surgirá la búsqueda de orientación profesional, aunque no todas las parejas lo consideran necesario.

“Es muy bueno que lo orienten a uno porque como primerizo aprende los cuidados y se familiariza más y uno puede salir adelante sin conflictos o tensiones por no saber qué hacer entonces considero buenas esas ayudas”.

Cabe resaltar, que algunas parejas no consideran tan importante la asesoría profesional en la paternidad, pues mencionan que el aprendizaje se da por medio de errores y de la práctica, se les preguntó el concepto de estimulación y algunas parejas no lo conocían y otras tenían un conocimiento escaso del mismo, pero no lo practicaron con sus hijos.

“Bueno esta vez realmente no hicimos nada, no hicimos ninguna estimulación con el bebé por el trabajo, nos tenía tan cansados que sólo queríamos era despertarle que también durmiera”.

Cambios relacionados con la familia extensa.

Según Lupo, Mohr, & Mülli (2014) en la etapa de transición a la paternidad y en los primeros meses de vida del nuevo hijo, la familia dirigirá su atención hacia su propio interior, es un momento de puertas adentro. Por lo tanto, hay que definir nuevos roles y revisar antiguas relaciones, principalmente, las de los nuevos padres con sus propios padres. Nuevamente habrá un cierto grado de dependencia con las familias de origen y será importante pensar en los límites que habrá que poner para ir logrando una nueva identidad como familia. Todo este proceso es inconsciente, pero es bueno pensar que, según las modalidades de cada familia, será necesario poner límites a la intromisión de abuelos y tíos o pedir apoyo y sostén en el caso de un estilo más distante y frío.

Se debe tener en cuenta, que los cambios relacionados con el rol paterno se asocian con la familia extensa pues esta juega también un papel muy importante dado que ellos podrán ser un apoyo u obstáculo para los nuevos padres. La familia extensa adquiere tres cambios en las actitudes con la llegada de un nuevo miembro a la familia los cuales se explican a continuación:

Apoyo hacia los nuevos padres.

Algunas parejas refieren que la llegada de su primer hijo, permitió afianzar los lazos afectivos con la familia extensa (padres, tíos hermanos...) pues estos brindaron el apoyo

necesario al enseñarles los cuidados que se debían tener con el recién nacido para evitar errores que pudiesen afectar al mismo debido a la inexperiencia de la pareja, así lo refieren algunos:

“Yo aprendí preguntándole a mi mamá y a mi hermano mayor ya que tenía su hogar y entonces él me enseñó cosas que él hacía con sus hijos entonces aprendí porque de resto no sabía”.

La actitud de apoyo hacia la pareja por parte de la familia extensa facilita la carga de ellos. Sin embargo, se debe tener en cuenta que dicha ayuda debe tener límites, pues en ocasiones la familia extensa quiere imponer el estilo de crianza que se debe tener con el hijo y los padres no están de acuerdo generando conflictos que aíslan la familia.

Desconfianza ante el rol de los nuevos padres.

Otra actitud que puede presentar la familia extensa hacia la pareja es la duda sobre las capacidades de los mismos para criar un hijo, lo cual lleva en ocasiones a juzgar a la pareja en lugar de ser una red de apoyo para ellos, así lo refiere una madre:

“En mi familia tenían preocupación por mí, en mi caso nunca me gustaron los niños, siempre fui una persona bien alejada de ellos, no me gustaba tocarlos, cambiarlos, nada de eso entonces me decían que yo iba a ser una mala mamá por eso estaban preocupados, pero les demostré que no era lo que ellos pensaban, tomé responsabilidades”.

El grado de experiencia en las parejas para criar un hijo es muy variable, este depende en gran parte de las experiencias vividas anteriormente por la pareja, ya sea por el aprendizaje que recibieron a través de su profesión, o por haber cuidado a sobrinos, primos o hermanos

anteriormente lo cual disminuye el número de errores a tener con su propio hijo. Sin embargo, existen parejas con experiencia nula en el tema de paternidad y cometen graves errores que afectan el bienestar del recién nacido, siendo importante que la familia extensa incremente sus lazos de apoyo en lugar del rechazo hacia la pareja por la falta de experiencia de los mismos, como puede suceder en el ejemplo que se menciona a continuación:

“En una ocasión le atravesé el gancho en la piel a mi hijo poniéndole el pañal, y mi mamá me enseñó que hay que meterle la mano primera para colocarlo, entonces de errores se aprende”.

Rechazo cuando no se esperaba el embarazo.

La familia extensa puede generar rechazo hacia la pareja cuando el embarazo no se esperaba ya sea por la edad en la que se encuentran los nuevos padres, por no haber culminado sus estudios, por rechazo hacia uno de los miembros de la pareja e incluso porque recibían algún beneficio por parte de alguno de los miembros de la pareja y la llegada de un hijo implique que ya no recibirán más beneficios, aquí se observan algunos casos:

“En mi familia no había ninguna expectativa, porque pues pareciera que ninguno se interesó, de pronto no fue como tan de mucho agrado”.

“Bueno en mi caso mi madre no estuvo muy contenta, como decía mi esposo ella tiene muchos nietos, y yo soy una de las menores y soltera, y yo le ayudaba económicamente, al ya llegar un bebé pues las preferencias, cambiaron para el bebé, los gastos, entonces ya pues las entradas que le llegaban allá ya no las iba a tener, no lo recibió muy bien”.

Cuando existe rechazo por parte de la familia, la pareja debe criar a sus hijos por si solos con la incertidumbre de no saber qué hacer para afrontar situaciones como enfermedades o la razón del llanto del recién nacido

“Cuando se enfermaba pues yo me ponía a llorar, me estresaba, me afanaba, porque no sabía qué darle yo que le hago, yo que le doy, porque no tenía a quien preguntarle ni quien me dijera, me sentía sola para enfrentarme a la situación, en momentos difíciles que se me presentaban, me tocaba desenvolverme prácticamente sola, sin tener a quien acudir porque no tenía una mamá, un papá o una hermana para que me ayudara a mí, me enseñara o haga esto o aquello me tocó sola la crianza de ella”.

Cabe resaltar que en algunos casos existe un proceso de adaptación en la familia extensa y ya finalizando el embarazo comienzan a aceptar al recién nacido y a la familia brindándoles el apoyo que requieren.

“Para mis suegros al principio fue algo difícil, pero ya cuando nació la niña ellos le compraron casi todo a la niña: el coche, la fiesta... gracias a Dios lo aceptaron muy bien”.

