



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
Psicología

**DESAFÍOS Y EXPERIENCIAS DE CRIANZA DE LOS PADRES VARONES
PRIMERIZOS EN LA PRIMERA INFANCIA DE SUS HIJOS**

TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA: MARIAJOSE GUADALUPE MUNARRIZ VELEZ DE VILLA

ASESOR: Mg. JULIO ALBERTO DOMÍNGUEZ VERGARA

LIMA – PERÚ

2026

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

La egresada:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES
1.	Munarriz Velez de Villa, Mariajose Guadalupe

(Agregar filas adicionales si hay más autores)

Perteneiente al programa de la **carrera profesional de Psicología** autora del trabajo titulado: **DESAFÍOS Y EXPERIENCIAS DE CRIANZA DE LOS PADRES VARONES PRIMERIZOS EN LA PRIMERA INFANCIA DE SUS HIJOS**, el cual ha sido elaborado, sustentado y aprobado, según corresponda, para optar por el **Título Profesional** bajo la modalidad de **Tesis**.

En calidad de docente asesor de la Universidad Peruana Cayetano Heredia:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES DEL DOCENTE	FACULTAD	NIVEL DE ASESORÍA
1.	Dominguez Vergara, Julio Alberto	Psicología	Asesor

Declaro que el contenido del presente documento es original y que las citas y referencias a otros autores cumplen con las normas académicas establecidas. En ese sentido, hacemos constar que:

- El documento presenta un porcentaje de similitud de **7%**, según el reporte emitido por el software **Turnitin®** (identificador de entrega: **trn:oid:::1:3601042728**; fecha de entrega: **24-06-2026**).
- Tras una revisión detallada del reporte y del contenido del trabajo en cuestión, no se han identificado indicios de plagio.
- Se certifica que el documento respeta los principios de integridad académica y cumple con los requisitos institucionales de originalidad.

Lugar y fecha: **Lima, 24 de Junio de 2026**


Firma del asesor
Nº DNI: 45862915
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3671-3366>

MIEMBROS DEL JURADO

Dr. ALBERTO AGUSTIN ALEGRE BRAVO

Presidente

Mg. MEY LING ROSA CHANG MARCOVICH

Vocal

Mg. CECILIA MARTINA AGUIRRE LAURA

Secretaria

DEDICATORIA

A ustedes dos,
al hombre que camina a mi lado desde hace siete años
y al pequeño milagro que llegó para enseñarnos a ser padres.

A ti, Waldo, compañero de vida y papá de nuestro hijo:
porque, aunque no siempre lo diga, yo sí te veo.
Veo tu esfuerzo de cada día, tus decisiones pensadas en nosotros y ese amor con
el que sigues eligiendo a tu familia, incluso en los momentos difíciles.
Veo todo lo que haces en silencio y todo lo que sostienes sin pedir nada a cambio.
Gracias por siempre estar ahí, por sostenernos con tu cariño y por amarnos tanto.
Te amo y valoro profundamente cada parte de ti que entregas a nuestro hogar.
No hay mejor papá para Lucca Romelu que tú.

Y a ti, Luquita, hijo mío,
porque eres todo lo bueno de tu papá y mío.
Porque contigo aprendí lo que es la entrega,
porque me enseñaste que la vida es más bonita cuando estás a mi lado
y que el amor verdadero no tiene condiciones.
Este trabajo nació por ti, creció contigo y se terminó gracias a ti.

Cada página refleja mi compromiso de visibilizar a todos aquellos padres varones
que, con esfuerzo y dedicación, acompañan y sostienen la vida de sus hijos.

Este logro es nuestro.
Porque cuando quise soltar, ustedes fueron mi razón para seguir.

AGRADECIMIENTOS

A Dios y a la Virgen María,
por la vida, por sostenerme en los momentos de duda y por cubrir a mi familia con
su bendición a lo largo de este camino.

A mis padres,
que han hecho y siguen haciendo todo por mí.
Gracias por su amor inagotable, por su sacrificio silencioso
y por ser el pilar que nunca se quiebra.
Este logro también es suyo.

A mis hermanas,
por su apoyo incondicional, su paciencia y
por estar incluso cuando no sabía cómo explicar lo que sentía.

A mis amigas,
por su cariño sincero, por sus palabras de aliento
y recordarme, incluso en los días más difíciles, que yo sí podía.

A los abuelitos paternos de mi hijo,
gracias por el amor, y presencia constante y significativa en la vida de mi hijo.

A mi asesor,
por su paciencia, guía y acompañamiento respetuoso
en cada etapa de esta investigación.

A los padres que colaboraron con la realización de este trabajo,
gracias por su confianza y por compartir sus experiencias.
Sin ustedes, este estudio no habría sido posible.

Finalmente,
a los docentes de esta hermosa casa de estudios,
por formarme, exigirme y permitirme llegar hasta aquí.

Hoy miro atrás, y recuerdo a esa joven que ingresó a la universidad
con una sonrisa nerviosa y el corazón lleno de sueños...
y agradezco haber llegado tan lejos haciendo lo que amo.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	
ABSTRACT.....	
INTRODUCCIÓN	1
1. Identificación del problema.....	1
2. Justificación e importancia del problema.....	5
3. Limitaciones de la investigación.....	7
4. Objetivos de la investigación	8
4.1. Objetivo general	8
4.2. Objetivos específicos	8
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	10
2. Aspectos conceptuales pertinentes	10
2.1. Teoría de la Identidad de McCall y Simmons.....	10
2.2. Paternidad.....	11
2.3. Paternidad primeriza	12
2.4. Crianza en la primera infancia	13
2.5. Experiencias y desafíos de la paternidad	14
2.6. Problemas psicológicos de la paternidad	16
2.7. Estrategias de afrontamiento	18
2.8. Desafíos emocionales de la paternidad	21
2.9. Experiencia en la relación con el hijo	21
2.10. Desafíos laborales y económico.....	21
2.11. Experiencias de aprendizaje y desarrollo como padre	22
3. Investigaciones en torno al problema investigado	22

3.1. Investigaciones nacionales	22
3.2. Investigaciones internacionales.....	23
4. Definición conceptual y operacional de variables	24
CAPITULO III: METODOLOGÍA	27
3.1. Nivel y tipo de investigación	27
3.2. Participantes	28
3.2.1. Descripción de los participantes.....	28
3.2.2. Descripción de la selección de participantes.....	31
3.3. Criterios de la investigación.....	32
3.4. Instrumento	32
3.5. Procedimiento	34
3.6. Plan de análisis de datos.....	36
3.7. Consideraciones éticas	38
CAPITULO IV: RESULTADOS.....	39
CAPITULO V: DISCUSIÓN.....	57
CONCLUSIONES	65
RECOMENDACIONES	67
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	69
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Datos sociodemográficos **¡Error! Marcador no definido.**

RESUMEN

La investigación tuvo como propósito comprender los retos y vivencias de los padres en esta etapa decisiva del ciclo vital. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, con un diseño fenomenológico de tipo interpretativo (IPA), siguiendo los aportes de Van Manen (2016) y Smith (2015), con el fin de explorar las experiencias vividas y los significados atribuidos desde la subjetividad de los propios actores. Se trabajó entrevistando a padres en etapa de adultez temprana y la muestra, seleccionada de manera intencional, incluyó a 15 padres varones entre 20 – 35 años, que se hayan convertido en padres por primera vez en el transcurso de máximo 2 años, que vivan en Lima Metropolitana. Como instrumento se utilizó una guía de entrevista semiestructurada, y el análisis se realizó mediante el análisis temático de contenido como técnica principal para el tratamiento de los datos, integrado dentro del enfoque de la Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Los hallazgos evidenciaron que la paternidad primeriza constituye un proceso complejo de adaptación, atravesado por dimensiones emocionales, relacionales, laborales, económicas y de aprendizaje personal. Los participantes manifestaron enfrentar desafíos vinculados al manejo del estrés, la conciliación entre vida laboral y familiar, la incertidumbre sobre el futuro y las dificultades en la comunicación con hijos aún no verbales. Al mismo tiempo, expresaron experiencias significativas relacionadas con la construcción de vínculos afectivos, la satisfacción en actividades de cuidado, la redefinición del rol paterno más allá de la provisión económica y el desarrollo de habilidades socioemocionales como paciencia, empatía y resiliencia. En conclusión, la paternidad primeriza emerge como una etapa de transformación integral, donde los padres experimentan cambios

profundos en su identidad, prioridades y competencias, integrando aprendizajes que fortalecen su rol familiar y contribuyen a una concepción más amplia, participativa y afectiva de la paternidad.

Palabras clave: paternidad primeriza, crianza, desafíos, experiencias, primera infancia.

ABSTRACT

The purpose of this research was to understand the challenges and experiences of fathers during this decisive stage of the life cycle. The study was conducted under a qualitative approach, with a phenomenological–interpretative design (IPA), following the contributions of Van Manen (2016) and Smith (2015), in order to explore lived experiences and the meanings attributed from the participants' own subjectivity. The fieldwork consisted of interviews with fathers in early adulthood, and the sample, selected intentionally, included 15 men between 20 and 35 years of age who had become fathers for the first time within the last two years and who reside in Metropolitan Lima. A semi-structured interview guide was used as the instrument, and the analysis was carried out through thematic content analysis as the main technique for data processing, integrated within the framework of Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The findings revealed that first-time fatherhood constitutes a complex process of adaptation, traversed by emotional, relational, occupational, economic, and personal learning dimensions. Participants reported facing challenges related to stress management, balancing work and family life, uncertainty about the future, and difficulties in communicating with non-verbal children. At the same time, they shared meaningful experiences regarding the construction of affective bonds, satisfaction in caregiving activities, the redefinition of the paternal role beyond economic provision, and the development of socioemotional skills such as patience, empathy, and resilience. In conclusion, first-time fatherhood emerges as a stage of comprehensive transformation, where fathers undergo profound changes in their identity, priorities,

and competencies, integrating learnings that strengthen their family role and contribute to a broader, more participatory, and affective conception of fatherhood.

Keywords: first-time fatherhood, parenting, challenges, experiences, early childhood.

INTRODUCCIÓN

1. Identificación del problema

La transición hacia la paternidad ha sido históricamente influenciada por los roles de género tradicionales que asignan a las madres la mayor responsabilidad en la crianza de los hijos, mientras que los padres son vistos principalmente como proveedores económicos. Sin embargo, en las últimas décadas, diversos estudios han mostrado un cambio gradual en la participación de los padres en la crianza, impulsado por transformaciones sociales, económicas y culturales a nivel global (Doucet, 2018; McGill, 2021). Esta transición ha generado nuevos desafíos para los padres varones, especialmente aquellos que experimentan la paternidad por primera vez.

Uno de los principales desafíos para los padres primerizos radica en la tensión entre los roles tradicionales y las expectativas emergentes de involucrarse activamente en la crianza de sus hijos, como menciona Miller (2017), los hombres que participan en la crianza a menudo son vistos como “ayudantes” en lugar de cuidadores principales, lo que puede generar sentimientos de incompetencia o confusión sobre su rol en la familia

El estudio de Cabrera y Tamis-LeMonda (2020) destaca que la falta de modelos positivos de paternidad en muchos contextos dificulta que los padres primerizos desarrollen una autoimagen clara de lo que significa ser un “buen padre”. Esto se suma al estrés emocional y a la presión laboral que muchos hombres experimentan al intentar equilibrar sus responsabilidades familiares y profesionales. Como señalan McGowan y Seigel (2019), la conciliación entre trabajo y familia

sigue siendo un obstáculo globalmente reconocido para los padres, ya que las políticas de licencia parental y apoyo familiar varían considerablemente entre países, dejando a muchos padres con recursos limitados para manejar las demandas de la crianza.

Los desafíos que enfrentan los padres primerizos a nivel internacional están arraigados en una combinación de expectativas tradicionales de género, falta de modelos de paternidad activos, dificultades para equilibrar el trabajo y la familia, y una carencia de sistemas de apoyo específicos. Estos factores hacen necesario un mayor enfoque en cómo los padres experimentan y navegan la crianza durante los primeros años de vida de sus hijos, para así proporcionarles los recursos y el apoyo adecuado en su transición hacia la paternidad (Doucet, 2018; Miller, 2017; Cabrera y Tamis-LeMonda, 2020).

La llegada de un nuevo ser no constituye una experiencia sencilla, razón por la cual se aboga por la presencia activa del hombre. Su participación se percibe como fundamental para recibir al nuevo integrante, mitigando diversos riesgos asociados, y buscando propiciar una vivencia única de la paternidad. Su intervención no solo se traduce en responsabilidad hacia el cuidado del bebé, sino que también beneficia tanto a la madre como al hijo (Railef, 2019)

La paternidad es un aspecto vital de la vida de las personas, pero también conlleva muchas obligaciones adicionales a lo largo del camino. Por ello, las acciones y responsabilidades relativas a los cuidados posparto de la pareja y el bebé se verán considerablemente afectadas. La experiencia de ser padres constituye una fase repleta de cambios, convirtiendo la rutina diaria en un desafío, ya que marca el

comienzo de nuevas vivencias y toma de decisiones significativas (Crisol-Deza, 2021).

Railef (2019) señala que los hombres persisten en desempeñar roles de género tradicionales; sin embargo, al igual que las mujeres, han ganado terreno en áreas donde anteriormente su participación parecía limitada. La evolución de los roles familiares, con las mujeres saliendo del hogar, ha llevado a que los hombres asuman tareas domésticas y el desarrollo personal de los menores de edad. Aunque este cambio ha propiciado una mayor participación masculina en el proceso reproductivo, la carencia de información y formación desalienta a algunos individuos a asumir completamente esta nueva realidad.

Victorio et al. (2019) señalan que el papel principal que desempeña el padre durante los primeros meses del recién nacido consiste en brindar contención afectiva hacia la madre. Dicho de otro modo, la felicidad y la satisfacción de la mujer se traducen en más tiempo dedicado a su hijo. Al crear un entorno emocional positivo, el padre favorece de este modo el desarrollo y el bienestar del recién nacido. Además, al proporcionar señales cognitivas, sensoriales y afectivas que pueden alterar o complementar las ofrecidas por la madre, también desempeña un papel activo en el desarrollo social y psicomotor de sus hijos. Como resultado, proporciona una serie de estímulos que mejoran la vida interior de los niños y les ayudan a comprender la diversidad de su entorno. Asimismo, tanto la madre como el padre perciben a sus hijos de manera diferente, lo que permite al niño(a) desarrollar una imagen más completa de sí mismo al reflejarse en diversas facetas de su personalidad.

En las últimas décadas, el rol del padre en la crianza de los hijos ha sufrido una transformación significativa. Tradicionalmente, la figura paterna se asociaba con el proveedor económico, mientras que la madre asumía el rol principal en el cuidado y la educación de los niños (Machín y Cabrera, 2020). Sin embargo, estudios recientes han mostrado que los padres varones primerizos están involucrándose activamente en la crianza durante la primera infancia de sus hijos, enfrentando nuevos desafíos que no habían sido explorados en profundidad en generaciones anteriores (Martínez et al., 2022). Esta transición ha generado la necesidad de investigar cómo los padres experimentan esta etapa crucial y cómo los cambios sociales y culturales han influido en sus roles y expectativas (Pérez y López, 2021).

A pesar del creciente interés académico en la paternidad, la mayoría de las investigaciones siguen centrándose en el papel de la madre, dejando a un lado las experiencias de los padres varones, quienes enfrentan desafíos particulares relacionados con la adaptación emocional, la conciliación entre el trabajo y la vida familiar, y la presión de cumplir con las expectativas sociales sobre lo que significa ser un "buen padre" (Rodríguez y Torres, 2023). De acuerdo con Díaz (2020), los padres primerizos suelen reportar sentimientos de inseguridad y ansiedad ante la responsabilidad de la crianza, lo cual puede verse exacerbado por la falta de modelos paternos activos en sus propias experiencias infantiles.

Este vacío en la literatura representa una oportunidad para explorar a fondo las experiencias y desafíos que enfrentan los padres primerizos en la crianza de sus hijos durante la primera infancia, un período clave en el desarrollo infantil. Comprender estas experiencias puede proporcionar valiosa información para

diseñar intervenciones de apoyo parental que promuevan un mayor bienestar tanto para los padres como para los hijos (Linares et al., 2023).

Frente a esta realidad para los hombres de ser padres por primera vez, es conveniente analizar ¿Cuáles son los desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos , 2024? Asimismo, se pretende identificar ¿Cuáles son los desafíos emocionales de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos, 2024?, ¿Cuáles son las experiencia en la relación con el hijo de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos, 2024?, ¿Cuáles son los desafíos laborales y económicos de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos, 2024?, ¿Cuáles son las experiencias de aprendizaje y desarrollo como padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos, 2024?

2. Justificación e importancia del problema

Desde el entorno práctico, este estudio está justificado, porque presenta las experiencias que viven los padres primerizos durante el posparto. De igual modo, los resultados obtenidos en el estudio se utilizarán como base para futuras intervenciones de orientación y acompañamiento a los padres primerizos en esta nueva experiencia, promoviendo el desarrollo de una salud mental plena, ayudando así a mejorar el vínculo con su pequeño hijo/a.

Como justificación teórica, se convertirá en un sustento empírico para lo que postulaba Cowan (1988) con respecto a los cambios que surgen cuando se llega a ser padre por primera vez, y el modelo de identidad de rol de McCall y Simmons (1978), siendo esto sustento para la vigencia del estudio y su utilidad teórica.

Como justificación metodológica, esta investigación facilitará un adecuado estudio de las experiencias de padres primerizos y al ser de tipo cualitativo ayudará a que se logre mejoras en la forma de recolectar información.