Discusión

Se evidencia en los resultados como la transición a la paternidad puede influenciar a una pareja trayendo consigo cambios a nivel psicológico y en la relación afectiva de los mismos tales como: disminución las actividades de ocio, cambios en la vida laboral y en el patrón de sueño los cuales afectan el sistema familiar. Por lo tanto, la pareja debe tener una adecuada negociación de roles donde exista un mutuo acuerdo en la distribución del tiempo y las tareas a desempeñar. Según Minuchin y Fishman(1985) la llegada del primer hijo hace que holón conyugal cambie

siendo necesario reorganizar las nuevas tareas y se vuelve indispensable la organización de nuevas reglas de lo contrario, el sistema familiar corre peligro si hay desacuerdos pues si estos problemas se resuelven deficientemente, se pueden generar coaliciones en sistemas de generaciones diversas donde la madre o el padre se coaligarán con el hijo en contra del cónyuge.

De igual forma, se refleja que la intimidad de la pareja se ve afectada con la llegada del primer hijo, debido al distanciamiento conyugal, aislamiento del padre y disminución de la actividad sexual, si bien es cierto la parte de la sexualidad de la pareja no abarca el todo en la relación, pero sí es determinante en la misma, pues según Labrador (2015) existe un acuerdo generalizado en que la calidad de los vínculos afectivos es determinante para una buena relación de pareja. De hecho, suele ser «la razón» considerada fundamental para el mantenimiento de la relación de pareja, y se constituye de aspectos como: una comunicación cálida, un intercambio de estímulos agradables, búsqueda y disfrute de situaciones de intimidad y sexualidad, etc.

Por otra parte, se debe tener en cuenta que el ser humano no subsiste por sí solo, sino que, la mayoría de las conductas y actitudes que este presenta son influenciadas por los cambios generados por la etapa del ciclo vital en la cual se encuentran o por el entorno social. Cabe resaltar, que el proceso de desarrollo del ser humano, al igual que ocurre en cualquier otro organismo vivo, se enmarca en una serie de sistemas relacionados unos con otros, que son distintos escenarios de interacción con el ambiente. Esta cuestión, esencial en la biología, ha sido tomada en cuenta por Bronfenbrenner, 1986 citado por Espinal, Gimeno y González, (2006) quien la ha aplicado al sistema familiar, considerando que la familia es el sistema que define y configura en mayor medida el desarrollo de la persona desde su concepción.

Lo anterior se refleja en los cambios relacionados con el rol paterno dado que se encontró que el estilo de crianza que aplican las parejas con sus hijos es influenciado por el estilo de crianza que han recibido de sus padres o cuidadores principales ya sea para repetirlo o prescindir del mismo, dándose una resignificación del concepto de paternidad. Por esto se conoce a la familia como el microsistema más importante pues configura la vida de una persona durante muchos años, así lo plantean Bronfenbrenner, 1986, Rodrigo y Palacios, 1998 citados por Espinal, Gimeno y González, (2006).

Así pues, se entiende la familia como un sistema, esto significa que el modo de abordar los objetos y fenómenos no puede ser aislado, sino que tienen que verse como parte de un todo, siendo un conjunto de elementos que se encuentran en interacción, de forma integral (Puig, Washington & García, 2003). Por lo tanto, los cambios que tiene la pareja en transición a la paternidad forman parte de dicho sistema donde la familia extensa juega un papel fundamental, pues ellos resultan ser la red de apoyo principal para la pareja al brindar la asesoría informal en lo relacionado a la crianza del niño y dependiendo de las creencias que se tengan en ese contexto familiar, la pareja buscará o prescindirá de la asesoría de un profesional para dar orientación en el rol paternal.

También se observa en lo relacionado a la familia extensa la influencia que ejercen las actitudes de estos sobre la pareja en transición a la paternidad, ya que se puede generar aceptación o rechazo ante el embarazo o desconfianza ante las capacidades de los nuevos padres para desempeñar su rol. Es evidente que para la familia extensa resulta complejo asimilar los cambios generados con la constitución de la pareja y la llegada del hijo, dado que el sistema familiar se adapta a las diferentes exigencias de los diversos estadios del desarrollo por los que atraviesa. Sin embargo, según Ochoa (1995) existe la homeostasis la cual se define como la

tendencia a mantener su unidad, identidad y equilibrio frente al medio, por lo tanto, la familia extensa querrá mantener su equilibrio interfiriendo en las decisiones de la pareja ante la llegada del hijo.

Como se mencionó anteriormente, los cambios generados por la llegada de un hijo también afectan a la familia extensa, sin embargo, se debe tener en cuenta que una vez se da la constitución de la pareja estos comienzan a formar su propio sistema familiar al cual se le añade el hijo que llega. Por esta razón, con objeto de definir quienes pertenecen a un sistema familiar, son necesarios unos límites que funcionan como líneas de demarcación para el intercambio de comunicación, afecto o apoyo entre dos sistemas o subsistemas (Ochoa,1995) es decir, la pareja tendrá que poner límites ante el papel que jugará la familia extensa frente a su sistema.

A pesar de lo mencionado anteriormente, se debe aclarar que los aspectos que trae consigo la llegada del primer hijo no se enmarcan solamente en lo negativo pues algunas parejas también manifestaron los aspectos positivos, pues cuando se dan avances en el proceso de adaptación, con el recién nacido empieza a surgir en la pareja el afianzamiento de lazos, ya que se vive la etapa de transición como un motivo para estar más unidos. De igual forma, se evidencian sentimientos de realización, donde se ve la paternidad como uno de los mayores logros en la vida de la persona y también se comienza a vivenciar el trabajo en equipo, cuando ya se han negociado los roles a desempeñar por cada uno de los miembros de la pareja.

Finalmente se aclara que los aspectos positivos mencionados anteriormente no los manifiestan todas las parejas participantes de la investigación, la etapa de transición a la paternidad trae consigo cambios que pueden afectar la calidez de la relación, y es normal que existan aspectos positivos y negativos, sin embargo, algunas parejas se enfocaron más en destacar

las señales positivas y otras en las negativas evidenciando en estas últimas mayores dificultades en el proceso de adaptación a la nueva etapa.

Con base a lo anterior, se evidencia la necesidad de crear un programa de prevención primaria que permita un tránsito más ameno de la etapa del holón conyugal a la del holón parental planteado por Minuchin y Fishman (1998). Es por esta razón que en esta investigación se dan a conocer las necesidades más apremiantes en el comienzo de la paternidad referidas por los padres que ya vivieron dicho proceso, para poder intervenir en aquellas parejas que se encuentran en transición, atendiendo así a sus necesidades, psicológicas y emocionales que pueden afectar la relación de pareja, el desempeño del rol y la relación con el contexto social.

Por esta razón, se considera importante proponer unas áreas disciplinares, modulares que permitan responder a las necesidades encontradas en el presente estudio en las parejas en transición a la paternidad, para la ejecución de un programa psicoeducativo posterior.

Conclusiones

Teniendo en cuenta los objetivos de la investigación se infiere que los cambios que tienen las parejas en transición a la paternidad están relacionados con dificultades en la distribución del tiempo pues existe alteración en el patrón del sueño, disminución en las actividades de ocio y se afecta el aspecto laboral. Asimismo, se evidencia que existe disminución en la actividad sexual, dado que la llegada del hijo genera distanciamiento conyugal y aislamiento del padre pues, la madre se centra en darle la atención a su hijo disminuyendo la atención del padre, también se generan conflictos en la pareja por desacuerdos en la distribución de roles y la crianza del niño.

En cuanto a las transformaciones que sufre el sistema familiar con la llegada del primer hijo se evidencia que la pareja debe definir nuevos roles y fortalecer los vínculos con la familia extensa pues, son una red de apoyo importante para ellos. Sin embargo, se hace necesario establecer límites para evitar la intromisión de la familia extensa en las decisiones que toman los nuevos padres quienes ahora están consolidando su propio sistema parental.

En lo relacionado a los cambios, retos y crisis psicológicas relacionados con el rol paterno asumido por los progenitores es de resaltar que existe un periodo de adaptación donde la pareja debe empezar a aceptar los cambios que trae la llegada del hijo, lo cual resulta más complejo para algunas parejas asimilar el cambio de rutina, prioridades y del aprendizaje de nuevas tareas, pues surgen nuevos temores los cuales están asociados con la inseguridad ante los acontecimientos futuros tales como factores económicos, enfermedades del niño y el desempeño del nuevo rol.

Por otra parte, se realizó la revisión teórica para contrastar la información con los resultados existentes en la presente investigación y surgieron hallazgos inesperados, entre ellos la confrontación con el estilo de crianza recibido, donde se puede evidenciar que autores como Cowan y Cowan, 2007 (Citado por Fernández, 2013) refieren que para la pareja la llegada del primer hijo está acompañada por elevados niveles de tensión, conflicto, estrés y divorcio, debido a la distribución de roles, los posibles cambios en las relaciones conyugales, restricción de libertad personal, cambios en los costes económicos, entre otros.

Sin embargo, en la presente investigación los padres manifestaron que los conflictos que trae la transición a la paternidad no solo se dan con el contexto ambiental (entorno familiar y laboral) sino también internamente pues existe una lucha constante consigo mismo dado que, a muchos padres el estilo de crianza que recibieron los marcó negativamente y no quieren repetirlo

con su hijo pero, como se aprendió a responder con un estilo agresivo, existe una lucha constante por controlar los impulsos que los llevan a responder de manera negativa.

Otro aspecto a resaltar, es que todas las parejas coincidieron en que su mayor miedo como padres era que su hijo pudiese venir con alguna enfermedad, aun cuando en los controles médicos se evidenciaba el curso de un embarazo normal y sin complicaciones.

De igual forma, se encontró que para algunas parejas la transición a la paternidad no se vivió como una crisis aun cuando el embarazo fue inesperado y se recibió poco o ningún apoyo en la familia extensa el nacimiento del hijo permitió el afianzamiento de lazos en la pareja en lugar del surgimiento de conflictos, asimismo una pareja mencionó que después del parto la parte sexual en ellos mejoró en lugar de generar distanciamiento conyugal y los cambios físicos que tuvo la mujer con el embarazo resultaron más atractivos para el varón mejorando la actividad sexual, contrastando lo que otros estudios mencionan a modo de conflictos en la pareja.

Finalmente se propusieron unos lineamientos generales para el diseño de un currículo psicoeducativo con temáticas que responda a las necesidades identificadas en las parejas en transición a la paternidad, los cuales se expondrán a continuación. Cabe resaltar, que para este currículo también se han tomado como referencia las temáticas usadas en otros estudios tales como el programa “Nacer a la vida” de Hidalgo, Menéndez, López, y Sánchez (2004) y el programa “crecer felices en familia” creado por Quintana, Máiquez, López, Byme, Rodríguez & Rodríguez (2009) los cuales fueron referenciados en el marco teórico.

Programa psicoeducativo “Enfrentando el reto de la paternidad”.***Competencias generales a desarrollar.***

Conoce los cambios que trae consigo la transición a la paternidad, preparándose para los mismos.

Aplica los conocimientos relacionados con los cuidados y la crianza del niño para contribuir en el desarrollo físico, psicológico y social del mismo.

Emplea estrategias de comunicación asertiva llegando a acuerdos que permitan fortalecer la relación con el cónyuge.

Módulo	Subtema de cada módulo	Explicación del tema a trabajar
1. Cambios de la pareja, durante el desarrollo prenatal y postnatal	Cambios físicos: Etapas del desarrollo del prenatal y postnatal	<p>Los puntos a trabajar en esta sesión se relacionan con las diferentes etapas del desarrollo prenatal en la mujer (gestación, etapa germinal, embrionaria y fetal) asimismo los cambios anatómicos y fisiológicos relacionados al puerperio.</p> <p>Cabe resaltar, que en el hombre también surgen algunos cambios, pues conductas paternas como mostrar ternura hacia el bebé o alzarlo cuando llora, están determinadas por cambios bioquímicos en el aspecto hormonal pues se da una disminución en la testosterona e incremento de la prolactina y cortisol (Maldonado, Lecannelier, 2008) Por lo cual, es un punto importante a trabajar en esta sesión, para así conocer los cambios del cónyuge fortaleciendo los lazos de apoyo al comprender los mismos.</p>

Cambios emocionales: diferencias entre el hombre y la mujer.

Según Gómez, Aldana, Carreño & Sánchez (2006) el embarazo representa un cambio en la vida de la mujer y de su pareja, y además se le considera un periodo crítico del desarrollo psicológico, porque pone a prueba el nivel de madurez emocional de la mujer pues puede presentar estados de ánimo tipo depresivo, hipersensibilidad emocional, pesimismo, preocupación e interés significativo por su salud, quejas somáticas. Así mismo, puede presentar sentimientos de tristeza por la pérdida del atractivo personal. De igual manera, en el hombre también surgen cambios y preocupaciones, respecto al embarazo de su compañera, por la madurez que tendrá que adquirir y conflictos internos por el desempeño de su nuevo rol.

Por esta razón, se hace importante preparar a la pareja en esta sesión dando a entender que la mujer no es la única que sufre alteraciones psicológicas. también es importante brindar estrategias de afrontamiento a la pareja, pues gran parte de los cambios mencionados se generan por la influencia recibida del contexto social a lo largo de la vida y presiones por responder ante las demandas del ambiente.