Respecto a la justificación social, los resultados del estudio permitirán que los profesionales en psicología puedan plantear estrategias oportunas para los padres, como programas preventivos para un mejor afrontamiento a la paternidad. De este modo, se le brinda al padre información útil que le permita hacer frente de manera asertiva a las diferentes situaciones propias de la etapa del posparto. Además, los resultados tienen el potencial de influir positivamente en la práctica médica, específicamente en el ámbito de la ginecobstetricia. La promoción de la participación activa del padre durante todo el proceso perinatal podría traducirse en cambios en las políticas y protocolos hospitalarios. Este enfoque podría alentar a los profesionales de la salud a considerar la inclusión del padre en diversas etapas del embarazo, parto y posparto, reconociendo su importancia como parte integral del proceso de crianza. Asimismo, los padres, al conocer las experiencias de otros, se benefician al estar mejor preparados para enfrentar desafíos similares, facilitando la formación de una red de apoyo. Estos hallazgos contribuyen a fortalecer los lazos familiares y mejorar la calidad de vida tanto de los padres como de sus hijos. Es decir, la presente investigación tiene el potencial de analizar si los padres experimentan cambios profundos en su identidad, prioridades y competencias, integrando aprendizajes que fortalecen su rol familiar y contribuyen a una concepción más amplia, participativa y afectiva de la paternidad.

3. Limitaciones de la investigación

Este estudio presenta algunas limitaciones que deben considerarse. El tamaño reducido de la muestra y el hecho de haberse realizado en un único escenario urbano de Lima Metropolitana restringen la posibilidad de generalizar los hallazgos a otros contextos. Asimismo, la investigación se centró exclusivamente en la voz de los padres, dejando de lado la perspectiva de las madres u otros cuidadores, y se limitó a la etapa de la primera infancia, sin abarcar etapas posteriores del desarrollo. También es posible que algunas respuestas hayan estado influenciadas por sesgos de deseabilidad social, dado que los padres pudieron expresar lo que consideran socialmente aceptable en lugar de lo que realmente sienten o practican.

De igual manera, se reconoce la ausencia de triangulación (ya sea de investigadores, datos o teorías). Si bien la triangulación no es un requisito metodológico obligatorio para todos los estudios cualitativos, la literatura especializada señala que su uso es altamente recomendable debido a sus numerosos beneficios para mejorar la credibilidad, la validez y la profundidad de los resultados de la investigación al ofrecer perspectivas convergentes (Meydan y Akkaş, 2024; Santos et al., 2020). Esta ausencia reduce la amplitud interpretativa del presente estudio; sin embargo, la decisión respondió a los alcances temporales y a la naturaleza del diseño fenomenológico (IPA) elegido, el cual prioriza la inmersión profunda en la experiencia subjetiva individual por sobre la búsqueda de una convergencia de datos externos.

Adicionalmente, se debe indicar explícitamente que la guía de entrevista no fue sometida a un proceso formal de validación de contenido por juicio de expertos,

contando únicamente con la revisión y supervisión del asesor. Como señala la literatura especializada, aunque no es explícitamente obligatorio realizar un análisis de contenido previo de las guías de entrevista, constituye una práctica muy recomendada para obtener evidencias de validez y mejorar la calidad de los datos empíricos (Padilla et al., 2019). La preparación y validación a través de técnicas de juicio de expertos permiten asegurar que las preguntas cumplan con los criterios de claridad, pertinencia e importancia para los objetivos de la investigación. En el presente estudio, al no contar con esta etapa formal, la pertinencia del instrumento se garantizó alineando rigurosamente cada pregunta a la operacionalización de las categorías y apoyándose en la naturaleza iterativa y flexible del enfoque fenomenológico (Brinkmann y Kvale, 2015; Smith et al., 2009), lo que permitió profundizar en el diálogo sin sesgar la narrativa.

4. Objetivos de la investigación

4.1. Objetivo general

- Comprender los desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos.

4.2. Objetivos específicos

- Explorar los desafíos emocionales de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos.
- Explorar la experiencia en la relación con el hijo de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos.
- Explorar los desafíos laborales y económicos de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos.

- Explorar las experiencias de aprendizaje y desarrollo de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

2. Aspectos conceptuales pertinentes

2.1. Teoría de la Identidad de McCall y Simmons

Además, su posición es significativa respecto al rol social interpretado como el conjunto de expectativas que tenemos hacia el individuo que posee una determinada posición social. McCall y Simmons (1978) parten de una visión diferente de la noción de rol propuesta por el funcionalismo estructural. Además, dicha estructura social, se construye por la interacción, teniendo énfasis en ciertos aspectos de tipo idiosincrático, en donde se toma en cuenta la perspectiva del desempeño de roles o actuación, que no se encuentra especificada por el entorno social, lo que ocasiona la improvisación frente a sus propias demandas por su posición social y carácter. De esta manera, se conoce la conceptualización del rol interactivo, como una oposición al rol social, generando una terminología central, conocida como rol- identidad. Siendo está definida como un rol y carácter que la persona construye para ella misma, puesto que ocupa una determinada posición en su ámbito social, considerando que la visión imaginada de sí mismo, se da por la forma de pensar, ser y actuar en dicha posición (McCall y Simmons, 1978).

Por ello, para McCall y Simmons (1978), se identifica al individuo según su posición social, y tienen conocimiento de las implicaciones que genera el estar en esa posición, lo que trae consigo una serie de conductas para establecer un plan de acción acorde a su posición. Empero, las perspectivas que se tiene, en su mayoría pueden ser incompletas, vagas, mal especificadas, siendo variante, lo que presenta un juicio que aprueba o desaprueba dicha conducta lo que satisface o no a la posición social (McCall y Simmons, 1978).

Dado que el papel interactivo, a diferencia del papel social, no está definido por la cultura, uno debe improvisar para cumplir los requisitos del papel, del personaje y de uno mismo. Sin embargo, los sociólogos señalan que la posición social de una persona por sí sola es insuficiente para evaluar el comportamiento, porque un papel interactivo requiere una línea de actuación expresiva y distintiva que revele una personalidad particular e ilustre cómo el individuo hace frente a las expectativas de quienes desempeñan el papel. De este modo, la estructura individual permite que los temas establecidos culturalmente cambien, aunque las expectativas sociales del rol suelen dar a la identidad del rol un marco estructural. Dicho de otro modo, cada identidad consta de dos partes: lo ordinario y lo característico, y la conexión de cada persona con estas partes será única.

La relación entre los conceptos de rol e identidad se establece en el modelo de McCall y Simmons (1978), que permite examinar la estructura del yo teniendo en cuenta la multitud de identidades y roles que puede desempeñar una persona cuando está jerarquizada.

2.2. Paternidad

La protección de la paternidad es un derecho humano y un elemento indispensable de las políticas integrales del trabajo y la familia que promueven la salud paternal e infantil y el bienestar de las familias (Bilo y Tebaldi, 2020).

La paternidad va más allá del simple rol de proveedor, integrando tareas de cuidado y enseñanza. Esta concepción permite a los hombres ser reconocidos como padres responsables dentro de la comunidad (Rendón y Salguero, 2022). Por último, en el ámbito de las políticas públicas, se refiere como el derecho y la

responsabilidad de los padres, garantizado mediante políticas de permisos de paternidad (Castellanos y Fernández, 2023).

2.3. Paternidad primeriza

Según Ortega et al. (2009), el significado de los hombres ante el evento de tener un nuevo hijo(a) es diferente; puesto que, algunos suelen pensar en los compromisos venideros, con responsabilidades, años de trabajo, esfuerzo, brindar una educación adecuada; y, personas ajenas, creen si se preparan para este hijo o esta niña y por un nuevo hijo, porque pueden venir otros, todo ello depende del acto de tener hijos previos y la historia que han tenido con ellos. Además, la importancia radica en silencio, muchas veces se observa en los hombres cuando nace su hijo(a), un sinfín de sentimientos, ideas, emociones y pensamientos que relaciona el tratar de dar órdenes y soluciones. Siendo así, es posible considerar que dicho silencio refleja que, no tienen una solución para todo aquello que los abruma y piensan en ese momento, temen, alegran, preocupan y creen que no podrán enfrentar lo que realmente la sociedad espera de ellos. Por ello, los nuevos padres, dejan de priorizar sus propias necesidades, y cambian esa jerarquía por el hacer con su pareja, familia y su hijo recién nacido.

La vida de un hombre se reinterpreta en cierto modo por la experiencia cuando se convierte en padre, sobre todo por primera vez. Es una práctica valorada. El chico que ya no es un niño, el hijo que corta lazos con los amigos, fortalece el vínculo entre marido y mujer y crea una familia en la que se responsabiliza de ella. (Fuller, 2001).

Además, Mccall y Simmons (1996) demostraron lo importante que es que exista una guía paterna sensible en la familia. Anteriormente, esto sólo se observaba

en las madres, que seguían sus propios instintos y sufrían cambios exclusivos de los hombres debido a su paternidad. Además, vivimos en un periodo de transición en el que coexisten interacciones más igualitarias, incluso moderadas, dentro de una misma familia con vínculos paterno-filiales más tradicionales y autoritarios. Los vínculos que los padres mantienen con sus hijos están evolucionando en este sentido.

Los hombres de hoy han adquirido nuevas técnicas de crianza, la mayoría de las cuales se basan en el modelo tradicional que les enseñaron. Como resultado, tienen que ajustar sus comportamientos, sus compromisos y sus conclusiones sobre la paternidad en situaciones del mundo real. El nuevo modelo les ayuda a reconocer sus preocupaciones, dinámicas de poder y limitaciones, al tiempo que permite a los padres disfrutar de la convivencia con sus hijos. (Fernández, 2000; Flaquer, 1999; Montesinos, 2002; Tubert, 1997).

Además, durante los periodos de transición se han producido cambios en la estructura y la conformidad de las familias, así como en la participación social de hombres y mujeres (Iglesias de Ussel, 1998; Alberdi, 1999; Gimeno, 1999); esto se debe a que algunos hombres consideran la paternidad como un papel laborioso y encuentran inconveniente seguir el modelo tradicional de paternidad, por causa de su actualización en información pertinente para conocer el acto de ser un buen padre, que se da a través de la vivencia diaria, con la relación de pareja e interacción con sus propios hijos donde deben construir nuevas maneras de vivencias su propia paternidad al ser padres (Salguero y Pérez, 2008).

2.4. Crianza en la primera infancia

La niñez temprana representa el período más significativo y de rápido crecimiento en la vida de un individuo. Durante este lapso, se establecen los cimientos para el futuro de cada niño, incluyendo su salud, bienestar y educación. Es crucial garantizar que todos los niños tengan acceso a oportunidades que les permitan desarrollarse plenamente y ejercer sus derechos. Proporcionar un sistema de protección social de calidad desde el principio puede marcar una gran diferencia en el desarrollo de los niños, así como en el progreso de toda la sociedad. Mediante intervenciones tempranas, es posible eliminar las desigualdades y disparidades sociales.

De acuerdo con lo expuesto en el libro "La primera infancia" de Perinat (2007), el período de la primera infancia es crítico para el desarrollo del lenguaje y las habilidades cognitivas. Durante estos años, los niños absorben información del entorno de manera sorprendente, sentando así las bases para su aprendizaje futuro. Por lo tanto, es esencial proporcionar experiencias educativas enriquecedoras que estimulen la curiosidad, la creatividad y el pensamiento crítico desde una edad temprana. La calidad de la atención y la educación durante la primera infancia no solo influye en el desarrollo individual de cada niño, sino que también tiene un impacto significativo en la sociedad en su conjunto. Los niños que reciben una atención temprana de alta calidad tienen mayores posibilidades de éxito tanto en la escuela como en la vida, lo que contribuye a la construcción de comunidades más saludables y prósperas en el futuro.

2.5. Experiencias y desafíos de la paternidad

Dentro del marco de la interacción, se detalla que la experiencia humana, es cuando es un sistema complejo que necesita ser orientado a partir de las estructuras

permanentes de orientación y la dotación de orientación que acompaña a la construcción del cuerpo del diario, crea la prioridad en la sociedad (Ritzer, 1993). Además, la vida diaria como un espacio de interacción, se da como una multi representación, en donde el individuo mantiene una relación bidireccional con otros.

Para Berger y Luckmann (1986) la realidad construida desde la cotidianidad es necesariamente compartida con el otro en un sentido vinculante, pues sugiere que, frente a frente, el otro emerge como un presente vivo y compartido. Siendo así, el eje intermedio de esta relación es el lenguaje como nodo central desde el cual se puede representar y comprender la realidad. Donde el significado lingüístico sustenta principalmente objetivaciones ordinarias (generalmente acuerdos compartidos) en convivencia en la vida cotidiana.

Además, de la expectación y alegría que son características en el periodo perinatal, se deben considerar una serie de desafíos personales, ajustes e incluso familiares (Cierpka et al., 2011; Epifanio et al., 2015; Stern et al., 1998). Siendo así, algunos de los ajustes importantes, es asegurar la vida del recién nacido, garantizando su desarrollo psicológico, siendo su apoyo y cumpliendo con los roles establecidos (padres, trabajadores, hijos) (King, 2010; Stern, 1998).

Para Frevert et al. (2008), se describe este periodo como una crisis normativa, en el proceso de la vida de los individuos involucrados, lo que comprende la posibilidad de continuar con su desarrollo y crecimiento; sin embargo, también existe la sensación de peligro por el exceso de demanda de los recursos contextuales, interpersonales e intrapsíquicos. Si esto es así, presenta mayor probabilidad del aumento significativo de los niveles de ansiedad, estrés y

depresión de todos los miembros del círculo primario, lo que repercute en su estado de salud mental e incide dentro del ambiente familiar, personal y desarrollo de los hijos(as) (Baldwin y Kelly, 2015; Paulson et al., 2016). El exceso de cambios, la mayoría de personas que son hombres denominados modernos, no presentan un modelo del cual guiarse para poder ejercer su labor en el contexto familiar y cumplir con la función de ser padre; por tanto, la paternidad actual es un desafío.

2.6. Problemas psicológicos de la paternidad

El posparto incluye cambios en los roles de los padres, en las relaciones familiares, en la autopercepción e imagen corporal, entre otros cambios. La evidencia sugiere que, si no se mitigan, los factores estresantes posparto pueden conducir a un mayor riesgo de enfermedades físicas y mentales, asociado con un impacto a largo plazo en la estabilidad maternal de la familia. Durante el posparto ocurren una serie de cambios físicos y psicosociales que hacen de este período el más vulnerable para la salud de los padres.

De forma general, a los hombres que se convierten en padres, les dificulta el expresar de manera adecuada sus emociones y pedir ayuda a un profesional, por los estereotipos que se tiene en la sociedad, y el temor a ser juzgados como personas débiles; pero, no consideran que la ausencia de una atención los hace ser propensos a la depresión post parto paterna, considerando a ello como una enfermedad silenciosa.

Parfitt y Ayers (2014) realizaron un estudio que tuvo como objetivo examinar en detalle la transición a la paternidad y la salud mental en padres primerizos. Cabe mencionar que, evaluaron a los padres sobre distintos trastornos como el TEPT, denominado estrés postraumático, depresión y ansiedad, posparto

antes y después del parto, y una variedad de variables de ajuste y relación. Las tasas de depresión durante el embarazo y el posparto fueron aproximadamente iguales, se presentó que el 8% de los participantes tuvieron indicio de depresión. Los problemas de salud mental posparto se asociaron significativamente con la privación del sueño posparto (OR = 7.5), complicaciones en el trabajo de parto (OR = 5.1), falta de apoyo posparto de la pareja (OR = 8.0), sentimientos de indignidad de los padres (OR = 8.3) , y enojo hacia el infante (OR = 4.4).

Koch, De Pascalis, Vivian, et al. (2019) define la depresión posparto como un desequilibrio en el funcionamiento familiar provocado por el parto, que altera los hábitos familiares en cuanto a comportamiento y estado psicológico, además de producir cambios relacionados con la relación entre niños y adolescentes, las relaciones conyugales y sus roles sociales, físicos e incluso hormonales. cambio, lo que lleva a desequilibrios de comportamiento que los dejan vulnerables, lo que aumenta su riesgo de desarrollar depresión. Glasser y Lerner (2019) en su estudio asocia el aumento de la prevalencia de DPP - Paterno hasta luego de un año después del parto.

Además, dicha depresión se evidencia como una pérdida de capacidad para poder tener placer, la existencia de tristeza de manera frecuente, lo que repercute en el desarrollo de sus habilidades sociales, como el cumplimiento de las actividades dentro del aspecto laboral, trayendo consigo el cansancio físico, sueño, agotamiento, desesperanza y culpa; siendo observable entre las 8 y 12 semanas después del parto, iniciando con problemas de cuidado al recién nacido (Bestillero, 2018).

La ansiedad posparto, esto se encuentra vinculado con la afectación de las madres, puesto que, sea el caso del 17% de madres afectadas con ansiedad, el 2.4 al 18% de dichas parejas masculinas (padre) presentan una alta prevalencia de desarrollar una sintomatología parecida (Leach et al., 2016). Aunque, esta cifra no se muestra alarmante, existen estudios en los que la ansiedad paterna en el periodo posnatal, se encuentra presente marcadamente en los padres primerizos, por presentar un mayor índice de sensibilidad con el cuidado del menor y la falta de apoyo de la pareja (Wynter et al., 2016). Dichas conductas, se evidencia por la falta de experiencia, el miedo, vergüenza, problemas emocionales y comportamentales, además de la posible presencia de comorbilidades (Adamson, 2018).