Cambios a nivel social: Ocio, trabajo, tiempo

Cuando la transición a la paternidad se experimenta por primera vez, el nacimiento de un hijo parece ser una experiencia que tienden a disminuir el contacto y las actividades de ocio con amigos, especialmente con aquellos que no son padres así lo plantean Cochran y Niego, 2002; Wandersman, Wandersman y Kahn, 2006 citados por (Hidalgo, 2009). Asimismo, en el contexto

laboral, los cambios más llamativos son los experimentados por las mujeres que trabajan fuera del hogar donde la gran mayoría modifica su implicación en el trabajo o bien dejan de trabajar al convertirse en madres. Crouter, 1994; Crouter y McHale, 1993; Singley y Hynes, 2005 citados por (Hidalgo, 2009)

Por lo tanto, la pareja debe dialogar sobre dichos cambios en el aspecto social desde la etapa prenatal, con el fin de prepararse para afrontar las diferencias al realizar ajustes en la distribución del tiempo social y laboral, momentos en pareja e incluso los ciclos de sueño ya que las alteraciones de los mismos generan conflictos en esta etapa.

2.Negociando
con mi pareja

¡Papá tu ayuda
es muy
importante,
apoya a mamá!

Tradicionalmente se ha creído que el papel del padre es menos importante durante la etapa del embarazo, parto y durante la infancia temprana; pues todo el énfasis recaía en el binomio materno-infantil. Por este motivo, es importante darle a entender al padre que su trabajo no es solo ser proveedor sin tener ningún tipo de involucramiento emocional con su hijo, sino que la relación de apego seguro padre e hijo también es muy importante en el desarrollo integral del niño

Un estudio mostró que los padres interactúan más por el juego con el bebé mientras que la madre usa la interacción verbal, tacto...dando a entender los diferentes mecanismos de apego entre los padres y la importancia de la presencia de cada uno en la vida del niño (Maldonado, Lecannelier, 2008).

¿Cómo vamos a distribuir las tareas, cuando llegue el bebé?

En esta sesión será importante trabajar la negociación de roles desde la etapa prenatal para evitar futuros conflictos en la pareja por inconformidades por el desempeño en las tareas, es importante ir resolviendo preguntas relacionadas con: horarios de trabajo, cuidado del recién nacido, tareas del hogar, horarios para dormir, teniendo en cuenta que todo está sujeto a cambios con el nacimiento del niño, pero que una preparación antes del nacimiento puede disminuir el impacto del mismo.

El desarrollo de las habilidades de comunicación y negociación facilitará en gran medida una mayor intimidad en la relación, ya que los miembros de la pareja podrán entenderse mejor y sentirse más próximos y con mayor confianza. (Labrador,2015)

Hablando con mi pareja sobre mi sexualidad

Existen variaciones significativas en el aspecto sexual de la pareja con la llegada del primer hijo, por lo cual, se hace importante que cada cónyuge comunique sus inconformidades, gustos, preferencias o si existe disminución del deseo sexual, para que tener conocimiento que permita generar alguna estrategia que permita fortalecer el vínculo afectivo en la relación.

De igual forma, es importante trabajar en esta sesión sobre inquietudes que se tienen tales como ¿puedo tener relaciones sexuales embarazada? pues algunas deben interrumpir su vida sexual durante el embarazo

por prescripción médica pero otras parejas lo hacen por ciertas creencias.

Esple, 2012 citado por Fonseca, Zerna, Álvarez Valarezo, Chávez & Rodríguez (2018) establece también que la sexualidad es más bien un fenómeno biológico, social y psicológico, donde además del disfrute del cuerpo, suelen aflorar los sentimientos y las creencias que cada estrato cultural comunica a las nuevas generaciones, desde un punto de vista general o sesgado.

Psicoeducación
financiera
familiar

Según Díaz, Hernández e Ibarra (2012). Uno de los factores que influyen en el comportamiento del consumidor es precisamente el ciclo de vida que las personas atraviesan y sus distintas etapas de vida, pues van adquiriendo bienes y servicios que van de acuerdo a cada etapa y la familia es la organización de compra más importante de los mercados de consumo, y sus miembros constituyen el grupo de referencia más influyente.

Por lo tanto, la pareja puede sentir el impulso de realizar compras innecesarias debido a la etapa que atraviesa, generando posteriormente conflictos en la pareja por dificultades a nivel económico el cual es uno de los factores más preocupantes en los nuevos padres, por lo tanto, se hace necesaria trabajar este tema.

Pongámonos de
acuerdo: ¿cómo

En esta sesión será importante trabajar la negociación de pautas de crianza, pues cada uno de los cónyuges

vamos a criar a nuestro hijo? tiene un concepto diferente sobre lo que es la paternidad y querrán imponer su estilo de crianza de acuerdo a la formación que han recibido generando conflictos en la pareja.

Según Minuchin (1974) La crianza de un niño ofrece múltiples posibilidades para el crecimiento individual y para consolidar el sistema familiar. Al mismo tiempo, es un campo en el que se disputan muchas batallas arduas. A menudo, los conflictos no resueltos entre los esposos son desplazados al área de la crianza del niño debido a que la pareja no puede separar las funciones de padre de las funciones de esposo.

3. ¿Y los de afuera qué?

Tejiendo redes: ¿quién será nuestro apoyo?

La pareja necesitará reorganizar su red de apoyo rodeándose de personas que le aporten información que coopere en el desempeño del rol paterno. De igual forma, es necesario realizar acuerdos donde se establezca que persona acompañará a la madre durante el puerperio y si se buscará asesoría profesional donde ambos padres se involucren en el proceso.

Cabe resaltar, que los individuos alcanzan el bienestar cuando los tres conjuntos de necesidades primarias son atendidos: personales, relacionales y colectivas. La investigación demuestra que las necesidades psicológicas deben ser alcanzados por los individuos para experimentar un sentido de bienestar personal. Pero estas necesidades no pueden ser alcanzadas en aislamiento. La mayoría de ellas requiere la presencia de relaciones de apoyo (Montero, 2004).

<p>Poniendo límites en mi hogar</p>	<p>El nacimiento de un hijo crea muchos cambios tanto en la relación de pareja como en toda la familia, pues aparecen nuevos roles y funciones. Sin embargo, uno de los problemas que se presentan con la llegada del nuevo miembro de la familia, es la excesiva participación de la familia extensa en el cuidado del bebé, con la consecuente dificultad de los padres para adaptarse al nuevo escenario (Cejas, Creyera, Discacciati, Bakalar, 2004)</p> <p>Por lo tanto, es importante que la pareja establezca durante el periodo prenatal, los límites que se tendrán con la familia extensa resolviendo preguntas como: ¿alguien de nuestra familia vivirá con nosotros? ¿hasta qué punto permitiremos que la familia interfiera en las decisiones? siendo este el tema central de esta sesión.</p>
<p>Módulo 4: Llegó la hora del parto ¿y ahora qué hacemos?</p>	<p>Preparación psicológica para el parto y el puerperio</p> <p>Según Vidal, Reyes, Fernández, González, Acosta, & Yero (2012) en el tercer trimestre del embarazo predomina la ansiedad y el temor aumentado al pensar en los dolores del parto o la posibilidad de morir durante él, motivos por los cuales es necesario que el equipo de salud brinde orientación y apoyo psicológico a la embarazada, al tiempo que promueva la integración de esta con su pareja y familia como sistema de apoyo.</p> <p>Asimismo, se debe resolver durante esta sesión las inquietudes que la pareja pueda tener en relación al parto y la recuperación durante el puerperio.</p>

¿A qué le temo
como papá?

Los futuros padres deben enfrentarse al miedo a lo desconocido. Miedo a no saber en realidad cómo su hijo cambiará a su pareja, su matrimonio o a sí mismo. Miedo a las responsabilidades emocionales y financieras. Miedo a no tener un hijo sano. Miedo a una vida que está fuera de su control. Linton, 2000 citado por (Fernández 2013).

Por este motivo, el tema a tratar en esta sesión serán los miedos de los padres, donde se les permita un espacio para hablar de los mismos, y aclarar dudas disminuyendo así la incertidumbre de los acontecimientos futuros.

Por otra parte, Murkoff, Eisenberg y Hathaway, 2003, citados por (Fernández 2013) refieren que los padres deben prepararse para el parto, ya que al igual que todo lo que es nuevo y desconocido, el nacimiento de un hijo resulta menos atemorizador e intimidante si se sabe lo que se debe esperar. Para ello, deben convertirse en unos expertos en el tema, asistiendo a las clases de preparación al parto con su pareja, leyendo literatura sobre el tema, visitando el hospital con anterioridad para familiarizarse con la sala de partos o hablar con amigos que ya hayan pasado por esta experiencia.

Módulo 5:
Ayudando a
¿Qué necesita
mi bebé?:
alimentación,

En esta sesión se debe explicar a los nuevos padres las necesidades que requiere el niño para su desarrollo físico (lactancia materna, cuidado del cordón umbilical, condiciones favorables en el ambiente familiar,

crecer a mi bebé	crecimiento, controles sanitarios	higiene, ciclos de sueño, habilidades) pues según Hurlock (1982) cuando existen dificultades en la nutrición del niño, enfermedades o tensiones emocionales, se puede interferir en el desarrollo del niño adoptando forma de demora o rapidez con la que el patrón de desarrollo se produce normalmente.
---------------------	---	---

El desarrollo psicológico del recién nacido	El patrón de desarrollo físico se relaciona también con el psicológico y este se puede modificar permanentemente debido a las condiciones ambientales desfavorables antes o después del nacimiento asimismo se puede retrasar debido a condiciones psicológicas como: privaciones emocionales, rechazo de los padres... (Hurlock, 1982). También (Repetur, 2005) refiere que los efectos de una relación temprana madre-hijo de mala calidad, si bien no son irreparables tienen consecuencias que irremediablemente se observarán más tarde en la persona, poniendo una luz de alerta en su desarrollo y generan la incógnita de la actualización de potencialidades que quedan en situación de riesgo.
---	--

Por lo tanto, en esta sesión se quiere lograr que los padres conozcan y comprendan las etapas evolutivas del desarrollo cognitivo del niño, los tipos de apego, la forma de aprendizaje acorde a la etapa y los reflejos temporales del recién nacido, entendiéndose como parte del desarrollo del mismo.

Técnicas de estimulación	Pocos padres tienen claro el concepto de estimulación, o se cree que el niño se puede estimular después de determinada edad, ya que cuando está recién nacido no
-----------------------------	--

se puede jugar con él.

Sin embargo, las actividades de estimulación tienen un objetivo: hacer óptimo el desarrollo general del niño, garantizando condiciones satisfactorias de salud y bienestar, ya que las actividades van encaminadas a satisfacer el desarrollo del niño a nivel físico, emocional, social y cognitivo; viendo al niño como un ser integral que aprende como un ser humano completo, donde la estimulación influye en el desarrollo de las diferentes habilidades (González, 2007).

Por esta razón, se debe dejar claro el concepto de estimulación en los padres desde la etapa prenatal, dando también a conocer algunas técnicas de estimulación temprana tales como: la plasticidad cerebral, estimulación sensorial, de motricidad gruesa y fina y del lenguaje.

Limitaciones del estudio

De este estudio se destaca que las limitaciones de esta investigación son: al ser un estudio cualitativo no se permite hacer generalizaciones con todas las parejas, también que la investigación fue enfocada en familias nucleares (biparentales) lo cual impide que los resultados de la investigación se generalicen en hogares monoparentales donde uno de los progenitores debió asumir toda la responsabilidad del recién nacido, también en casos de embarazos adolescentes donde cada uno sigue viviendo con sus padres o en familias compuestas.

Recomendaciones para futuras investigaciones

Como se evidenció en la investigación la mayoría de las parejas cuentan con una red de apoyo informal como lo son familiares y amigos, sin embargo, existen parejas que reciben asesoría profesional por parte del personal de la salud como médicos y enfermeros que se enfocan en asesorar y velar por los cuidados a nivel físico, de la madre y el recién nacido. No obstante, como se ha observado a lo largo de la investigación el impacto a nivel emocional y psicológico en la pareja es trascendental afectando el sistema familiar y a este aspecto se le resta importancia.

Por esta razón, se sugiere continuar con este estudio en la realización del diseño de un programa psicoeducativo para parejas en transición a la paternidad, a partir del cual se realice un estudio experimental donde se haga un balance entre un grupo de parejas en transición a la paternidad a las cuales no se les brinde asesoría psicológica profesional y otras a las cuales se trabaje el programa psicoeducativo propuesto en esta investigación para observar los efectos de la intervención, respondiendo a la siguiente pregunta ¿Qué tan efectivos son los programas de intervención y formativos dirigidos a parejas que se enfrentan a la transición a la paternidad por primera vez?

Asimismo, surgen otras preguntas para investigaciones futuras como: ¿Qué tan ligadas al género se asumen las tareas del hogar una vez nace el hijo? ¿Realmente se cumplen los acuerdos de la negociación de roles en el hogar realizados durante la etapa prenatal? ¿En qué forma cambian las representaciones mentales de los varones antes y después de la paternidad? ¿Qué factores influyen en que algunas parejas vivan el proceso de transición a la paternidad como una crisis y otras no?