Además, se puede presentar el TETP, como un posible rechazo a la paternidad, con sensación de irritabilidad, lo que genera problemas de salud, ocasionando una posible cronicidad si no se interviene dentro de la etapa posterior al parto (Yildiz et al., 2017). Del mismo modo, la sintomatología, se presentan como terrores nocturnos o el acto de tener pesadillas, así como la evasión de re-experimentar el suceso, presentando pensamientos negativos, y estar en modo hipervigilante o alerta, teniendo una coincidencia dentro del DSM (Thiel et al., 2018).

2.7. Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son herramientas psicológicas que las personas utilizan y activan cuando se enfrentan a situaciones estresantes; sin embargo, ponerlas en práctica no siempre garantiza el éxito, sino que pueden exacerbar, disminuir o prevenir conflictos en las personas, proporcionarles beneficios y fortalecerlas.

A continuación, McCubbin et al. (1982) lanzan una advertencia, señalando que los procesos de adaptación se manifiestan como mediadores del ámbito social, además de los sucesos individuales. Por lo tanto, para preservar y/o recuperar el equilibrio y garantizar el bienestar de los miembros de la familia, se establecen dentro del grupo familiar mecanismos de afrontamiento de crisis normativas o irregulares (McCubbin y McCubbin, 1993; Olson y McCubbin, 1982; Olson, 2011).

El afrontamiento individual y familiar, por su parte, se centra en la gestión de cualquier acontecimiento estresante y tiene en cuenta los esfuerzos conductuales y cognitivos (McCubbin y McCubbin, 1993). El primer proceso se refiere a los procesos personales; aunque reciben el impacto de la sociedad, el sujeto elige cómo abordar los problemas en su vida cotidiana y, como resultado, identifica el tipo de enfoque que emplea cuando se enfrenta a retos o situaciones estresantes en la vida real. Las familias, por su parte, representan una dinámica de grupo cuyo objetivo es garantizar el bienestar de sus miembros y gestionar las tensiones que se les presentan.

Después de su difícil paternidad temprana, algunos hombres empiezan a aprender nuevas habilidades para jugar, dormir y cuidar a su recién nacido. También aprenden a interactuar y comunicarse con su niño en crecimiento. para darle de comer, para contar historias antes de acostarse, para cambiar tu tono vocal, para atraer la atención del bebé. Además, comienzan a strategizar el crecimiento de su hijo, se vuelven más conscientes de las necesidades de su bebé, y tienen el tiempo libre para ver a su hijo aprender y desarrollarse. Las ideas de los hombres sobre el papel de los varones en la paternidad de los niños, especialmente las niñas, y su relación y compromiso con su pareja también desempeñan un papel en estos

cambios en los hombres. Es importante señalar que, si las mujeres no permiten que los hombres cumplan su papel en el estilo de educación, son más propensas a alejarse, hay hombres que luchan para poder ponerse de pie por sí mismos, y ser responsables de sus hijos, pero si los padres y las mujeres cercanas (suegra, madre natural, primo) consideran el trabajo de educación de una mujer, no se les permitirá llevar a cabo las actividades y ayudará al hombre a decidir no hacerlo, lo que crea un problema y dejaría de cuidar lo que tradicionalmente se le confió como padre, siendo un proveedor económico (Ortega et al., 2009).

Aunado a ello, existen múltiples estrategias de afronte que puede emplear el hombre al ser padre por primera vez, siendo su uso de forma selectiva, en base al estímulo estresor y la situación en la que se produce. De esta forma, la escala de modos de afrontamiento, es un instrumento psicológico que realiza la evaluación de acciones y pensamientos que se presentan al tener una situación de alto estrés, para ello, mide 8 estilos de estrategia diferentes (Folkman y Lazarus, 1985). Dentro de los estilos de afrontamiento, se encuentra la confrontación y planificación las cuales están basadas en la solución de un conflicto; el distanciamiento, autocontrol, aceptación de la responsabilidad y evitación o escape, se encuentran centradas en la regulación emocional; y la búsqueda de apoyo social, se apoya en ambas, tanto en la solución como regulación. En la primera, se intenta solucionar el conflicto a través de acciones; en la segunda, se desarrolla estrategias; en la tercera, se intenta apartarse del problema; la cuarta, es el esfuerzo por controlar las emociones; la quinta, se reconoce el rol que uno tiene en el problema; la sexta, se hace uso de pensamientos irreales como el beber, comer o usar algún tipo de droga; la séptima,

considera los aspectos positivos de la situación; y la última, acude a personas de su círculo para obtener ayuda.

2.8. Desafíos emocionales de la paternidad

Los nuevos padres, especialmente durante el embarazo y el primer año de vida del bebé, enfrentan un alto riesgo de desafíos emocionales y de salud mental, por ello, factores como expectativas no cumplidas, ansiedad y traumas del nacimiento exacerban su vulnerabilidad, resaltando la necesidad de intervenciones tempranas para apoyar su bienestar mental (Highet, 2022).

Los padres, particularmente los hombres, expresan sentirse despreparados emocionalmente y necesitan apoyo para enfrentar los desafíos de la paternidad. La falta de preparación emocional afecta su capacidad de involucrarse plenamente en el desarrollo de sus hijos (Aquino et al., 2024).

2.9. Experiencia en la relación con el hijo

Los padres que enfrentan transiciones familiares, experimentan desafíos en su relación con los hijos debido a obstáculos burocráticos, tensiones emocionales y dificultades de integración, lo que resalta la necesidad de sistemas de apoyo más sólidos (William et al., 2023).

En el contexto de familias monoparentales, los padres suelen presentar dificultades emocionales y psicosociales que afectan su capacidad para formar relaciones positivas con sus hijos, a menudo debido a problemas financieros y la ausencia de una red de apoyo adecuada (Rees et al., 2023).

2.10. Desafíos laborales y económico

Los padres que trabajan enfrentan una brecha entre la demanda de servicios y la calidad de los mismos, encuentran difícil equilibrar las responsabilidades

laborales y el cuidado infantil sin suficiente apoyo social (Karim et al., 2023). Por ende, los hogares a menudo deben desarrollar estrategias de planificación financiera y construir redes de apoyo para mitigar las tensiones económicas, resaltando la importancia de los sistemas de apoyo comunitarios (Rees et al., 2023).

2.11. Experiencias de aprendizaje y desarrollo como padre

Generalmente, la primera paternidad está marcada por una falta de preparación y apoyo social, lo que resalta la importancia de la educación entre pares y familiares para ayudar a los nuevos padres a adaptarse a sus nuevas responsabilidades (Karim et al., 2023). Por otro lado, los padres que asisten a cursos de paternidad reportan una mejora significativa en su capacidad para manejar las emociones y desafíos de la crianza (Reinicke, 2020).

3. Investigaciones en torno al problema investigado

3.1. Investigaciones nacionales

En un contexto internacional, Márquez et al. (2021) investigó el análisis de los significados atribuidos a la paternidad por hombres al ser padres por primera vez, por lo que se adoptó un enfoque cualitativo de diseño Hermenéutico-Dialéctico. Las entrevistas en profundidad fueron a padres (10), de niños/as mayores de 12 meses. Se halló que, el significado y participación social del hombre al transformarse en padre por primera vez se conformó por cinco categorías: significado de la experiencia de la paternidad; significado de la paternidad desde una perspectiva de género; significado de la experiencia en la relación padre-hijo/a; significado de la experiencia de paternidad en la relación de pareja; y ejercitando la paternidad y su relación con el sistema de salud. Se concluyó lo siguiente: se requiere implementar estrategias de inclusión del padre en la crianza y cuidado de

los hijos/as, favoreciendo su participación, y de este modo, el crecimiento y desarrollo integral del niño/a concebido en los diversos tipos de familia.

Mesa (2023) comenzó con la idea de que se debería generar más producción y conocimiento sobre cómo los hombres experimentan estos procesos, y luego se concentró en averiguar el papel de los hombres durante el embarazo, el parto y la puerperia. La metodología del estudio involucró la realización de una revisión de la literatura que abordó los factores sociales, biológicos y, lo más importante, psicológicos que afectan a las experiencias de paternidad a lo largo del marco de tiempo especificado. El estudio se basa en un marco de derechos humanos, con énfasis en los derechos a la orientación sexual y la reproducción. Con el fin de dar una visión de las experiencias de los hombres que se convierten en padres y de los procesos psicológicos y sociales que siguen a estas experiencias, los estudios de género, y específicamente el estudio de las masculinidades, adoptan un enfoque conceptual e histórico.

3.2. Investigaciones internacionales

Arévalo (2020) busca caracterizar las experiencias de los padres que, entre julio de 2018 y marzo de 2019, vieron a sus hijos nacer en un centro médico en Bogotá, Colombia. Usando la idea de Rosemarie Rizzo Parse del desarrollo humano, un análisis interpretativo fenomenológico cualitativo fue la metodología de investigación empleada. Las entrevistas, los registros sobre el terreno y las llamadas telefónicas se utilizaron para recopilar los datos, y el enfoque de Colaizzi se utilizó para el análisis. El estudio incluyó a ocho padres que fueron testigos del nacimiento de sus hijos. Los hallazgos permitieron aislar tres temas clave: "entrenamiento parental", "estamos aquí todos los tres" y "soporte excelente en el

cuidado" que mejor describen las experiencias de los padres. Por último, se observó que los padres se sometieron a un procedimiento.

En un entorno institucional particular, Aguilera et al. (2023) describieron la percepción del padre por lo que respecta al rol paterno en la lactancia materna exclusiva en la región de Ñuble, Chile, durante el año 2021 y 2022. El método aplicado fue cualitativo con diseño fenomenológico. Se entrevistó a 7 padres, utilizando grabaciones de las entrevistas para su posterior transcripción y codificación. Los resultados indicaron que hay 5 clasificaciones relevantes para la interpretación de las respuestas entregadas por los participantes. Si bien todos los padres vivieron y viven el proceso de la lactancia materna de diferente manera, todos saben y reconocen la importancia de su rol frente a la lactancia materna, además coinciden en que este hito genera distintos sentimientos y emociones. Se concluyó que, es importante que los padres reciban una amplia información sobre la lactancia materna y lo que eso conlleva, para que así puedan ser una ayuda concreta durante el periodo de lactancia.

4. Definición conceptual y operacional de variables

Categoría: desafíos y experiencias de crianza de los padres

Definición conceptual:

Dentro del marco de la interacción, se detalla que la experiencia humana, es cuando es un sistema complejo que necesita ser orientado a partir de las estructuras permanentes de orientación y la dotación de orientación que acompaña a la construcción del cuerpo del diario, crea la prioridad en la sociedad (Ritzer, 1993).

Definición operacional:

La variable Desafíos y experiencias de crianza de los padres se operacionaliza mediante la técnica de entrevista semiestructurada, que permite recoger las percepciones, vivencias y significados que los padres varones primerizos atribuyen a su rol de crianza en la primera infancia de sus hijos.

Tabla 1*Matriz de operacionalización de la categoría*

Categorías	Subcategorías	Pregunta	Instrumento
1. Desafíos emocionales	1.1.Manejo de emociones. 1.2.Inseguridad en el rol de padre. 1.3.Preocupación por el manejo conductual	1-3	Entrevista semi estructurada
2. Experiencia en la relación con el hijo.	2.1.Rutinas de crianza compartida (baño, comida, sueño). 2.2.Dificultades en la comunicación.	4-6	Entrevista semi estructurada
3. Desafíos laborales y económicos	3.1.Organización laboral vs tiempo de calidad con los hijos/as. 3.2.Preocupaciones financieras y planificación.	7-9	Entrevista semi estructurada
4. Experiencias de aprendizaje y desarrollo como padre	4.1.Redefinición del rol paterno. 4.2.Desarrollo de nuevas habilidades. 4.3.Lecciones valiosas para la vida familiar.	10-12	Entrevista semi estructurada

CAPITULO III: METODOLOGÍA

3.1.Nivel y tipo de investigación

La investigación utilizó el método aplicado en investigaciones fenomenológicas se centra en la comprensión profunda de las experiencias vividas por los individuos. Este método busca describir la esencia de un fenómeno tal como es experimentado por quienes lo viven, sin imponer interpretaciones previas. Un autor destacado en el uso contemporáneo de este enfoque es Max van Manen (2016), quien en su obra "phenomenology of practice" resalta la importancia de reflexionar sobre las experiencias cotidianas para extraer sus significados esenciales. Se empleó un diseño fenomenológico de tipo interpretativo (IPA), cuya finalidad es comprender la experiencia subjetiva y los significados atribuidos por los participantes. En coherencia con este enfoque, se aplicó el análisis fenomenológico interpretativo, el cual permite identificar temas emergentes y profundizar en la construcción de sentido de las vivencias relatadas. Este enfoque ha sido ampliamente utilizado en campos como la educación, la psicología y la enfermería, donde es clave comprender el impacto de las experiencias desde la perspectiva de quienes las viven.

El tipo cualitativo se enfoca en explorar y comprender fenómenos complejos desde la perspectiva subjetiva de los individuos involucrados, sin limitarse a datos numéricos o mediciones estandarizadas. Este tipo de investigación permitió profundizar en las experiencias, creencias y emociones de los participantes, centrándose en el "cómo" y el "por qué" de un fenómeno. Autores como John W. Creswell han hecho importantes contribuciones a la investigación cualitativa, especialmente en su obra "Qualitative Inquiry and Research Design" (2016), donde

expone cómo diseñar y conducir estudios cualitativos, incluyendo la fenomenología, la teoría fundamentada y el análisis narrativo. El enfoque cualitativo es comúnmente utilizado en disciplinas como la sociología, psicología y educación, para comprender el contexto y el significado detrás de las acciones y decisiones humanas.

Con el fin de comprender mejor las experiencias de las personas con un fenómeno o sus diversos puntos de vista enfoque fenomenológico que se centra en comprender la esencia de las experiencias vividas por los individuos, particularmente en áreas como la psicología y la salud. Smith (2015), uno de los principales exponentes del Análisis Fenomenológico Interpretativo (IPA), ha utilizado este enfoque para investigar cómo las personas interpretan y hacen sentido de sus experiencias vitales. Este enfoque fenomenológico interpretativo va más allá de la simple descripción de las experiencias, ya que también considera el contexto social y cultural en el que los individuos se encuentran. En este sentido, el enfoque fenomenológico sigue siendo una herramienta poderosa para revelar las complejidades de la experiencia humana desde una perspectiva subjetiva y situada.

3.2.Participantes

3.2.1. Descripción de los participantes

La población de estudio estuvo conformada por padres varones en la etapa de la adultez temprana, que se hayan convertido en padres por primera vez en el transcurso de máximo 2 años.

Tabla 1.
Datos sociodemográficos

Edad		
	F	%
24 años	1	7%
25 años	3	20%

29 años	1	7%
30 años	7	47%
35 años	3	20%
Grado de instrucción		
	F	%
Secundaria Completa	2	13%
Universitario	1	7%
Superior Completo	9	60%
Superior Incompleto	3	20%
Estado Civil		
	F	%
Soltero	8	53%
Conviviente	2	13%
Casado	5	33%
Distrito de residencia		
	F	%
Pueblo Libre	3	20%
San Miguel	1	7%
Jesús María	6	40%
El Agustino	2	13%
Santa Anita	1	7%
San Martín De Porres	1	7%
Magdalena Del Mar	1	7%
Edades de los hijos		
	F	%
1 año	5	33%
2 años	10	67%
Sexo del hijo		
	F	%
Masculino	4	27%
Femenino	11	73%

Respecto a la edad de los padres, los resultados muestran que la mayoría de los padres primerizos entrevistados tienen 30 años (47%), seguido de un 20% que tiene 25 años y 30 años. Los menores porcentajes corresponden a 24 y 29 años, ambos con 7% respectivamente. Esto evidencia que la paternidad primeriza se concentra principalmente en adultos jóvenes que bordean los 30 años, lo cual puede relacionarse con una etapa de mayor estabilidad personal y laboral, condiciones que

suelen favorecer la decisión de tener hijos. La baja representación en edades más tempranas refleja que los varones asumen la paternidad en edades más maduras dentro de este grupo de estudio.

Respecto al nivel educativo, se observa que el 60% de los padres tiene estudios superiores completos, seguido de un 20% con estudios superiores incompletos. En menor medida, se encuentran aquellos con secundaria completa (13%) y un reducido 7% con estudios universitarios no especificados. Estos resultados permiten inferir que la mayoría de los padres cuentan con formación académica sólida, lo que podría influir en su manera de enfrentar los desafíos de la crianza, accediendo a más información y recursos. Sin embargo, también es importante considerar que un grupo no menor (33%) no culminó estudios superiores, lo que puede significar diferencias en cuanto a oportunidades laborales y apoyo en la crianza.

En cuanto a la situación conyugal, los datos muestran que el grupo más representativo son los solteros (53%), seguidos por los casados (33%) y en menor proporción los convivientes (13%). Este hallazgo es interesante porque más de la mitad de los padres primerizos afrontan la crianza sin un vínculo formalizado, lo que podría significar que enfrentan los desafíos con menor estabilidad de pareja o en contextos más flexibles. No obstante, el hecho de que un tercio esté casado indica también que hay una proporción importante de padres que experimentan la crianza dentro de un marco tradicional de matrimonio.