Referencias

- Abril, P; Amigot, P; Botía, C; Domínguez, M; González, M; Jurado, T... (2015) Ideales igualitarios y planes tradicionales: análisis de parejas primerizas en España. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas (REIS)*, 150(19)3-21
- Adamsons, K. (2013) Predictors of relationship quality during the transition to parenthood, *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 31(2),160-171, DOI: 10.1080/02646838.2013.791919
- Álvarez, L., Espinosa, Y., Fernández, L. (2018) ¡Gracias por estar ahí! Acompañamiento psicológico durante el parto, una aproximación al parto humanizado. Tesis de pregrado. Universidad Autónoma de Bucaramanga, Bucaramanga, Colombia.
- Arellano, M. (2012) Efectos de un Programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de primer grado de educación secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor (tesis de maestría) Universidad nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Arnal, B. (2017). Estudio de las alteraciones emocionales y del bienestar psicológico de la pareja en diferentes etapas de la transición a la maternidad y la paternidad (Tesis doctoral). Universidad Nacional de Educación a Distancia, Madrid.
- Canaval, G., & González, M., & Tovar, M., & Valencia, C. (2003). La experiencia de las mujeres gestantes: "lo invisible". *Investigación y Educación en Enfermería*, XXI (2), 32-46.

Climent, G. (2006). Representaciones sociales, valores y prácticas parentales educativas:

Perspectiva de madres de adolescentes embarazadas. *La Ventana, Revista de Estudios de Género*, 23,166-212.

Constitución política de Colombia [Const.] (1991). Recuperado de:

<http://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion%20politica%20de%20Colombia.pdf>

Congreso Nacional de la República de Colombia (2017) LEY No. 1857 26 de Julio de 2017.

Recuperado de:

<http://es.presidencia.gov.co/normativa/normativa/LEY%201857%20DEL%2026%20DE%20JULIO%20DE%202017.pdf>

Díaz, P., Hernández, B. y Rodríguez, I. (2012). Factores que influyen en el comportamiento del consumidor, contribuciones a la economía. Recuperado de:

https://mimateriaenlinea.unid.edu.mx/dts_cursos_md/lic/ET/AC/AM/11/Factores_que_influyen_en_el_comportamiento_del_consumidor.pdf

Farkas, C., y Corthorn, C. (2012). Modelo explicativo del desarrollo temprano cognitivo, motor y de lenguaje en infantes chilenos de nivel socioeconómico bajo, *Estudios de Psicología*, 33:3, 311-323, DOI: 10.1174/021093912803758237

Fernández, L. (2013). Significados de la transición a la paternidad: Análisis psicocultural de las narrativas expresadas por hombres que la atraviesan por primera vez en un grupo de apoyo online estadounidense. (Tesis doctoral) Universidad de Barcelona, Barcelona, España.

- Fonseca, R., Zerna, C., Álvarez, S., Valarezo, M., Chávez, M. & Rodríguez, H. (2018). Sexualidad en el embarazo. Guayaquil, Ecuador: Grupo Compás. Recuperado de: <http://142.93.18.15:8080/jspui/bitstream/123456789/246/1/libro%20listo.pdf>
- Frade, J., Pinto, C., Carneiro, M., (2013) Ser padre y ser madre en la actualidad: repensar los cuidados de enfermería en el puerperio. *Matronas Profesión*. 14(2),45-51.
- García, F. (2008). Síndrome de muerte súbita del lactante. *Revista Cubana de Pediatría*, 80(2) Recuperado en 22 de febrero de 2019, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312008000200009&lng=es&tlng=es.
- Gómez, M., Aldana, E., Carreño, J, & Sánchez, C. (2006). Alteraciones Psicológicas en la Mujer Embarazada. *Psicología Iberoamericana*, 14 (2), 28-35. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133920321004.pdf>
- Gómez, G. (2014) Estimulación temprana en el desarrollo infantil. (informe) Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/84/Gomez-Georgina.pdf>
- González, R & Revuelta, J. (2001). Psicoterapia de la crisis. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (79), 35-53. Recuperado en 27 de agosto de 2019, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352001000300004
- González Zúñiga Godoy, Claudia Inés. (2007). The early stimulation programs from the teachers perspective. *Liberabit*, 13(13), 19-27. Recuperado en 11 de octubre de 2019, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100003&lng=es&tlng=en.

Guzmán, M & Contreras, P. (2012). Attachment Styles in Couples and Their Association With Marital Satisfaction. *Psyche (Santiago)*, 21(1), 69-82. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282012000100005>

Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, M. (2010). Metodología de la investigación. México: Mc Graw Hill.

Hidalgo, V (1999) Las ideas de los padres sobre el desarrollo y la educación de sus hijos. Su cambio y continuidad durante la transición a la paternidad, *Infancia y Aprendizaje*, 22(85),75-94, DOI: 10.1174/021037099760366326

Hidalgo, G., Sánchez, J., Lorence, B. (2008) Procesos y necesidades de desarrollo durante la infancia. *Revista de Educación*, 10 (21),85-95.

Hidalgo, V. (2009). Apoyo a las familias durante el proceso de transición a la maternidad y la paternidad. Recuperado de:
<https://idus.us.es/xmlui/bitstream/handle/11441/30886/Apoyo%20a%20las%20familias.pdf?sequence=1>

Hidalgo, M., Menéndez, S., López, I., y Sánchez, J (2004) Nacer a la vida: un programa de apoyo y formación durante la transición a la maternidad y la paternidad, *Infancia y Aprendizaje*, 27(4), 407-415, DOI: 10.1174/0210370042396968

Hurlock, E. (1982) *Desarrollo del niño* (2a.ed.). México, McGraw-Hill Interamericana

Instituto nacional de medicina legal y ciencias forenses (2019) Boletín estadístico mensual del mes de enero 2019. Recuperado de:

http://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/349426/Enero_2019.pdf/9a162a4a-aeaa-699c-4539-8fb928301600

Kari, A. (2013) Predictors of relationship quality during the transition to parenthood, *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 31(2),160-171, DOI: 10.1080/02646838.2013.791919

Labrador, F (2015) *Intervención psicológica en terapia de pareja: Evaluación y tratamiento*. Madrid, España: Difusora Larousse.

Latorre, M. (2014). *Síndrome Infantil de Muerte Súbita: ¿Un problema de salud pública en Bogotá D.C.?* (Tesis doctoral) Universidad Nacional de Colombia, Bogotá.

Londoño, M. (2016). *¿Y quién nos enseña a ser padres? El reto de brindarle un mejor desarrollo a niños de padres jóvenes*. (Proyecto de intervención, Universidad CES) Recuperado de: http://bdigital.ces.edu.co:8080/jspui/bitstream/10946/362/1/Implicaci%C3%B3n_padres_%20j%C3%B3venes.pdf

Lupo, E., Mohr, P., & Mülli, V. (2014). *Manual para acompañar a los padres del nacimiento a los primeros pasos*. Buenos Aires, Argentina: Ned ediciones.

Maiquez, L., Rodríguez, G., Rodrigo, J. (2004). *Intervención psicopedagógica en el ámbito familiar: los programas de educación para padres*, *Infancia y Aprendizaje*, 27(4), 403-406, DOI: 10.1174/0210370042396896

Martínez, J. (2011). *Métodos de investigación cualitativa*. *Silogismos de investigación* 08(1),1-34. Recuperado de: <http://www.cide.edu.co/doc/investigacion/3.%20metodos%20de%20investigacion.pdf>

Miguélez, A. (2016). Negociaciones de pareja: Los trabajos domésticos, la crianza y la construcción de la maternidad y la paternidad. *Papeles del CEIC. International Journal on Collective Identity Research*, (1), 1-27.

Minuchin, S. (1974). *Familias y terapia familiar*. Barcelona, España: Gedisa. Recuperado de: <https://www.cphbidean.net/wp-content/uploads/2017/11/Salvador-Minuchin-Familias-y-terapia-familiar.pdf>

Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria*. Buenos Aires. Argentina. Editorial Paidós. Recuperado de: <http://www.catedralibremartinbaro.org/pdfs/libro-montero-introduccion-a-la-psicologia-comunitaria.pdf>

Moreno, N. (2013). Familias cambiantes, paternidad en crisis. *Psicología desde el Caribe*, 30 (1), 177-209

National Scientific Council on the Developing Child (2019). *InBrief: Early Childhood Mental Health*. Universidad de Harvard. Recuperado de: <https://developingchild.harvard.edu/resources/inbrief-early-childhood-mental-health-video/>

Ochoa, I. (1995). *Enfoques en terapia familiar sistémica*. Barcelona, España: Herder.

Ortiz, J., Gómez, J., & Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema*, 14(2), 469-475. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=727/72714244>

Paula, L; Pires, C; Mascarenhas, T; Costa, J; y Brito, L. (2013). Perception of association between normal development and environmental stimulation by mothers of children in the

first three years of life. *Revista Paulista de Pediatria*, 31(2), 211-217.

<https://dx.doi.org/10.1590/S0103-05822013000200012>

Porto, J y Merino, M. (2013). Definición de protocolo. Definición De. Recuperado de:

<https://definicion.de/protocolo/>

Puig, R. Washington, M. García, M. (2003). El enfoque sistémico en el contenido de la

enseñanza. *Educación Médica Superior*, 17(2) Recuperado de:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412003000200002&lng=es&tlng=en.

Quintana, M., Máiquez, J., López, L., Byrne, J., Rodríguez, S., & Rodríguez, G. (2009).

Programas de Educación Parental. *Psychosocial Intervention*, 18(2), 121-133. Recuperado

en 21 de mayo de 2019, de

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592009000200004&lng=es&tlng=es.

Ramírez, M. (2007) Los padres y los hijos: variables de riesgo / Parents and children: risk

variables. *Educación y Educadores*, 10(1),27-37. Recuperado de:

<http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v10n1/v10n1a03.pdf>

Repetur, K. (2005) Vínculo y desarrollo psicológico, importancia de las relaciones tempranas.

Revista digital universitaria. 6(11) 2-15. Recuperado de:

http://www.ru.tic.unam.mx:8080/bitstream/handle/123456789/991/nov_art105.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rodrigo, M. J. & Palacios, J. (1998). *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza

Rojas, D. (2005). Para una historia del matrimonio occidental. La sociedad romano-germánica.

Siglos VI-X.. *Theoria*, 14 (1), 47-57. Recuperado de:

<http://www.ubiobio.cl/theoria/v/v14/a5.pdf>

Salguero, A., Córdoba, D., y Sapién, S. (2006) Dificultades, malestares y quejas de algunos

hombres sobre su paternidad. *Revista electrónica de psicología Iztacala*. 17(2), 455-480.

Recuperado de:

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol17num2/Vol17No2Art2.pdf>

Santacreu, J., Márquez, M., y Rubio, V. (1997) La prevención en el marco de la psicología de la

salud. *Psicología y salud*, (10) 81-92

Torralva, T., Cugnasco, I., Manso, M., Sauton, F., Ferrero, M., O'Donnell, A...Carmuega, E.

(2014). Desarrollo mental y motor en los primeros años de vida: su relación con la

estimulación ambiental y el nivel socio-económico. *Arch.argent.pediat*, 97(5), 306- 316

Torres, L. (2004). La paternidad: una mirada retrospectiva. *Revista de Ciencias Sociales*,III

(105), 47-58. Recuperado de:

<https://www.revistacienciasociales.ucr.ac.cr/images/revistas/RCS105/03Torres.pdf>

Torres, M. (2004). Impacto emocional del embarazo de alto riesgo. *Revista colombiana de*

psiquiatría 33 (003) 285-297. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/806/80633303.pdf>

Vidal, A., Reyes, M., Fernández, Y., González, G., Acosta, T., & Yero, L. (2012). Preparación

psicofísica para el parto: seguridad y satisfacción a las gestantes. *MediSur*, 10(1), 17-21.

Recuperado en 08 de octubre de 2019, de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2012000100003&lng=es&tlng=es.

Anexos

Anexo 1. Preguntas a realizar en la entrevista a padres que ya vivieron el proceso de transición a la paternidad

Categoría	Sub categoría	Indicador	Ítems
Perspectiva de la relación de pareja	Perspectiva de cambios con la llegada del primer hijo	Distribución del tiempo en pareja	¿Con la llegada de su primer hijo se presentaron cambios en la distribución del tiempo como pareja? Si es así ¿Cuáles fueron estos cambios?
		Intimidad en la Pareja	¿Qué cambios surgieron en el ámbito sexual, como pareja con la llegada del primer hijo?
		Surgimiento de conflictos	¿Qué conflictos o diferencias surgieron en ustedes como pareja con la llegada del primer hijo?
	Nivel de satisfacción con los cambios generados y acuerdos para asumir los mismos	Cambios en la satisfacción	¿Qué tan satisfactorios fueron los cambios que se dieron en la relación de pareja con la llegada del primer hijo?
		Distribución de roles	¿Cómo se dividieron los roles y tareas de la casa al llegar el primer hijo, existió algún tipo de acuerdo o negociación?
Perspectiva respecto a la crianza del niño	Perspectiva de cambios expectativa vs realidad	Cambios en expectativas	¿Existió algún cambio en las expectativas que tenían sobre lo que implicaría el ser padres antes del nacimiento del primer hijo, o las cosas se dieron tal cual

como se lo imaginaron?