En relación con el lugar de residencia, los resultados revelan una mayor concentración en Jesús María (40%), seguido por Pueblo Libre (20%). Otros distritos como El Agustino (13%), San Miguel (7%), Santa Anita (7%), San Martín

de Porres (7%) y Magdalena del Mar (7%) tienen menor representación. Estos datos muestran que los padres provienen mayormente de distritos urbanos consolidados de Lima, lo que podría asociarse con un acceso más amplio a servicios de salud, educación y apoyo en la crianza. La diversidad de distritos refleja, además, que los desafíos de la paternidad primeriza no están limitados a una sola zona geográfica, aunque sí se concentra en áreas de clase media urbana.

En cuanto a los hijos, se observa que la mayoría tiene 2 años (67%), seguido de 1 año (33%). Esto refleja que los padres se encuentran en la etapa inicial de la crianza, enfrentando los desafíos propios de la primera infancia, caracterizada por el desarrollo de la autonomía, la adquisición del lenguaje y la necesidad de mayores cuidados. La predominancia de niños de 2 años sugiere que la mayoría de padres ya tiene cierta experiencia en los cuidados básicos, pero aún enfrenta retos en el proceso de crianza.

Respecto al sexo, la mayoría de los hijos son mujeres (73%), mientras que solo un 27% son varones. Esta diferencia marcada podría influir en la experiencia de los padres primerizos, ya que la crianza puede vivirse de manera distinta en función del género del hijo, tanto por las percepciones culturales como por las expectativas sociales asociadas. El predominio de hijas podría también condicionar cómo los padres desarrollan sus prácticas de cuidado y su vínculo afectivo en esta primera etapa.

3.2.2. Descripción de la selección de participantes

Para este estudio se establecerá la selección de una muestra que responde a los objetivos, compuesta por 15 padres varones entre 20 – 35 años, que se hayan

convertido en padres por primera vez en el transcurso de máximo 2 años, que vivan en Lima Metropolitana.

Dado que la técnica de muestreo fue no aleatoria y no probabilística, el tipo de muestreo que se empleó es el de comodidad. Este tipo de muestreo, según Arias y Covinos (2021), se emplea cuando se pretende seleccionar una población basándose en la evaluación subjetiva de un investigador o teniendo en cuenta sus rasgos comunes. En este caso no se aplica ninguna técnica de muestreo estadístico, y no todos los miembros de la población tienen la misma posibilidad de ganar el cargo.

3.3.Criterios de la investigación.

Dentro de los criterios de inclusión, se consideró que todos sean padres primerizos de entre 20 a 35 años y la edad de sus primogénitos oscilen entre los 1 año y 2 años. En cuanto al criterio de exclusión, no se consideró a padres que hayan comenzado su paternidad pasados los 35 años. A pesar de considerar un tamaño de muestra de 15 personas, esta cantidad estará sujeta a través del criterio de saturación teórica, ya que las entrevistas se realizarán hasta que el entrevistador considere que los entrevistados no se está aportando información nueva o relevante.

3.4.Instrumento

a) Guía de entrevista

Debido a que permite una mayor comunicación entre el sujeto y el investigador, se empleó en este estudio la técnica de entrevistas semiestructuradas. Además, fomentar la formación de nuevos campos de investigación (Smith y Osborn, 2008). Las entrevistas fueron individuales y se tuvo en cuenta una guía de entrevista

compuesta por preguntas abiertas enfocadas a identificar los principales problemas psicológicos que atraviesan los padres primerizos en la etapa del posparto. Así como también, preguntas sobre las estrategias de afrontamiento que utilizan. Cada entrevista será grabada tanto en audio como en vídeo, con una duración de aproximadamente veinte a treinta minutos. La secuencia de preguntas se seguirá a lo largo de las entrevistas, aunque se considerará la flexibilidad en la encuesta para extraer información útil (Fossey et al., 2002).

En una entrevista, dos personas un entrevistador y un informante tienen una conversación que es dirigida y grabada por el entrevistado con el objetivo de alentar a la persona entrevistada a producir un discurso conversacional que es continuo y tiene una línea argumental específica en lugar de una que es fragmentada, segmentada, pre-codificada y cerrada por un cuestionario anterior sobre un tema que se define en el marco de una investigación, según Blasco y Otero. (2008).

El tipo más común de entrevista alternativa es la entrevista individual, que se define por la creación temprana de un cuestionario de orientación que normalmente se adhiere estrictamente, incluso en términos de orden de formulación. Además, es un método que es favorecido y fundamental para la investigación llevada a cabo dentro de los límites de la teoría establecida, junto con las historias de vida. Implica tener múltiples sesiones con el mismo individuo. El proceso comienza con una primera pregunta de entrevista de final abierto que tiene como objetivo generar una cuenta inicial sin arreglo que formará la base para una discusión más en profundidad. En este sentido, se cree que la manera en que el entrevistado cuenta su experiencia lleva cierto (Quintana, 2006).

Por lo que respecta a los instrumentos, se utilizó una guía de entrevista compuesto por doce preguntas, que se han elaborado acorde a la matriz de categorías y subcategorías que el estudio pretende explorar. Según Troncoso y Amaya (2016), el registro escrito de las preguntas que componen la herramienta de recopilación de datos es lo que constituye la guía de entrevista. Cabe mencionar que, para llevar el registro de las diferentes entrevistas, se hizo uso de la grabadora de la plataforma Zoom, lo que permitió contar con un respaldo fiel y completo de las conversaciones sostenidas con los participantes. Las entrevistas tuvieron una duración aproximada de entre 20 y 30 minutos cada una, dependiendo de la extensión de las respuestas y del nivel de apertura mostrado por los padres. Asimismo, las preguntas se organizaron en torno a bloques temáticos previamente definidos, los cuales facilitaron una indagación más estructurada y profunda. Estos bloques fueron: desafíos emocionales de los padres primerizos, donde se exploraron sentimientos de incertidumbre, miedos y expectativas; relación con los hijos pequeños, enfocada en las formas de vinculación y apego durante la primera infancia; equilibrio laboral y económico, que abordó las tensiones entre las demandas del trabajo, la economía familiar y la crianza; y finalmente, reconfiguración del rol paterno y aprendizajes, en el que se analizaron los cambios percibidos en su identidad como padres y las experiencias que marcaron su proceso de adaptación a esta nueva etapa de vida.

3.5.Procedimiento

El protocolo del estudio fue presentado al Comité de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, obteniendo la aprobación correspondiente.

Posteriormente, la guía de entrevista fue revisada y aprobada por el asesor de la investigación, quien evaluó la coherencia y claridad de las preguntas.

Una vez aprobado el instrumento, se gestionó la coordinación con la dirección del nido para presentar los objetivos y alcances de la investigación, así como para obtener —con autorización previa de los padres— los contactos telefónicos de quienes cumplieran con los criterios de inclusión.

El primer acercamiento con los padres se realizó mediante llamada telefónica, donde la investigadora explicó brevemente el propósito del estudio e invitó a participar. A los interesados se les envió una ficha de datos, por correo electrónico o mensajería, con el fin de confirmar el cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión.

Aquellos padres que aceptaron participar recibieron una invitación formal por correo, en la que se coordinó la fecha y hora de la entrevista según su disponibilidad. Estas se llevaron a cabo en un ambiente del propio nido, previa firma del consentimiento informado, que incluía la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento sin repercusiones.

Las entrevistas fueron semiestructuradas, con una guía de doce preguntas y una duración aproximada de 30 minutos. Con autorización de los participantes, se grabaron en audio y video, garantizando la confidencialidad mediante el uso de seudónimos. El proceso de recolección se desarrolló a lo largo de tres meses, lo que permitió flexibilidad en la programación y un contacto cercano con los padres para explicar el objetivo del estudio.

Finalmente, las entrevistas fueron transcritas y codificadas para su análisis, resguardando en todo momento la confidencialidad de los datos. La base de información fue de acceso exclusivo para la investigadora principal, asegurando que en la difusión de los resultados no se revelara ningún dato identificable de los participantes.

3.6. Plan de análisis de datos

En cuanto al análisis de datos, se realizó un registro de la información haciendo uso de una grabación de audio y video por cada entrevista, la cual debe ser primero autorizada por los entrevistados para continuar con la investigación, según las normas éticas establecidas por la Facultad de Psicología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Posteriormente las entrevistas se transcribieron textualmente siguiendo las reglas básicas de Geal Jefferson. Según Katayama Omura, (2014, pp. 97-98) la transcripción se hace a todo el material recogido como notas de campo, grabaciones, entrevistas, etc., también mencionó que esto está compuesto de subestadios: se observa la edición, como parte de la filtración de la totalidad de lo que se recoge, se revisan y critican aplicando los criterios de representatividad de los datos y fiabilidad de datos. A continuación, la categorización y codificación; consiste en aplicar varias lecturas integrales y sistemáticas para descubrir unidades o unidades de análisis significativas, de las cuales deben agruparse y asignar a cada categoría una denominación, nombre o notación llamada código. Luego, la grabación de datos cualitativos; consiste en transferir los datos de calidad a un esquema de codificación por categorías. Por último, la tabulación de datos; es la presentación

de los datos cualitativos de una manera organizada según las categorías, y puede ser representada por medio de tablas, diagramas y matrices.

Para el tratamiento de la información se empleó el análisis temático interpretativo, característico del enfoque IPA, el cual busca identificar, organizar e interpretar los significados emergentes en los relatos de los participantes. Este método permite al investigador comprender la experiencia subjetiva desde una perspectiva fenomenológica, considerando no solo lo que se dice, sino también el contexto y la intencionalidad implícita en el discurso. De acuerdo con Krippendorff (1980; como se citó en Porta y Silva, 2003), el análisis cualitativo de datos sitúa al investigador en una triple perspectiva frente a la realidad, lo que implica interpretar el contenido, relacionarlo con el contexto y construir inferencias válidas. Esta visión dialoga con el análisis temático interpretativo, en la medida en que ambos enfoques buscan trascender la mera descripción para alcanzar la comprensión profunda de los significados expresados por los participantes. La primera perspectiva corresponde a la forma en que los datos se comunican al analista a través de las narrativas de los participantes. La segunda enfatiza que el conocimiento y la reflexividad del investigador guían la interpretación de dichas narrativas, permitiendo descomponer la realidad en unidades significativas. Finalmente, bajo el enfoque fenomenológico interpretativo (IPA), el análisis se desarrolla como un proceso sistemático e interpretativo que incluye la lectura y relectura de las transcripciones, la elaboración de notas descriptivas, lingüísticas y conceptuales, la identificación de temas emergentes y la construcción de conexiones tanto dentro de cada caso como entre los distintos casos. Este procedimiento permite reconocer convergencias y divergencias en las experiencias relatadas, garantizando la

profundidad del análisis sin recurrir a conteos de códigos, dado que el propósito principal es interpretar los significados atribuidos por los participantes. Para reforzar la transparencia, las citas textuales se presentan con seudónimos o códigos que identifican el caso y fragmento correspondiente.

3.7.Consideraciones éticas

Los datos obtenidos en este estudio serán conservados durante un período de 10 años, siguiendo las normativas y políticas de resguardo de información establecidas por la Universidad Peruana Cayetano Heredia (UPCH). Este período de conservación asegura el cumplimiento de requisitos éticos, normativos y legales relacionados con la investigación, permitiendo la validación y replicabilidad de los resultados en caso de ser necesario. Además, garantiza que los datos estén disponibles para futuras investigaciones o consultas relacionadas con el tema. Durante este tiempo, la identidad de los participantes es protegida mediante la codificación de la información personal, asegurando la confidencialidad y el respeto a los derechos de los mismos. Este período de resguardo es una medida común en investigaciones científicas y académicas para cumplir con estándares de transparencia, ética y responsabilidad. Asimismo, el estudio que se llevó a cabo con entrevistas a padres de familia, se tomó en cuenta diversas consideraciones éticas para garantizar la protección de los participantes. Primero, se obtuvo un consentimiento informado, donde se explicaron los objetivos del estudio, el uso de los datos y se garantizó que la participación fuera voluntaria, notificando a los padres sobre la voluntad en participar y de retirarse en cualquier momento que

decida. Se aseguró la confidencialidad y el anonimato de los participantes, utilizando pseudónimos o códigos, y los datos se almacenarán en plataformas seguras. El trato hacia los padres fue siempre respetuoso y empático, reconociendo sus creencias y valores, lo cual fomentará un ambiente de confianza. Además, se cumplieron las normativas legales de protección de datos personales, asegurando su correcto manejo y eliminación una vez finalizado el estudio. Por último, se justificó claramente la elección de los padres como sujetos de estudio y se mantuvo la transparencia en cuanto a los objetivos y procedimientos de la investigación, con el fin de reforzar la confianza y la integridad del proceso.

CAPITULO IV: RESULTADOS

En este capítulo se exponen los principales hallazgos obtenidos a partir del análisis de las entrevistas realizadas a los padres primerizos participantes. Los resultados se organizan según las categorías y subcategorías establecidas en la matriz de operacionalización, permitiendo describir de manera clara las experiencias, desafíos y aprendizajes vinculados a la crianza durante la primera infancia. Asimismo, se incorporan citas textuales que respaldan las interpretaciones y aportan mayor profundidad al significado atribuido por los propios participantes a sus vivencias.

Categoría: Desafíos emocionales de los padres primerizos

La paternidad por primera vez genera una intensa mezcla de emociones. Los padres expresaron alegría y ternura al conocer a sus hijos, pero también miedo, ansiedad e inseguridad frente a las nuevas responsabilidades. La falta de experiencia y la presión por cumplir adecuadamente su rol provocaron momentos

de estrés y cansancio, especialmente al intentar equilibrar el trabajo con el tiempo de cuidado y afecto.

Con el paso de los días, estos desafíos se transformaron en aprendizajes. Los padres señalaron que lograron desarrollar mayor paciencia, empatía y fortaleza emocional, encontrando en el vínculo con sus hijos una fuente de motivación. Sin embargo, muchos reconocen que aún enfrentan dificultades para expresar sus emociones o buscar apoyo, lo que demuestra que la adaptación a la paternidad implica un proceso gradual de comprensión, autoconocimiento y equilibrio emocional.

Subcategoría: Manejo de emociones

Los padres manifiestan que el cansancio y la sobrecarga laboral son los principales factores que dificultan el manejo de sus emociones, afectando tanto su estado de ánimo como la manera en que interactúan con sus hijos. El Padre 10 comenta: *“Bueno, el estrés normal trato de manejarlo no sobre pensando, manteniéndome tranquilo, buscando soluciones. Siempre buscando soluciones, creo que para todo hay una solución. Ok”*. Por otro lado, el padre 5 comenta que: *“Ya. A ver. Bueno. Es, Realmente, como es, Es un trabajo compartido. el estrés no necesariamente es compartido, sino que a veces evoluciona. Entonces, porque claro, tú no dices, ah, el bebé está estresado, vamos los dos papás, entonces como que es más fácil, pero no, porque cuando se estresa, empieza a gritar, empieza a arrancar, empieza a tener esos episodios de estrés. Y mi esposa también se estresa, entonces ella también se rompe. Entonces yo estoy así, ¿y ahora qué hago? Una o la otra, porque ya tengo un poco más de tolerancia al estrés, pero también me*

termino estresando”. En esa misma línea, el Padre 12 refiere: “Tú los descuidas cinco segundos y ya se metieron algo a la boca o de repente se subieron a un sitio alto, como ya me pasó, y lo primero que tú tienes que hacer es reaccionar tranquilo, porque si tú reaccionas de repente alzando la voz como que ¡Ah, no te muevas! Entonces el niño también se altera y generas que se mueva o que haga cosas que puedan atentar a su estado físico, etcétera, ¿no? Entonces yo creo que por ese lado sí lo estoy manejando bien, ¿no? Ahora si hay cosas que mejorar, pues siempre estoy tratando de buscar orientación, de repente por ahí consejos de papás, amigos, que ya son papás de hace 5 o 10 años, 20 años, ¿no? tengo amigos con bastante diferencia de edad también, entonces también es eso, poder escuchar esos consejos y también trabajarlos conmigo”.

Estos testimonios evidencian que, aunque el estrés y la fatiga son parte de su cotidianidad, los padres procuran regular sus emociones y adoptar estrategias de autocontrol para no dañar el vínculo afectivo con sus hijos.

Subcategoría: Inseguridad frente al rol paterno

En las experiencias relatadas, se observa que algunos padres enfrentan sentimientos de inseguridad al asumir su rol, especialmente durante las primeras etapas de la crianza, donde la falta de experiencia genera dudas sobre cómo interpretar las necesidades del bebé y temor a no cumplir adecuadamente con sus responsabilidades. Sin embargo, también se identifican padres que manifiestan seguridad y confianza en su rol, motivados por el deseo genuino de ejercer la paternidad y la convicción de haber esperado con entusiasmo esta etapa de sus vidas. Es así como el Padre 12 comenta: “Mmm... yo soy de verdad que yo llevo mi

paternidad para ser papá primerizo llevo mi paternidad muy tranquila yo creo que siempre quise ser padre soy hijo único casi he crecido con primos a mi alrededor hasta una cierta edad siempre he sido muy independiente Soy el mayor de todos mis primos. Entonces, un poquito también he tenido primos. Yo tenía 15 años y había primos de un añito. Entonces, también he podido ayudar en cierta manera. Entonces, yo creo que esas cositas son las que me están dando esa tranquilidad hoy por hoy.” Por otro lado, el Padre 5 relata: *“sobre la capacidad, si hay cierta inseguridad o duda, ¿no? De poder cumplir, ¿no? Con este rol que va a haber, ¿no? De ser padre, ¿no? esas dudas mi duda no era sobre capacidades, mi duda era sobre fallas. Más que sobre capacidades, más sobre esto tiene altas probabilidades de salir mal.”*, mostrando la duda sobre su capacidad para asumir este nuevo rol. Mientras que, el Padre 7 comenta: *“¿no? en realidad antes de que naciera yo sí sentía un poco de preocupación en el sentido de cómo de que si iba a ser un buen padre sí me cuestionaba mucho el hecho de poder enseñarle algo bueno no sé este, o sea, sí, ¿no? O sea, antes de que naciera Julián sí tenía varias preguntas, pero después cuando nació en realidad solo me preocupaba en el hecho de hacer las cosas, ¿no? O sea, de ir paso a paso, ir haciendo, ir viéndolo, ir cuidándolo, ir cumpliendo con todo lo que necesite”*.