Expectativas de la familia	¿Qué expectativas tenían los miembros de su familia (padres, tíos, hermanos, suegros...) respecto a la llegada de su primer hijo?	
Expectativas generadas por los medios de comunicación	¿Qué percepción tiene acerca de la información que dan los medios de comunicación sobre lo que significa ser padre y la crianza del niño?	
Grado de satisfacción con el rol paterno	Describa aquellos aspectos que le han resultado gratificantes en su rol paterno con la crianza de su hijo	
Inquietudes surgidas	¿Cuáles fueron las inquietudes y los miedos que surgieron en ustedes como padres durante la llegada de su primer hijo?	
Influencia del estilo de crianza e información recibida para el cuidado del recién nacido	Influencia de la crianza recibida de los padres	¿De qué manera el estilo de crianza que recibió por parte de sus cuidadores ha influido en el estilo de crianza que ha llevado a cabo con sus hijos?
	Influencia de la orientación profesional	¿De qué forma crees que serviría que las parejas que van a ser padres por primera vez reciban asesoría profesional sobre los cuidados y la crianza del niño durante los primeros meses de vida?
	Forma de aprendizaje	¿Cómo aprendió los cuidados que se deben tener con el recién nacido y a suplir las necesidades del mismo cuando fue padre por primera vez?

		Aplicación de la información recibida	¿Alguna vez realizó alguna actividad que permitiera estimular a su primer hijo cuando estaba recién nacido? ¿sabe lo que es la estimulación?
Aspectos sociales relacionados con la paternidad	Relación entre transición la paternidad y la vida laboral	Cambios en la vida laboral	¿Qué cambios surgieron a partir del nacimiento de su hijo en su vida laboral (distribución del tiempo, establecimiento de prioridades, desempeño)?
	Aspectos económicos en la transición a la paternidad	Cambios a nivel económico	¿Qué prioridades y qué ajustes a nivel económico fueron necesarios realizar en el hogar con la llegada de su hijo?
	Relación entre las actividades de ocio y la paternidad	Cambios a nivel social	¿Qué cambios se generaron en sus actividades a nivel individual, social, recreativas y ocio con el nacimiento de su hijo?
	Relación familiar y paternidad	Relaciones familiares	¿Cómo se dio la relación con su entorno familiar y el de su pareja con la llegada de su hijo?
	La paternidad dentro del sistema de salud	Valoración del sistema de salud	¿Cómo describe el apoyo recibido por parte del sistema de salud al cual pertenece durante el proceso de transición a la paternidad?

Anexo 2. Consentimiento Informado

Consentimiento de Participación en investigación

De acuerdo con los principios establecidos en la Declaración de Helsinki: respeto a los derechos del sujeto, prevaleciendo su interés por sobre los de la ciencia y la sociedad y el respeto por la libertad del individuo; en el Reporte Belmont: respeto por las personas, beneficencia y justicia y en las Pautas CIOMS que rige los principios éticos para la ejecución de la investigación en seres humanos, especialmente en los países en desarrollo como Colombia, dadas las circunstancias socioeconómicas, leyes, reglamentos y sus disposiciones ejecutivas y administrativas. Este estudio se desarrollará conforme a los siguientes criterios:

- a. Se pretende realizar una entrevista a parejas que ya pasaron por el proceso de ser padres, tomando esta información como referencia para el desarrollo de una investigación de tesis titulada “Diseño de un programa de psicoeducación para parejas en transición a la paternidad basado en las necesidades que se presentan durante el primer año de vida”
- b. Prevalece el criterio del respeto a la dignidad y la protección de los derechos y bienestar.
- c. Cuenta con el consentimiento informado y por escrito.
- d. La actividad es realizada por una estudiante de Psicología y supervisada por un docente Titular y asesor de tesis de pregrado, profesional con conocimiento y experiencia para cuidar su integridad como participante de esta investigación y bajo la responsabilidad de la Universidad Autónoma de Bucaramanga –UNAB-.
- e. La práctica se llevará a cabo cuando se obtenga el consentimiento informado.

Con base en los principios establecidos en la **Resolución 008430 de 4 de octubre de 1993**, por la cual se establecen las normas para la investigación en salud, específicamente en el **Artículo 15**, en lo relacionado con el Consentimiento Informado, esta actividad se consideró como de **bajo riesgo** y usted tiene derecho a conocer acerca de la investigación y aceptar participar en ella si lo considera conveniente. **Por favor lea con cuidado y haga las preguntas que desee.**

1. Objetivo y Justificación

El presente documento tiene el propósito de informarle sobre la actividad a realizarse en la entrevista, aclarando que el ejercicio se realiza con fines netamente educativos. Por medio de este documento, estamos solicitando a usted, su permiso para hacerlo participe de esta investigación académica.

2. Procedimiento (cómo se va a realizar)

1. Se explican los objetivos de la investigación y el fin con el cual será usado la información que usted nos de
2. Se realiza la entrevista semiestructurada a la pareja.

3. La actividad se registra por medio de un audio de la entrevista realizada.
4. Cuando se termine la entrevista, agradecer a la pareja por su participación.

3. Privacidad y Anonimato:

La actividad será utilizada con fines estrictamente académicos, por tanto, se mantendrá en todos los casos el principio de la confidencialidad, siguiendo los lineamientos de las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en Salud del Ministerio de Salud de la República de Colombia Resolución N° 008430 de 1993 consignados en el Título II de la Investigación en Seres Humanos, Capítulo 1 de los Aspectos Éticos de la Investigación en Seres Humanos.

4. Aceptación del procedimiento a realizar:

Acepto en forma libre y consciente el procedimiento que se me ha propuesto. He leído y comprendido la información. Sé que puedo retirar la autorización en cualquier momento.

SI ___ **NO** ___ Autorizo el procedimiento para el desarrollo de la actividad.

SI ___ **NO** ___ Autorizo que la información de la actividad, se usen con fines académicos.

Con Fecha _____ habiendo comprendido lo anterior y una vez que se aclararon todas las dudas que surgieron con respecto a su participación, usted acepta la realización de la entrevista semiestructurada

Nombre del
representante legal (padre-madre)

Firma

Huella

Solamente si los participantes expresan que no saben firmar, se toma la huella digital.

Nombre de la estudiante responsable de la actividad: Deisy Yolanda Vásquez Garzón.

Datos del Docente Titular

Andrés Enrique Zárate Pradilla
(Docente Titular)
azarate@unab.edu.co

Tel. 6436111 ext. 523
Facultad de Ciencias de la Salud
Programa de Psicología
UNAB, Campus del Bosque