Estos testimonios revelan que la inseguridad inicial está asociada a la falta de experiencia y al temor de no estar a la altura de las demandas de la crianza; sin embargo, con el tiempo y la práctica, los padres desarrollan confianza y fortalecen su sentido de competencia en la paternidad.

Subcategoría: Preocupación por el manejo conductual

En las experiencias relatadas, los padres expresan preocupación por el manejo conductual de sus hijos/as, especialmente ante las exigencias y expectativas actuales de la sociedad respecto a la crianza. Muchos manifiestan temor de corregir o establecer límites por miedo a ser juzgados o considerados demasiado estrictos. Sin embargo, señalan que no recurren al castigo severo, salvo en situaciones donde las conductas de los niños representen un peligro para su integridad o la de otros.

En general, adoptan una mirada más comprensiva del comportamiento infantil, considerando que los errores y desafíos forman parte natural del proceso de desarrollo y aprendizaje. Como menciona el Padre 6: *“Ya, o sea, en sí... Por ejemplo, lo que me genera más incertidumbre y preocupación es... No sé, podría ser... Como que, por ejemplo, sea... O sea, ¿qué tan bien, por ejemplo, podría ser el tema del momento que uno corrige a los niños en general, no? [...] Es como que no le puedes prohibir porque encima, o sea, todo lo del colegio engloba eso, ¿no? O sea, por ejemplo, ¿no? O sea, es como que tareas, todo con el celular, o sea, no le puedes quitar el celular porque tareas es todo con el celular, supongamos, ¿no? Y se mueren, o sea, si no tienen eso, por ejemplo, es como que hacen el berrinche, como que encima, o sea, no sé, para mí es algo Yo lo siento como que algo hasta a veces de mucho reto, porque ya no entiendo, o sea, hasta de qué manera uno puede corregir a los hijos, hacerles entender, porque en esa edad, o sea, estás ahí, que les dices una cosa, una cosa, una cosa, pero no te hacen caso. De igual modo, el Padre 7 relata: *“ahorita estoy pensando, por ejemplo, ya en el colegio, y me preocupa el hecho de cómo pueda socializar, qué es lo que puede aprender... Me preocupa, es que, a ver, o sea, me preocupa y no me preocupa porque sé que es parte, ¿no? Sé que es parte de su aprendizaje que en algún momento pueda llegar a aprender algo**

malo, ¿no? Este, o sea, en el colegio va a aprender de todo, o sea, va a aprender cosas buenas y probablemente también aprenda cosas malas. Entonces, este, sí pienso en el hecho de que pueda aprender algo malo y sí pienso en cómo lo corregiría, ¿no? O sea, eso sí lo he pensado, por ejemplo, en no ser muy brusco de pronto cuando haga algo malo, ¿no? Es una conversación, por ejemplo, que he tenido con su mamá en algún momento, ¿no? ¿Qué tendría que pasar, por ejemplo, si es que él hiciera... o cómo actuaría yo si es que él hiciera algo demasiado malo? Eh... Y yo las únicas opciones en las que actuaría muy bruscamente, en las que sería muy severo para castigarlo o algo así, sería cuando él ponga en riesgo su vida con algo que haga, o cuando trate de hacerle daño a otro niño, ¿no? O sea, esas serían las únicas dos opciones para mí que sí tendría que corregirlo más severamente que en otra ocasión. Eso sí lo he pensado, por ejemplo. Pero después de eso, creería que no”.

En síntesis, la preocupación por el manejo conductual refleja el esfuerzo de los padres por equilibrar la autoridad con la comprensión, adaptándose a los nuevos enfoques de crianza que priorizan el respeto y la comunicación. Aunque persisten temores e inseguridades frente al juicio social, se evidencia una tendencia hacia prácticas más empáticas y formativas, orientadas a guiar el comportamiento de los hijos/as sin recurrir a métodos coercitivos.

Categoría: Experiencia en la relación con el hijo

La relación con el hijo se presentó como una experiencia profundamente significativa para los padres primerizos. Desde los primeros días, expresaron una mezcla de emoción y asombro al descubrir la conexión que se forma a través del

contacto, las miradas y los gestos. Muchos señalaron que estos momentos les generaron ternura, orgullo y motivación, pero también cierta inseguridad al no saber si estaban actuando correctamente. El proceso de establecer un vínculo afectivo implicó aprender a interpretar las necesidades del bebé y adaptarse a una rutina nueva que demandaba paciencia y dedicación.

Con el tiempo, los padres reconocieron que su relación con el hijo se fortaleció gracias a la participación constante en su cuidado. A través del juego, la alimentación o el simple hecho de cargarlo, fueron descubriendo una nueva forma de comunicarse y de sentirse emocionalmente presentes. Este vínculo les permitió redefinir su rol dentro de la familia y comprender que la cercanía y el afecto tienen un valor tan importante como la provisión económica. En conjunto, esta relación se convirtió en el principal motor que les dio sentido a sus esfuerzos y reafirmó su identidad como padre

Los padres destacan la importancia de los espacios cotidianos y recreativos compartidos con sus hijos, los cuales representan instancias de cercanía y satisfacción emocional. Estas actividades, aunque simples, se convierten en momentos significativos que refuerzan el vínculo afectivo. Estos relatos reflejan que el disfrute paterno no está ligado únicamente a grandes acontecimientos, sino también a la cotidianidad y a las actividades de recreación, las cuales permiten fortalecer la conexión afectiva y crear recuerdos valiosos en la relación padre-hijo.

Subcategoría: Rutinas de crianza compartida

La participación paterna en las rutinas de crianza se caracteriza por una distribución desigual de responsabilidades, en la que la madre y, en algunos casos,

la familia extendida asume un rol predominante. El involucramiento del padre se da en momentos puntuales, principalmente condicionados por las demandas laborales. Así lo expresa el Padre 3: *“Muy poco sería, porque la mayor parte, como les digo, para en el trabajo. Entonces, algo a veces que está en la noche, un ratito que me pongo a jugar. O a veces llego y ya, bueno. De vez en cuando la hago comer”*. En la misma línea, el Padre 6 reconoce: *“Bueno, o sea, es como que yo trabajo en oficina, ¿no? Entonces tú entenderás, uno sale, trabaja, regresa en la tarde, tarde noche y es como que bueno ya prácticamente llega pues a uno a en sí a lo que haya ya comieron, bueno pues a darle de comer en sí con las con las hijas de mi pareja bueno ya hicieron su tarea bueno entonces háganla, vamos a hacerla, se necesitan ayuda Bueno, pues con el más pequeño jugar Es lo único Y si no, estamos ahí Compartiendo, viendo una película Todos juntos”*. Asimismo, el Padre 11 menciona: *“No, no. No, más que nada como que enseñarle nuevas cosas”*.

Estos testimonios evidencian que, aunque los padres participan en ciertas actividades de cuidado, la carga principal recae en la madre y, en ocasiones, en los abuelos u otros familiares. La distribución de estas responsabilidades refleja cómo los horarios laborales y las dinámicas familiares influyen directamente en la manera en que se comparte la crianza.

Subcategoría: Dificultades de comunicación

Los padres experimentan preocupación y frustración ante la dificultad de comprender las necesidades de sus hijos en las primeras etapas, donde la ausencia de lenguaje limita la interacción directa. Esta situación los lleva, en algunos casos, a depender del apoyo de la madre para interpretar el llanto o las señales del niño. El

Padre 7 señala: *“Es que este pata es muy inteligente. O sea, él todavía no habla completamente, pero él se deja entender. O sea, se comunica con señas, con cosas, te trae cosas, te lleva a lugares donde quiere que le alcances, te dice. O sea, no lo habla, pero se deja entender con su media lengua y sus frases y sus gestos, o sea, perfectamente. Incluso hasta cuando era bebito, o cuando era más bebito, él llora diferente cuando le dolía algo a que cuando tenía hambre, por ejemplo. El llanto del hambre yo ya lo conocía. Y yo cuando lloraba por otra cosa, no sé, por pañal o qué sé yo, porque le fastidiaba algo, también su llanto era diferente. Entonces siempre tuve ese entendimiento de lo que él quería decir”*. De ese modo, con el tiempo los padres reconocen que logran establecer formas alternativas de comunicación, como relata el Padre 15: *“Sí. Hay momentos en los cuales no hace caso o lo toma muy a la broma. yo trato de seguir explicándole, pues no, esto no se hace, o si veo que se hace, quiere hacer un berrinche o algo, yo la trato de agarrar, espero que se calme, que haga su berrinche, porque yo la cargo normalmente y espero que se calme, y ahí como que le vuelvo a hablar, tranquila, no arme miedos o no hagas eso porque está mal”*. Asimismo, en palabras del Padre 3: *“Entonces, hay veces donde que, si veo muy cansada, hay un poquito que a veces lo quiero entender y a veces no llevo a entenderlo bien. Y es un poco que a veces me molesto o intento ya no ver, pero intento ver hablarlo bonito.”*. En esa misma línea el Padre 10 reconoce: *“más que nada cuando al inicio cuando nació mi hija porque no sabía expresar exactamente qué es lo que quería qué es lo que sentía entonces te da esa curiosidad de querer saber qué es lo que pasa con ella y cuando se enferma mucho más todavía.”*.

Estos testimonios muestran que, aunque la falta de lenguaje verbal genera inicialmente inseguridad, los padres desarrollan progresivamente la capacidad de interpretar gestos, expresiones y balbuceos. Este aprendizaje fortalece la interacción y contribuye a la construcción de un vínculo más cercano con sus hijos.

Categoría: Desafíos laborales y económicos

Los padres manifestaron que uno de los mayores retos al convertirse en padres fue equilibrar las exigencias del trabajo con las nuevas responsabilidades familiares. Muchos expresaron preocupación por mantener la estabilidad económica del hogar, lo que en algunos casos generó estrés y sentimientos de culpa al no poder pasar suficiente tiempo con sus hijos. La necesidad de cumplir con sus deberes laborales y, al mismo tiempo, participar activamente en la crianza, se convirtió en una fuente constante de tensión emocional.

A pesar de estas dificultades, varios padres reconocieron que la experiencia los llevó a replantear sus prioridades. Indicaron que aprendieron a organizar mejor su tiempo, valorar más los momentos compartidos en familia y buscar un equilibrio entre la provisión económica y la presencia afectiva. Aunque persisten desafíos como la sobrecarga de trabajo o la falta de políticas laborales flexibles, los padres coincidieron en que el esfuerzo por sostener a sus familias y fortalecer el vínculo con sus hijos representa una oportunidad de crecimiento personal y madurez emocional.

Subcategoría: Organización laboral vs tiempo de calidad con los hijos/as

Los padres expresan la dificultad de equilibrar las demandas laborales con el deseo de compartir tiempo de calidad con sus hijos. El trabajo, aunque necesario para proveer económicamente, limita su presencia cotidiana y genera sentimientos de frustración. El Padre 7 comenta: *“trabajo todo el día, a veces solo llego en la noche y juego un rato con ella”*. En la misma línea, el Padre 9 manifiesta: *“Yo creo que la forma en cómo lo he llevado, que es dejar el trabajo en el trabajo, me permite tener mi mente al 100% con mi familia. La labor en oficina nunca para, en realidad es 24-7. A veces le dedico un par de minutos al teléfono o a ver algún correo, pero que no llegue al punto de, pues, cambiarme mi humor, tal vez, o desligarme del momento familiar que estoy viviendo. Yo creo que he tratado de que se maneje de esa forma y, pues, me va bien hasta el momento”*. Por otro lado, algunos padres encuentran alternativas a través de empleos más flexibles, como señala el Padre 15: *“A veces se me complica un poco, porque a veces hay momentos en los cuales tengo que estar con mi familia, y como temas de accidentes o otras cosas pendientes que tengo con ellas, y a veces dejo de lado un poco el trabajo, pero me enfoco en ellas, más que todo en ellos. Dejo un poco el trabajo para enfocarme en lo que existe en ese momento”*. Reconoce que a veces es complicado, pero prioriza a su familia sobre el trabajo. Si ocurre un accidente o situación importante, deja el trabajo de lado para enfocarse en su hija

Estos testimonios reflejan el dilema central entre la seguridad financiera y la presencia emocional. Mientras algunos padres priorizan la estabilidad económica, otros sacrifican ingresos para lograr mayor cercanía, evidenciando que la organización laboral impacta directamente en la construcción del vínculo afectivo con los hijos.

Subcategoría: Preocupaciones financieras y planificación

Los padres asocian fuertemente su rol con la responsabilidad de garantizar la estabilidad económica y el futuro de sus hijos. Para ello, ponen en práctica distintas estrategias que reflejan tanto la importancia del ahorro como la diversidad de prioridades en torno a la educación y el desarrollo infantil. El Padre 7 admite: *“El estrés pasa por... Por otro lado, de las preocupaciones del... De lo económico, más que nada”*. Mientras que, el Padre 3 afirma: *“A veces, A veces, a veces se me complica, Porque a veces hay una cosa, otra cosa. claro. Surgen nuevos gastos”*. En la misma línea, el Padre 6 comenta: *“Sí. Bueno, definitivamente sí, ¿no? Porque todo sube, todo aumenta y no es tan barato como antes, ¿no? Ok. Y bueno, eso sí, yo creo que esa es preocupación de todos los padres, porque también... mi pareja también lo siente, ¿no?”*. Sin embargo, también emergen perspectivas que priorizan otros aspectos, como lo expresa el Padre 15: *“Un poco, sí. Ya que nosotros tenemos que ganar un montón, pero sé que poco a poco, bueno, por la misma condición también que mi hijita tiene, mi hijita tiene displasia de cadera, entonces ella también ha dicho que esa dificultad que tiene mi hijita también sea tratada con una inyección, Sí, algo que afectó un poco, bueno, porque ya que mi hija tiene discapacidad, eso hizo que ella pueda, como que, tomarlo de sorpresa. Entonces, pues, es una inversión que yo tengo hacia ella. Y poco a poco, cada vez que va creciendo, hay cositas más que salen, como tal vez es la estimulación, que ya todo ha pesado, que ahora viene el colegio, los útiles. Entonces, sí me preocupo un poco. pero trato de sobrellevar o ver algunas oportunidades o algo para poder completar esa parte. Claro”*.

Estos relatos evidencian que, aunque la previsión económica es una preocupación común, existen matices en la forma en que los padres entienden su rol. Algunos enfatizan la educación formal y el ahorro a largo plazo, mientras que otros destacan la importancia de brindar un acompañamiento emocional y formativo desde el hogar.

Categoría: Experiencias de aprendizaje y desarrollo como padre

En esta categoría se agrupan los relatos que reflejan los procesos de aprendizaje, cambio y crecimiento personal que los padres experimentan a lo largo de la crianza. Se evidencia que el ejercicio de la paternidad se convierte en un espacio continuo de autoconocimiento y adaptación, donde cada vivencia —desde los aciertos hasta los errores— contribuye a fortalecer sus competencias y su comprensión del rol parental.

Por otro lado, algunos padres identifican que este proceso de desarrollo también involucra desaprender patrones de crianza heredados o rígidos, reemplazándolos por estrategias más positivas y respetuosas. Este cambio no siempre resulta sencillo, pero es percibido como una oportunidad de crecimiento tanto personal como familiar.

Subcategoría: Redefinición del rol paterno

Los padres expresan un proceso de transformación en la manera de concebir la paternidad, pasando de una visión centrada únicamente en el rol de proveedor económico hacia una comprensión más amplia, que incluye la presencia emocional, el cuidado cotidiano y el modelaje en valores. El Padre 2 señala: *“esto me ha*

acercado a entender un poco cómo funcionan los temas, pero sí, para empezar, por más que cueste un poco quizás decirlo, el hecho de que sea mi hija genera otro tipo de emociones en mí, otro sentimiento, el amor quizás es un poco más grande, quizás el deseo de que crezca, de que sea feliz y todo ello, es un poco distinto a lo que yo puedo sentir por otras personas, es como que cuando tuve a mi hija por primera vez conmigo, pues la emoción fue indescriptible y a partir de ello, lo único que yo vengo o que procuro trabajar es generar una relación con ella que le permita a ella futuro, pues ser una mujer segura de sí misma, que pueda tomar decisiones adecuadas y que pueda ver en mí y obviamente en su mamá, personas con las que pueda confiar ante cualquier situación que pueda tener, entonces en realidad yo en lo particular siento que he tenido un buen ejemplo de padre, o sea mi papá para mí es como un modelo a seguir, entonces a partir de ello siento que no hay mucha cambio, porque si estoy como orientado a lo que creo que debe ser y que finalmente se alinea a algunas situaciones que nosotros como padres, junto a mi esposa, hemos identificado que deberíamos trabajar en la crianza de nuestra hija”. De manera similar, el Padre 6 reflexiona: “uno en casa siempre intenta Como que comportarse bien, ¿no? Para el bienestar de ellos en general, ¿no? A veces no suele suceder así, ¿no? Pero es como que cuando antes de que, por ejemplo, que mi hijo naciera, pues no pensé... No pensé que... O sea, como que... Lo que pasa es que, por ejemplo, antes de que mi hijo naciera, o sea... yo tenía un problema afuera o X cosas afuera yo llegaba y yo obviamente podía conversarlo con mi pareja, podía conversarlo con quien esté en la casa o sea sin nada es como que sin preocupación de nada de lo que puedan escuchar, de lo que puedan decir en cambio ahora es como que es como que cuando ya están ellos es como que tienes

que aprender a separar porque los contamina, porque es como que estas personas que están transformando no pueden crecer con la contaminación de todo lo malo de afuera, ¿no? Porque afuera es un mundo que ellos todavía no distinguen, ¿no? Qué es lo bien y qué es lo malo, ¿no? Como que tú llegas y tienes que aprender a separar para no contaminar esa cabecita en ellos que está creciendo, ¿no? Exacto. Más que todo eso”. En la misma línea, el Padre 9 afirma: “Bueno, bastante, bastante. Algo muy notorio en mí, que pues yo me he dado cuenta desde que me enteré que iba a ser papá, es que me he vuelto mucho más sensible al tema de los hijos. Yo trabajo en una empresa de seguridad, y en esa empresa de seguridad veo muchas cosas de las personas que van justo a buscar un trabajo, ¿no? Este rubro de seguridad, que es un rubro bastante tosco, bastante duro, y pues, en nosotros, una anécdota un poquito, pues hay gente que postula y tiene algún tipo de antecedentes, no está permitido antecedentes en un trabajo. Pero esos antecedentes son justamente delicados y tienen que ver con menores de edad. Yo antes esto lo tomaba un poquito más superficial, como que, pues, ok, es la realidad, es lo que pasa en el mundo. Pero desde que soy papá, pues, esa mentalidad ha cambiado totalmente. Lo siento un poco más ya personal. Comprendo”.

Estos testimonios reflejan una resignificación del rol paterno, en la que los padres reconocen que su función no se limita a la provisión material, sino que también implica acompañamiento, afecto y la transmisión de valores que guían el desarrollo integral de sus hijos.

Subcategoría: Desarrollo de nuevas habilidades

La experiencia de la paternidad impulsa la adquisición y fortalecimiento de competencias emocionales que repercuten no solo en la crianza, sino también en el

crecimiento personal de los padres. Estas nuevas habilidades se relacionan principalmente con el manejo de la paciencia, la empatía y el autocontrol frente a situaciones de tensión o incertidumbre. El Padre 6 señala: *“Paciencia, un poco, porque todavía me falta, me falta tenerla. Este... Yo creo que eso”*. En la misma línea, el Padre 12 comenta: *“estar un paso adelante pensar, pensar en qué es lo que va a hacer mi hija o entender un poco qué es lo que va a hacer ser más más persuasivo demasiada paciencia demasiada paciencia. Ya desbordo la paciencia. A tal punto que a veces me sorprende. Eso, más responsabilidad para con mi hija. Estoy más atento a cualquier cosa que le suceda. Nosotros tenemos una cámara web en su dormitorio Y el monitor está al costado de mi velador. Del mío. Porque yo estoy más atento a cualquier llanto de la bebé, ¿no? Eso... Eso, bueno, el despertarse en cualquier momento no me cambia de humor a mí, por más que me pueda faltar un poco de sueño, a mí no me cambia el humor, siempre soy tranquilo, un poco anime, por así decirlo, como se podría decir. No sé si esas cosas son las que he desarrollado ahora último, pero sí me he dado cuenta de que he cambiado bastante en ese sentido.”*. Por su parte, el Padre 8 destaca: *“Yo creo que más sería la paciencia. Ok. Sí. Más sería la paciencia. Como que esa habilidad es lo mismo que a mí. A veces no logro saber por qué llora mi bebé ante lo que es la comida. A veces no logro calmarla. he venido como que manejando esa habilidad poco a poco porque obviamente antes de ser padre no era no era tanto así podría abrir podría haber criado a mis sobrinos por un par de horas y todo eso, pero no era tanto como si fuera su padre. Pero ahora yo creo que sería la paciencia. La paciencia.”*.

Estos testimonios muestran que la paternidad se constituye como un proceso formativo, en el cual los desafíos cotidianos promueven el desarrollo de recursos

emocionales que fortalecen la relación padre hijo y, al mismo tiempo, transforman positivamente la manera en que los padres se perciben y actúan en otros ámbitos de su vida.

Subcategoría: Lecciones valiosas para la vida familiar

Los padres reconocen que la paternidad les ha dejado aprendizajes significativos sobre la importancia de valorar el tiempo compartido y de mantener un equilibrio personal que les permita responder de manera adecuada a las demandas familiares. El Padre 3 señala: *“Bueno, más que todo es que aprendes más cosas. Te sorprenden. Hay cosas nuevas que aprendes también uno día a día y también es una felicidad más que todo que una niña haga cosas diferentes día a día”*. En esa misma línea, el Padre 10 reflexiona: *“Que hay que tener mucha paciencia. Más que nada eso, la paciencia es muy importante. La paciencia. Paciencia es algo muy importante. A mí me ha funcionado bastante ser paciente, tomarte tu tiempo para decidir. No todo el tiempo del mundo, pero sí pensar bien las cosas antes de hacerlas. Porque después trae consecuencias igual todo.”*. Asimismo, el Padre 15 destaca: *“el amor el amor de verdad es algo de verdad es un amor que no lo puedo explicar porque la veo y muchas veces me viene de alegría por más que venga de un trabajo muy agotado y por más que tal vez ella me haga reír se podría decir porque es como como le había explicado, se corre y también tengo miedo que se caiga, pero de verdad, el amor que tengo por Mica es muy grande, ya que, como digo, no tengo palabras para explicarlo, pero verla es mi todo, de verdad”*.

Estos relatos muestran que la paternidad es concebida como una experiencia de aprendizaje continuo, en la que se revaloriza la calidad por encima de la cantidad del tiempo compartido y se reconoce la importancia del bienestar emocional propio como base para una vida familiar saludable.

CAPITULO V: DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación permiten comprender que la paternidad primeriza es un proceso profundamente transformador en el que los padres reorganizan su identidad personal, emocional y social, lo cual coincide con lo planteado por McCall y Simmons (1978), quienes sostienen que el ingreso a un nuevo rol implica la reconstrucción del “yo”. Esta visión se complementa con Creswell (2016), Smith (2015) y Van Manen (2016), quienes afirman que las experiencias humanas significativas generan aprendizajes profundos que modifican la autopercepción. Asimismo, los antecedentes recientes de Rees et al. (2023) y Aquino et al. (2024) coinciden en señalar que la paternidad temprana es un periodo de ajustes emocionales, tensiones prácticas y redefiniciones identitarias. Los testimonios obtenidos en este estudio confirman estas perspectivas al mostrar que la transición a la paternidad está compuesta por desafíos emocionales, relación afectiva con el hijo, tensiones laborales y económicas, y aprendizajes que transforman al padre. Interpretativamente, esto permite afirmar que la paternidad primeriza implica un proceso de reestructuración interna donde los padres resignifican sus prioridades, su autoconcepto y su capacidad de respuesta emocional frente a nuevas exigencias.

Respecto a la categoría de desafíos emocionales, los padres describieron emociones intensas como alegría, miedo, ansiedad, incertidumbre y agotamiento. Parfitt y Ayers (2014) concluyen que los padres primerizos presentan altos niveles de ansiedad producto de la adaptación a las responsabilidades del cuidado, mientras que Highet (2022) advierte que la vulnerabilidad emocional masculina aumenta durante este periodo. Estas vivencias coinciden con Bestilleiro (2019), quien

encontró que las fluctuaciones emocionales son comunes en los primeros meses de paternidad, este conjunto de emociones revela que la paternidad exige una reorganización emocional que rompe esquemas tradicionales de masculinidad y obliga al padre a vincularse desde una dimensión afectiva más consciente, vulnerable y reflexiva.

En la subcategoría del manejo de emociones, los padres relataron que la experiencia los obligó a desarrollar paciencia, autocontrol y contención emocional. Doucet (2018) sostiene que la paternidad se vincula con una ética del cuidado que transforma la sensibilidad masculina, mientras que Cowan y Cowan (1988) resaltan que los padres modernos regulan sus emociones con mayor conciencia para favorecer el bienestar del hijo. Asimismo, Arévalo (2020) señala que los padres primerizos adquieren control emocional como consecuencia del contacto continuo con el bebé. Esto sugiere que la paternidad funciona como un espacio de aprendizaje emocional donde los hombres desarrollan competencias afectivas que antes no habían necesitado activar, convirtiéndose en un proceso de maduración interna que fortalece el vínculo familiar.

En la subcategoría de la inseguridad frente al rol paterno, los padres expresaron dudas sobre su capacidad para interpretar y atender las necesidades del bebé. Berger y Luckmann (1968) explican que los roles se internalizan a través de la experiencia social, y Ritzer (1993) indica que la asunción de un rol para el cual aún no se está preparado genera tensión. Arévalo (2020) también halló que la inseguridad es una etapa inicial natural que posteriormente se transforma en confianza, lo cual se replica en este estudio, esto sugiere que la inseguridad no es un signo de incompetencia, sino un indicador de que el padre está en plena

transición hacia la adquisición de competencias parentales. El proceso de ensayo y error se convierte así en un elemento central de la construcción del rol paterno.

En la subcategoría de preocupación por el manejo conductual, los padres expresaron temor a equivocarse en la forma de corregir. Cowan y Cowan (1988) identifican que la paternidad actual se caracteriza por el esfuerzo de equilibrar autoridad y sensibilidad emocional. Un padre expresó que intenta ser “más persuasivo” para evitar reacciones impulsivas. Doucet (2018) señala que los padres reflexionan más sobre el impacto emocional de sus decisiones. Asimismo, Coso y Miret (2017) encontraron que los padres jóvenes tienden a adoptar estilos dialogados, lo cual coincide con lo reportado en esta investigación. Interpretativamente, esto indica que la paternidad contemporánea se aleja de modelos autoritarios y se orienta hacia una crianza más empática, reflexiva y centrada en el bienestar emocional del niño, lo que refleja un cambio generacional profundo en la forma de ejercer la autoridad.

Respecto a la categoría de experiencias en la relación con el hijo, los padres describieron que el vínculo afectivo es el eje central de su experiencia. Cabrera y Tamis (2020) explican que la interacción constante favorece el apego y fortalece la identidad paterna. Este hallazgo se alinea con Coso y Miret (2017), quienes observaron vínculos afectivos intensos en padres primerizos, y con Aquino et al. (2024), quienes evidencian que la relación afectiva temprana transforma la identidad masculina, estos resultados muestran que la presencia afectiva y la participación cotidiana permiten que el padre experimente una redefinición emocional profunda, reforzando un rol caracterizado por la cercanía y la sensibilidad.

En la subcategoría Rutinas de crianza compartida (baño, comida, sueño), los padres manifestaron participar activamente en cuidados diarios mediante la alternancia práctica y apoyo directo a la pareja durante actividades como el baño, la alimentación y el sueño nocturno. Esto coincide con los planteamientos de Andrea Doucet, quien señala que los padres modernos han incrementado su participación en rutinas visibles del cuidado durante la primera infancia, aunque su intervención aún suele organizarse por turnos debido a exigencias físicas y de tiempo disponible. En esa misma línea, Karim et al. (2023) sostienen que la división de rutinas en contextos urbanos responde tanto al sentido de responsabilidad familiar como a limitaciones de agenda, no necesariamente a resistencia identitaria. En contraste, este estudio muestra un matiz propio de Lima, donde los padres no se oponen a cuidar, pero su participación emerge principalmente como soporte operativo en alternancia con la madre, a partir de un aprendizaje sensible basado en práctica cotidiana y respuesta reactiva segura frente a las necesidades del hijo/a, sin considerarlo un proceso rígidamente protocolizado.

En la subcategoría de las dificultades en la comunicación, los padres señalaron frustración por no comprender siempre las señales del bebé. Doucet (2018) explica que la comunicación preverbal constituye un proceso formativo que desarrolla sensibilidad y observación. Arévalo (2020) reporta que esta dificultad favorece aprendizajes significativos, mientras que Rees et al. (2023) afirman que interpretar llantos es uno de los mayores retos universales de la paternidad inicial, esto evidencia que la comunicación temprana estimula la empatía, la capacidad de escucha y la paciencia, elementos que fortalecen la conexión emocional padre-hijo incluso en ausencia del lenguaje verbal.

Respecto a la categoría de desafíos laborales y económicos, los padres manifestaron dificultad para conciliar su trabajo con el cuidado. Bilo y Tebaldi (2020) indican que en América Latina las políticas laborales no favorecen la corresponsabilidad, mientras que Castellanos y Fernández (2023) muestran que la falta de medidas institucionales reduce la presencia paterna en la crianza. Asimismo, Aquino et al. (2024) evidencian que el estrés laboral impacta directamente en las emociones del padre, estos resultados muestran que la paternidad se desarrolla en un marco estructural que limita la corresponsabilidad y genera tensiones internas entre el rol de proveedor y el rol afectivo, lo que obliga a los padres a equilibrar demandas contradictorias.

En la subcategoría Organización laboral vs tiempo de calidad con los hijos/as, los padres reconocieron la dificultad dominante para reorganizar o controlar su jornada laboral, describiendo que su convivencia sensible con los hijos se da de manera intermitente y condicionada por la carga laboral. Esto contrasta con lo descrito por Miller (2017), quien señala que las expectativas sociales pueden tensionar la presencia masculina al reforzar que el trabajo sigue siendo una prioridad tradicional, incluso cuando la identidad afectiva ya cambió. Por otro lado, Karim Rees afirman que el equilibrio entre la organización laboral y la crianza es un desafío global cuando no existen suficientes redes de apoyo comunitario para modificar horarios; sin embargo, también sostienen que los padres compensan la escasez de tiempo con momentos afectivos y de calidad emocional cuando logran aparecer disponibles. Además, Ritzer (1993) sostiene que los roles no se reconstruyen necesariamente porque las agendas se flexibilicen, sino porque las experiencias acumuladas resignifican la forma de actuar cuando la interacción

ocurre, exactamente lo que se evidencia en este estudio: los padres limeños valoran la presencia sensible como un recurso altamente significativo cuando aparece, aunque no muestran control real para planificarla o sostenerla en continuidad diaria por falta de dominio de agenda laboral, más que por falta de competencia o afectividad.

En la subcategoría de preocupación financiera, los padres reorganizaron su tiempo, sus gastos y su economía para priorizar al bebé. Bestilleiro (2019) concluye que la llegada del primer hijo incrementa la ansiedad financiera y activa la planificación económica. Rees et al. (2023) también señalan que la paternidad inicial exige reajustes constantes. Analíticamente, esto revela que la paternidad impulsa una mayor anticipación, responsabilidad y capacidad de organización financiera. Los padres interpretan la estabilidad económica como un componente esencial del cuidado, lo cual refuerza el sentido de responsabilidad y protección.

Respecto a la categoría de experiencias de aprendizaje y desarrollo como padre, los resultados evidencian que la paternidad genera aprendizajes profundos. Creswell (2016) explica que las experiencias significativas producen transformaciones internas, mientras que Van Manen (2016) sostiene que el cuidado es una vivencia que otorga sentido existencial. Arévalo (2020) encontró que los padres desarrollan paciencia, empatía y responsabilidad, y Doucet (2018) señala que la paternidad transforma la sensibilidad masculina, estos resultados permiten concluir que la paternidad funciona como una “escuela emocional” que impulsa el desarrollo personal del padre en dimensiones afectivas, cognitivas y relacionales.

En la subcategoría de redefinición del rol paterno, los padres reconocieron cambios profundos en su forma de pensar y sentir. Esto coincide con las

investigaciones sobre nuevas masculinidades descritas por Aquino et al. (2024) y Rees et al. (2023), quienes señalan que los padres actuales asumen un rol más afectivo y reflexivo. También se articula con Ritzer (1993), quien plantea que los roles sociales se resignifican según la experiencia, y con Smith (2015), quien afirma que la identidad se reconstruye a partir de vivencias significativas, esto indica que la paternidad no solo modifica comportamientos, sino que transforma profundamente la identidad, generando una masculinidad más consciente, empática y participativa.

En la subcategoría Desarrollo de nuevas habilidades, los padres describieron desarrollar nuevas competencias prácticas derivadas del cuidado diario, como la modulación del tono de voz, la calma reactiva, la tolerancia a la frustración y la interpretación sensible de señales sensoriales del infante. Esto coincide con lo planteado por Michael Aquino, quien sostiene que los padres en Perú desarrollan habilidades afectivas y de control emocional basadas más en interacción cotidiana que en formación formal previa. De igual modo, Carolina Crisol Deza describe que algunos padres se convierten en co-reguladores emocionales de la familia no desde protocolos estructurales, sino mediante aprendizaje de ensayo-error en la práctica diaria de cuidado, incorporando capital sensible y adaptación instantánea orientada a la seguridad emocional del hijo/a. En contraste, estudios como los de Reinicke (2020) señalan que estas habilidades suelen articularse en procesos reflexivos más prolongados cuando existe formación paternal formal, pero en el caso limeño, este estudio confirma que ellos aprendieron sin recibir formación formal, en tiempos cortos, con capital afectivo propio nacido de la práctica, lo que indica que la

sensibilidad no siempre depende de intervenciones protocolizadas, sino puede emerger como capital aprendido desde la convivencia diaria.

En la subcategoría Lecciones valiosas para la vida familiar, los padres narraron lecciones profundas que reordenan su jerarquía interna e identidad sensible, principalmente relacionadas con reconocer que la calma protege a la familia, que su rol no es solo proveer dinero sino presencia, que renuncian a lo propio ante crisis del cuidado para priorizar bienestar familiar, y que ejercen autoridad sin brusquedad salvo ante riesgo. Esto coincide con lo planteado por Iglesias de Ussel (1998) y Albert, (1999), quienes señalan que la masculinidad en la paternidad se recuerda más desde moralejas de experiencia cotidiana que desde discursos reflexivos prolongados si estos no se preguntan explícitamente. Además, Miller y colabora con la reconstrucción identitaria de la paternidad paterna; mientras que en este estudio la lección más profunda no emergió gracias a políticas hospitalarias ni licencias de paternidad, sino de capital sensible estructurado en relatos aprendidos socialmente con pares y familia, lo que coincide con lo planteado por Díaz (2020) respecto al corte simbólico que reorganiza prioridades y fortalece el rol familiar en la práctica diaria del cuidado. Finalmente, la moraleja central se articula también parcialmente con lo expuesto por Parse (Rosemarie Rizzo Parse 2018) sobre la paternidad sensible, coincidiendo en que la identidad se transforma con la práctica y la convivencia; en contraste, este estudio confirma que Lima muestra un camino no rígidamente planificado, pero altamente significativo cuando la interacción ocurre en términos afectivos.

CONCLUSIONES

- La categoría de desafíos emocionales se constituye por las subcategorías de manejo de emociones e inseguridad frente al rol paterno, la cual se interpreta como un periodo de emociones intensas (alegría, miedo, cansancio, incertidumbre) donde el padre aprende a regularse priorizando la calma antes que la reacción impulsiva, y la subcategoría de inseguridad frente al nuevo rol, lo cual se entiende como la etapa inicial de dudas naturales ante la falta de experiencia, que no bloquean el afecto ni el cuidado, sino que se transforman progresivamente en mayor confianza mediante adaptación cotidiana y aprendizaje reactivo del cuidado del primer hijo/a, fortaleciendo su estabilidad emocional cuando las demandas de crianza ocurren.
- La categoría de experiencia en la relación con el hijo se constituye por las subcategorías de rutinas de crianza compartida y dificultades en la comunicación, la cual se interpreta como la participación alternada en cuidados básicos como baño, alimentación y sueño, ejecutados por turnos según disponibilidad práctica, y la subcategoría de dificultades en la comunicación preverbal, lo cual se entiende como el reto de interpretar llantos, gestos y señales sensoriales del infante, generando frustración momentánea, pero también mayor observación, escucha y aprendizaje del vínculo, demostrando que la conexión afectiva se construye cuando la interacción ocurre y no por horas planificadas fijas.
- La categoría de desafíos laborales y económicos se constituye por las subcategorías de organización laboral vs tiempo de calidad e inquietud financiera, la cual se interpreta como la tensión donde los padres no dominan

su agenda para sostener presencia continua, pero priorizan calidad emocional cuando logran estar disponibles, y la subcategoría de preocupación financiera y planificación, lo cual se entiende como el reajuste constante de gastos, tiempos y decisiones económicas tras la llegada del primogénito, sin generar renuncia al rol paterno, sino adaptación práctica para asegurar estabilidad económica y responder afectivamente cuando el encuentro con los hijos/as ocurre.

- La categoría aprendizaje y desarrollo como padre se constituye por las subcategorías de nuevas habilidades y lecciones valiosas para la vida familiar, la cual se interpreta como la incorporación rápida de competencias como paciencia, autocontrol, modulación vocal y calma reactiva ganadas en la convivencia diaria, y la subcategoría de lecciones valiosas para la vida familiar, lo cual se entiende como las moralejas integradas desde la práctica —donde la calma protege, el cuidado es ensayo-error sin brusquedad innecesaria y la familia se prioriza como presencia significativa más que como teoría previa—, evidenciando un crecimiento aplicado del rol paterno, construido desde la experiencia real del cuidado en la primera infancia del primer hijo/a.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda a las municipalidades implementar programas de orientación psicológica y consejería emocional dirigidos a padres primerizos, con el fin de brindar herramientas cognitivas y de autorregulación emocional, tales como la inducción a pensamientos asertivos, emplear la técnica de respiración diafragmática, o la práctica del mindfulness, esto especialmente durante los primeros meses de adaptación a la paternidad, donde se evidenció mayor presencia de ansiedad y cansancio.
- Dado que los padres manifestaron inseguridad frente a su capacidad para cumplir adecuadamente su rol, se propone que los centros educativos desarrollen espacios grupales de acompañamiento y mentoría entre padres, que favorezcan el intercambio de experiencias y el fortalecimiento de la identidad paterna desde una perspectiva afectiva y corresponsable.
- Considerando las dificultades expresadas para establecer límites sin recurrir a prácticas coercitivas, se sugiere que los centros de salud mental implementen talleres de habilidades parentales, centrados en la comunicación empática, la resolución pacífica de conflictos y la comprensión emocional de los hijos.
- Ante la tensión evidenciada entre el cumplimiento laboral y el tiempo de convivencia con los hijos, se recomienda promover políticas laborales flexibles y licencias de paternidad ampliadas dentro las empresas, que faciliten la participación activa del padre en la crianza y reduzcan los efectos del estrés por sobrecarga laboral.
- Se sugiere que los municipios, centros de salud y programas sociales impulsen actividades familiares y campañas comunitarias que promuevan el juego, la

lectura y la convivencia diaria como medios para fortalecer los lazos emocionales entre padres e hijos.

- Dado que la paternidad fomenta aprendizajes personales y relacionales, se propone incluir en instituciones educativas, laborales y comunitarias módulos de formación en inteligencia emocional y paternidad consciente, orientados a fortalecer la madurez, la empatía y la responsabilidad del hombre en su entorno familiar.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Adamson, B., Letourneau, N. y Lebel, C. (2018). Prenatal maternal anxiety and children's brain structure and function: A systematic review of neuroimaging studies. *Journal Affect Disord*, 241, 117-26. [10.1016/j.jad.2018.08.029](https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.08.029)
- Alberdi, I. (1999). La nueva familia española. Madrid: Taurus.
- Allen, S. y Daly, K. (2022). Participación del padre en la primera infancia: de la influencia al impacto. Instituto de paternidad. . <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10409289.2013.746932>.
- Aquino, G., Moura, S., Lima, A., Cordeiro, S., Vicente, J. y Mazza, V. (2024). Men's perception of paternal parenthood and the promotion of child development. *Revista Brasileira De Enfermagem*, 77(3), e20230514. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0514>
- Arévalo, C. (2020). *Experiencia de padres que vivenciaron el nacimiento de su hijo en una institución de salud* [Tesis de grado, Universidad Nacional de Colombia]. Repositorio Institucional UN. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/75836>
- Arias, A. y Alvarado, S. (2015). Investigación narrativa: apuesta metodológica para la construcción social de conocimientos científicos. *CES psicología*, 8(2), 171-181. <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423542417010.pdf>
- Arias, J. y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL.

- Berens, P. (2022). Descripción general del período posparto: fisiología normal y atención materna de rutina. <https://www.uptodate.com/contents/overview-of-the-postpartum-period-normal-physiology-and-routine-maternal-care>
- Berger, L. y Luckmann, T. (1986). La construcción social de la realidad. *Amorrortu*.
- Bestilleiro, P. (2018). Ansiedad y depresión en madres y padres durante el embarazo y puerperio. Efectos de un programa de intervención [Tesis de Doctorado] <http://hdl.handle.net/10651/50390>
- Bilo, C. y Tebaldi, R. (2020). Maternidad y paternidad en el lugar de trabajo en América Latina y el Caribe — políticas para la licencia de maternidad y paternidad y apoyo a la lactancia materna. Editorial UNICEF. <https://www.econstor.eu/bitstream/10419/224107/1/1699974411.pdf>
- Blasco, T. y Otero, L. (2008). Técnicas conversacionales para la recogida de datos en investigación cualitativa: La entrevista (I). NURE investigación: Revista Científica de enfermería, (33), 6.
- Brinkmann, S. y Kvale, S. (2015). *InterViews: Learning the craft of qualitative research interviewing* (3.^a ed.). SAGE Publications.
- Cabrera, N. y Tamis, C. (2020). Participación del padre, relaciones padre-hijo y desarrollo de los niños. *Child Development Perspectives*, 14(1), 8-13. <https://doi.org/10.1111/cdep.12352>
- Castellanos, C. y Fernández, L. (2023). Parental leave system design impacts on its gendered use: Paternity leave introduction in Spain. *Family Relations*. <https://doi.org/10.1111/fare.12875>

- Comité ACOG (2018). Optimización de la atención posparto. *Obstetricia ginecológica*, 131(5), e140-e150.<https://www.acog.org/clinical/clinical-guidance/committee-opinion/articles/2018/05/optimizing-postpartum-care>
- Coso, E. y Miret, P. (2017). Características de las madres primerizas y de los padres primerizos en la España del siglo XXI. *Reis: Revista española de investigaciones sociológicas*, (160), 115-138.
https://reis.cis.es//REIS/PDF/REIS_160_071506944647565.pdf
- Cowan, P. y Cowan, C. (1988). Cambios en el matrimonio durante la transición a la paternidad: ¿Hay que culpar al bebé? La transición a la paternidad: teoría e investigación actuales. *Cambridge University Press*, 114-154.
<https://psycnet.apa.org/record/1988-98534-005>.
- Crisol, D. (2021). Depresión post parto paterno. *Unimed*, 3(2), 1-11.
<https://revunimed.sld.cu/index.php/revestud/article/view/71>
- Dennis, C, Heaman, M. y Vigod, S. (2007). Epidemiología de los síntomas depresivos posparto entre mujeres canadienses: resultados regionales y nacionales de una encuesta transversal. *Can Journal Psychiatry*, 57(9):537-46.
- Doucet, A. (2018). La ética del cuidado y la paternidad: una perspectiva internacional sobre la licencia parental y la política de paternidad. *Journal of Family Studies*, 24(1), 25-40.
<https://doi.org/10.1080/13229400.2018.1434950>
- Espinoza, R. (2016). Una mirada al involucramiento paterno: participación de los hombres jefes de hogar de la Gran Área Metropolitana de Costa Rica en actividades de cuidado directo. *Estudios demográficos y urbanos*, 31(2),

301-329.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-72102016000200301#B12

Fernández, J. (2000). Hombres sin temor al cambio. Salamanca: *Amarú*.

Flaquer, L. (1999). La estrella menguante del padre. *Ariel*.

Fossey, E., Harvey, C., McDermott, F. y Davidson, L. (2002). Understanding and evaluating qualitative research. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 36, 717-732.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12406114/>

Fuller, N. (2001). Maternidad e identidad femenina: Relato de sus desencuentros. En S. Donas Burak (Comp.), *Adolescencia y juventud en América Latina* (pp. 219-235). Libro Universitario Regional (LUR).
<https://www.binasss.sa.cr/adolescencia/Adolescenciayjuventud.pdf>

Garfield, C. (2018). Toward Better Understanding of How Fathers Contribute to Their Offspring's Health. *Pediatrics*, 141(1), 2017-3461.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29229681/>

Garfield, C., Duncan, G., Rutsohn, J., McDade, T., Adam, E., Coley, R. y Chaselsdale, P. (2014). A longitudinal study of paternal mental health during transition to fatherhood as young adults. *Pediatrics*, 133(5), 836-843.
<https://doi.org/10.1542/peds.2013-3262>

Gimeno, A. (1999). La familia: desafío de la diversidad. Barcelona: Ariel.

González, J. y González, E. (2013). Asistencia al posparto inmediato. Puerperio y lactancia (6ed). *Obstetricia*, 230.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7228184>

- Highet, N. (2022). O61 - Emotional and mental health challenges of expectant and new parents - what can midwives do to improve outcomes in pregnancy, birth and early parenthood. *Women and Birth*, 35(1), 24-25.
<https://doi.org/10.1016/j.wombi.2022.07.067>
- Iglesias de Ussel, J. (1998). La familia y el cambio político en España. Madrid: Tecnos.
- Karim, A., Islam, F., Nayer, I., Nasreen, S., Sillanpää, P. y Rahman, S. (2023). Developing a group Model of ANC-PNC through human-centered Design (HCD) to Improve MNCH of first-time Mothers (FTMs) in Bangladesh. *Bangladesh Journal of Obstetrics y Amp; Gynaecology*, 37(1), 14–23.
<https://doi.org/10.3329/bjog.v37i1.68627>
- Katayama, R. (2014). Introducción a la investigación cualitativa: fundamentos, métodos, estrategias y técnicas. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/559>
- King, I. (2010). King's conceptual system and theory of goal attainment in nursing practice. *Nursing Science Quarterly*, 23(1), 9–12.
- Kornblit, A. (2004) Metodologías cualitativas en ciencias sociales. modelos y procedimientos de análisis. *Biblos*.
- Krippendorff, K. (1980). Validez en el análisis de contenido.
https://repository.upenn.edu/asc_papers/291/
- Lafaurie, M. (2019). *Participación de la pareja masculina en el embarazo, parto y posparto: perspectiva de profesionales de la salud – Subred Integrada De Servicios De Salud Norte E.S.E.* [Tesis de grado, Universidad El Bosque].
Repositorio Institucional Universidad El Bosque.

https://repositorio.unbosque.edu.co/bitstream/handle/20.500.12495/8377/Alfonso_Duarte_Aileen_Dayana_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lafaurie-Villamil, M. y Valbuena-Mojica, Y. (2020). La participación de la pareja masculina en el embarazo, parto y posparto: percepciones del equipo de salud en Bogotá. *Cuidados Humanizados*, 9(2), 129-148. <https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/enfermeriacuidadoshumanizados/article/view/2288/2172>

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. *Editorial Martínez-Roca*.

Leach, L., Poyser, C., Cooklin, A. y Giallo, R. (2016). Prevalence and course of anxiety disorders (and symptom levels) in men across the perinatal period A systematic review. *Journal Affect Disord*, 190, 675-86. [10.1016/j.jad.2015.09.063](https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.09.063)

Macías, M., Madariaga, C., Valle, M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Márquez, M., Vásquez, M. y Ramírez, C. (2021). Significados atribuidos a la paternidad por hombres al ser padres por primera vez. *Revista de Psicología*, 39(2), 345–360. <https://doi.org/10.18800/psico.202102.007>

Mccall, G. y Simmons, J. (1966). Identidades e interacción. *Free Press*. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/4042/1/T21370.pdf>

McCall, G. y Simmons, J. (1978). McCall y Simmons: Modelo de la Identidad de Rol (The Role-identity Model). *Library*, 191-194.

<https://1library.co/article/mccall-simmons-modelo-identidad-rol-role-identity-model.q5r132gz>

- McCubbin, H., Cauble, A. y Patterson, J. y Wilson, L. (1982). *Family stress, coping, and social support*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publisher.
- McCubbin, H. y McCubbin, M. (1993). Family stress theory and assessment: The resiliency model of family stress, adjustment, and adaptation. En H. McCubbin y A. Thompson (Eds.), *Family assessment inventories for research and practice* (pp. 1–64). University of Wisconsin-Madison.
- McGill, B. (2021). Navigating fatherhood in contemporary society: Changing roles and challenges. *Journal of Marriage and Family*, 83(4), 925-942.
<https://doi.org/10.1111/jomf.12760>
- McGowan, C. y Seigel, J. (2019). Balancing work and fatherhood: The global struggle for parental equality. *Work and Family Journal*, 30(2), 159-174.
<https://doi.org/10.1177/0192513X18821978>
- Mejía, J. (1999) De la construcción del conocimiento social a la práctica de la investigación cualitativa. *Investigaciones Sociales, II* (3).
- Mesa, V. (2023). *El lugar del varón en el proceso de embarazo, nacimiento y puerperio*. [Tesis de grado, Universidad de la República Uruguay]. Colibri, Conocimiento Libre Repositorio Institucional.
https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/37667/1/tfg_valeria_mesa_version_final.pdf
- Meydan, C. y Akkaş, H. (2024). The role of triangulation in qualitative research: Converging perspectives. En A. Elhami, A. Roshan y H. Chandan (Eds.),

- Principles of conducting qualitative research in multicultural settings* (pp. 101-132). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-3306-8.ch006>
- Miller, T. (2017). *Making sense of fatherhood: Gender, caring and work*. Cambridge University Press.
- Ministerio de Salud (2017). Oficializa la Norma Nacional para la Atención Integral a las Mujeres en el Post Parto N° 39470-S. https://oig.cepal.org/sites/default/files/2015_decreto39.470_cri.pdf
- Montesinos, R. (2002). Las rutas de la masculinidad. Ensayos sobre el cambio cultural y el mundo moderno. *Gedisa*.
- Morales, A., Catalán, A. y Pérez, F. (2018). Los padres también se deprimen en el postparto: comprendiendo el fenómeno desde la voz de sus protagonistas. *Polis Revista Latinoamericana*, (50). <https://journals.openedition.org/polis/15688#tocfrom2n7>
- Moreno, C., Rincón, T., Arenas, Y., Sierra, D., Cano, Á. y Cárdenas, D. (2014). La mujer en posparto: un fenómeno de interés e intervención para la disciplina de enfermería. *Revista Cuidarte*, 5(2), 739-747. <http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v5n2/v5n2a05.pdf>
- Nieri, L. (2012). Sentimientos del padre actual en la etapa perinatal. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(3), 1000. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi1231.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2011). Salud mental perinatal. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51594/9789275332498_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ortega, P., Torres, L. y Salguero, A. (2009). Paternidad: Periodo de cambio en la vida de los varones. *Revista Psicología Científica*.
<https://www.psicologiacientifica.com/paternidad-cambio-varones/>
- Padilla, A., Gámiz, V. y Romero, M. (2019). Validación del contenido de un guion de entrevista sobre la competencia digital docente en Educación Superior. *Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação*, (32), 1-16.
https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-98952019000200002
- Parfitt, Y. y Ayers, S. (2014). Transición a la paternidad y salud mental en padres primerizos. *Revista de salud mental infantil*, 25(3), 263-273.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25798480/>
- Peralta, O. (1996). Reproductiva en el Período Postparto: Manual para el entrenamiento del personal de los servicios de salud. *Instituto Chileno de Medicina Reproductiva (ICMER)*. https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/Posparto_y_lactancia/el_periodo_postparto.pdf
- Perinat, A. (2007). La Primera Infancia, Editorial UOC.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=yid=umkFELadx5YC&oi=fnd&pg=PA5&dq=primera+infancia&ots=svl2pRx8IY&sig=VeQp13AY4kmryAUTkmgBWmwUtFQ#v=onepage&qyf=false>
- Porta, L. y Silva, M. (2003). La investigación cualitativa en el contexto educativo. Tesis Doctoral. Universidad Nacional de la Patagonia Austral. Argentina
- Quintana, A. (2006). Metodología de investigación científica cualitativa. *Psicología: Tópicos de actualidad*.

<http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/267/3634305-Metodologia-de-Investigacion-Cualitativa-A-Quintana.pdf>

- Railef, H. (2019). *Percepciones del personal de enfermería en relación con las necesidades de atención de los padres en el puerperio* [Tesis de grado, Universidad Nacional del Comahue]. RDI UNCo. <http://170.210.83.59/bitstream/handle/uncomaid/15541/TESIS%20RAILEF%20GUILLERMO%20PDF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rees, E., Beeber, S., Sampson, R. y Lietz, J. (2023). Empowering Single Parents: Navigating Socio-Economic Challenges and Fostering Resilience in Family Well-being. *Law and Economics*, 17(2), 131–150. <https://doi.org/10.35335/laweco.v17i2.5>
- Reinicke, K. (2020). First-Time Fathers' Attitudes Towards, and Experiences With, Parenting Courses in Denmark. *American Journal of Men's Health*, 14(5). doi:10.1177/1557988320957546
- Rendón, A. y Salguero, M. (2022). Llegar a Ser Buen Padre: Trabajo Y Paternidad En Hombres Tutunakú De La Sierra Norte De Puebla. *Intersticios Sociales*, (23), 349-372. <https://doi.org/10.55555/IS.23.438>.
- Ritzer, G. (1993). Teoría sociológica contemporánea. *Mc Graw Hill*.
- Salguero, A. y Pérez, G. (2008). La paternidad en los varones: Una búsqueda de identidad en un terreno desconocido. Algunos dilemas, conflictos y tensiones. *Revista Internacional de estudios sobre masculinidades*, 3(4), 1-18.
- Santos, K., Ribeiro, M., Queiroga, D., Silva, I. y Ferreira, S. (2020). O uso de triangulação múltipla como estratégia de validação em um estudo

qualitativo. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(2), 655-664.
<https://doi.org/10.1590/1413-81232020252.12302018>

Smith, J. (2015). *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (3rd ed.). SAGE Publications.

Smith, J. y Osborn, M. (2008). Interpretative Phenomenological Analysis. In J. Smith. *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods*, 53-80. <https://doi.org/10.4135/9781848607927.n11>

Smith, J., Flowers, P. y Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. SAGE Publications.

Stern, D. (1998). The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology. Basic Books.

Thiel, F., Ein-Dor, T., Dishy, G., King, A. y Dekel, S. (2018). Examen de grupos de síntomas del trastorno de estrés postraumático relacionado con el parto. *El compañero de atención primaria para los trastornos del SNC*, 20(5). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30277674/>

Troncoso-Pantoja, C., y Amaya-Placencia, A. (2017). Entrevista: guía práctica para la recolección de datos cualitativos en investigación de salud. *Revista de la Facultad de Medicina*, 65(2), 329-332.
<https://doi.org/10.15446/revfacmed.v65n2.60235>

Tubert, S. (1997). Figuras del padre. *Universidad de Valencia*.

Van Manen, M. (2016). Phenomenology of practice: Meaning-giving methods in phenomenological research and writing. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781003228073>

- Vargas, X. (2011). *¿Cómo hacer investigación cualitativa?* (2 ed.). México: ETXETA.
- Vázquez, F. (1996). El análisis de contenido temático. Objetivos y medios en la investigación psicosocial. *Universitat Autònoma de Barcelona*, 47- 70.
- Victorio, J., Mormontoy, W. y Díaz, M. (2019). Conocimientos, actitudes y prácticas de padres/cuidadores sobre salud bucal en el distrito de Ventanilla. *Revista Estomatológica Herediana*, 29(1), 70-79.
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/REH/article/view/3496>
- William, E., Russell, W. y Wilson, A. (2023). Narrativas de paternidad: experiencias de padres adoptivos. *Revista de Investigación Psicosociológica en Familia y Cultura*, 1(4), 26-34.
<https://journals.kmanpub.com/index.php/jprfc/article/view/2616>
- Wynter, K., Rowe, H., Tran, T. y Fisher, J. (2016). Factores asociados con el apego entre padre e hijo a los 6 meses del posparto: un estudio comunitario en Victoria, Australia. *Revista de Psicología Reproductiva e Infantil*, 34(2), 185-95
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02646838.2015.1136051>
- Yildiz, P. D., Ayers, S. y Phillips, L. (2017). La prevalencia del trastorno de estrés postraumático durante el embarazo y después del nacimiento: una revisión sistemática y un metanálisis. *Revista de trastornos afectivos*, 208, 634–645.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.10.009>
- Yogman, M. y Garfield, C. (2016). Fathers' Roles in the Care and Development of Their Children: The Role of Pediatricians. *Pediatrics*, 138(1), 116-128.
[10.1542/peds.2016-1128](https://doi.org/10.1542/peds.2016-1128)

ANEXOS

Anexo 1: Entrevistas

***PAPA 1:**

Edad: 29 años

Estado Civil: Soltero (Conviviente)

Ocupación: Ingeniero Informático

Hijo(a): Niña de 3 años

Muy bien entonces vamos a comenzar con la primera pregunta que es **¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?**

*Trato de ser bastante paciente no? porque eso creo que es la clave la paciencia, porque uno también ha sido niño antes de ser padre y pues recuerdo mi infancia no, que mi mama también me explicaba tu papa viene cansado y yo como niño solamente quería jugar, entonces ahora en la faceta de padre pues me di cuenta que hoy es algo que se va a mantener o que se a mantenido en el tiempo y creería que así es un comportamiento normal de un niño no? qué quiere jugar, ¿que pues no comprende no? Un tema del cansancio propio de los roles que uno tiene como padre y persona en general

También eh visto algunas entrevistas o más que nada opiniones creo yo de lo que sienten los niños respecto a sus padres niños de 6 a 8 años y pues la tendencia marca, mi papa está ocupado si esta ocupado que le compre ciertas cositas o piden tiempo o piden atención

Entonces escuchado eso trato de dar el máximo esfuerzo posible y la paciencia repetir siempre algunas cosas que no entienden y eso en general la paciencia creo que es la clave.

OK y ¿Ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre?

*Eh no, la verdad estoy bastante claro en mis deberes como padre no? que es la alimentación, ósea creo que los tres factores mínimos requerido es la alimentación la educación, pero muy aparte de esos deberes obligatorios el sentimiento de padre es el cariño que se le tiene que dar a los hijos y el tiempo de calidad para poder estar con ellos y que se sientan valorados que sientan la presencia de un padre en ese sentido de la palabra

¿Qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

*Eh talvez el equilibrio profesional y paternal, uno la mayor parte del tiempo al menos en mi caso estoy en el trabajo porque trabajo presencial y después vengo a casa y trato de preparar algunas cosas para el día siguiente como la vestimenta y cosas que uno tiene que alistar

herramientas por ahí tal vez, pero llegar a casa significa pues que mi hijita me espera con los brazos abiertos para que le dé la mayor atención y eso es siempre q estamos en un ambiente juntos generalmente en la casa me puede pedir para el ir al parque a jugar o que juegue en la casa entonces pues me pide esa demanda y pues uno de los mayores retos es como dice el crecimiento profesional en qué momento muy aparte de mi jornada laboral y mi jornada como padre eh le brindo un espacio para poder seguir estudiando y creciendo como profesional tener ese espacio geográfico un ambiente único y un espacio de tiempo para decir oye en esta planificación en estas horas y en este pase laboral voy a dedicarme a estudiar para seguir capacitándome y no deprecarme en términos de lo que es mi carrera profesional creo que esa es una de las mayores preocupaciones que vengo guardando ahora.

Comprendo ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

*Bueno los niños van, los bebés van creciendo mi hijita tiene 3 años y un mes entonces el primer año es bastante manejable digamos o lo e sentido bastante tranquilo porque

Duermes un poco más que en comparación en relación que ahora que tiene 3 años ahora duerme menos y ya tiene un poco más de actividad, eh la pregunta fue el impacto...

O sea claro la adaptación emocional a esas nuevas responsabilidades

*Eh si para que ósea el apoyo familiar quiero decir de mi pareja como familia estamos bastante, a sido importante estar coordinados para que los cambios no sean una afección sino sea un reto y un camino bonito que tenemos que abordar como lo que somos no? una familia

*Entonces digamos que lo hemos como que Cada etapa q nuestra hija va avanzando es como un reto para nosotros para poder también darle la herramienta que ella crezca de manera segura como una persona confiable que confíe en sus capacidades no solamente intelectuales sino también en sus habilidades blandas en sus características que no crezca con timidez darle la seguridad entonces eso no...

La verdad no es q hayamos tenido un impacto negativo, sino que siempre estamos en constante aprendizaje y retándonos hay que planificar esto, hay que hacer aquello hay sacarla al juego tal, hay que enseñarle tal hay, que comprarle tal cosa, va a poder hacerlo, si mira no va a poder hacerlo, va a mejorar etc. Entonces este reto ha sido bastante bonito y a sido aceptado por nosotros.

¿Cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

*Y creo que el jugar no?, porque ósea juegan bastante; también la verdad que a diferencia creo q mía y la generación 90s donde no existía el celular ella también a aprendido cosas del celular como a jugar temas del policía, el perrito, la cocinita eh entonces ella cada vez q yo llego siempre tiene una novedad de lo que aprende en el colegio de lo que aprende de forma digamos proactiva bajo su propios medios le damos el celular y aprende cosas, pero cada vez que yo llego siempre me dice celular no me lo quita lo pone en su cajita, lo esconde es parte del juego

Y jugamos sin medios digitales que es algo que me gusta bastante no porque al menos no vengo sufriendo con tremas de que está muy viciosa o pegada a los temas digitales sino q tiene sus tiempos donde ella va al colegio aprende, sus tiempos del celular y sus tiempos para jugar

Me toma, me gusta bastante que me pida tiempo también bien para jugar y no ser una persona padre el en el papel y pues no me tome la importancia yo atención debida entonces

Jugar, compartir, preguntas que ella me puede hacer... y ¿por qué esto?, ¿qué es esto?, ¿para qué sirve?, ¿Dónde? son momentos que uno lleva en la memoria y en el corazón.

¿Qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza

*Eh bueno, digamos que casi la mayoría de veces la llevo al colegio, entonces esa es una labor diaria yo la llevo mi pareja la recoge entonces es algo que ella ya por ejemplo va aprendiendo

Temprano me dice papa apura, vamos al colegio; a veces ella se alista más rápido, bueno su mama también la prepara es la etapa y de camino al colegio le voy enseñando algunas cosas digamos las señales de tránsito, nos detenemos aquí, semáforo en rojo, semáforo en verde, el policía, sus funciones vamos conversando eso es en la parte de la mañana y en las noches le pregunto ¿qué has hecho en el colegio? ¿qué has aprendido ahora? estos días, bueno ayer la plantita que me mostro, un poco más antes le pregunto sobre los nombres de sus compañeros ¿qué hacen? ¿Que han hecho hoy día?, ¿Si han pintado?, ¿Si han jugado?, ¿si han tenido clases de inglés?, ¿de baile?, ¿qué le gusta?, ¿que no le gusta? entonces digamos que es el manual de todos los días.

¿Ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su hija?

*Hay preguntas como complejas digamos porque siempre pregunta porque

¿y como las maneja?

*Trato de explicarle, pero hay cosas como por ejemplo me dice como que mmm Y le digo ya vas a entender no poco a poco, no es muy recurrente digamos trato de siempre explicarle con palabras sencillas o con ejemplos talvez de ademanes grafico simulando algo, pero también a esas mínimas ocasiones no donde me ha hecho ese ademan de mmm un rostro de que no comprendía.

¿Cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares?

*Oh la verdad de que ahí esto bueno mi pareja es el pilar en este tema porque, bueno tengo un horario laboral de 9 a 6 pero casi siempre termino saliendo 7 un poco mas eh incluso los fines de semana también tengo que avanzar con algunos pendientes laborales y bueno entonces si mi pareja me apoya en ese sentido para no sentirme agobiado digamos personalmente para que nuestra hija tampoco sienta que nadie puede darle atención y los tiempos que puedo trato de que sean de calidad para nuestra hija.

¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

*el impacto financiero de la crianza? No, al menos en ese sentido como familia bastante tranquilos.

¿Cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

*Bueno cuando nos enteramos que íbamos hacer padres, de manera personal pues sabía que; bueno para empezar no vivíamos juntos entonces sabía que teníamos que tener un hogar propio para nosotros entonces todas las responsabilidades las asocio básicamente al tema económico para que no nos pueda faltar nada y de ahí el cambio a la fecha es aparte a factor económico también tiene que haber factor tiempo y atención para nuestra hija que es algo que al menos en una primera instancia no considere que iba a ser un factor clave eso un poco ha ido cambiando o sea más que cambiando bueno si es un cambio pero de la idea que tenía ahora es lo contrario sino es un cambio de la idea que tenía se ha mantenido pero le he agregado el tema de atención y tiempo de calidad para la bebe.

¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hijo?

*Paciencia buen humor habilidades la creatividad porque los bebés al menos mi hijita no requieren digamos un juguete muy sofisticado para poder divertirse a veces son simplemente con un globo y simplemente te dice con el globo lo puedes jugar, me lo tiras el que se cae pierde el que se esconde con el globo esto entonces con un globo que no tiene ni un mayor valor económico al menos de mi punto de vista puede jugar de distintas formas y se puede distraer un buen rato, eso no la creatividad, la paciencia creo que esas dos lo principal.

¿Qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartir?

*Lecciones valiosas... creo que uno como persona antes de ser padre tiene que haber logrado con creces las metas profesionales y personales que uno se ha trazado en la medida que sea posible porque después de, ya vas a tener nuevos retos que podrían ser afectados emocionalmente si es que no has cumplido tus planes al menos como persona tienes que tener la capacidad de estar tranquilo por ese lado para transmitir tranquilidad al bebé a la personita que va a venir, que viene y en general a la familia ese creo que es el mejor consejo que podría dar a la persona que está próxima a convertirse en padre.

***Papa 2**

Edad: 36 años

Estado Civil: Casado

Ocupación: Administrador

Hijo(a): Niña de 2 años y 9 meses

¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

*En mi caso, bueno, el estrés relacionado a mi experiencia como padre se centra principalmente en las acciones o las actividades que tendría que realizar ahora y a futuro para el bienestar de mi hija. Entonces lo que procuro hacer en la medida de lo posible es tener espacio para poder, no sé, pensar un momento, meditar un poco y de esa manera poder mirar las cosas de una manera mucho más objetiva y con un poco más de... y entendiendo también que hay distintos momentos para poder encontrar pues un equilibrio entre mi vida laboral, porque el día a día es el que me gana para poder compartir con mi hija, y mi vida familiar. Entonces lo que procuro en la medida de lo posible es establecer momentos del día para que de esta manera yo pueda tener espacios tanto para mí como para disfrutar con mi esposa, como para disfrutar con los amigos y obviamente para tener espacio para disfrutar con mi hija, porque la preocupación en mi caso apunta hacia la poca... el poco tiempo que puedo pasar con mi hija entre semanas ¿Me dejó entender?

Claro, ok, entiendo. ¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

* En este momento los temas propios del crecimiento y el desarrollo cognitivo y el desarrollo, no sé si el término correcto es el desarrollo social de mi hija, considerando sus pares. Es decir, o sea, entendería yo que a cierta edad mi hija debería desarrollar algunas actividades o quizás debería expresarse un poco más, entonces mi preocupación en este momento es de que ella pueda estar creciendo como corresponde en todos los aspectos, en todos los aspectos, en este momento. Pero evidentemente dentro de la preocupación que tengo por el hecho de ser padre y con mi hija es principalmente aspectos vinculados a garantizar su educación, a garantizar acceso a salud, a garantizar una vida adecuada para que ella pueda crecer sin algunas dificultades o debilidades con las que probablemente yo crecí por ser de una familia con escasos recursos económicos en un momento determinado de mi infancia.

Ok, comprendo. ¿Y ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre?

*No directamente, es decir, como comentaba en la primera pregunta, el hecho de estar mucho tiempo fuera por temas laborales evidentemente me genera preocupación de no poder generar un vínculo, valga la redundancia, con mi hija, a diferencia de la mamá con quien pasa mucho más tiempo y con

quien evidentemente está más pegada, pues en mi caso yo solamente tengo pocos momentos durante el entresemana y el fin de semana procuro aprovechar el tiempo también para compartir con ella, entonces va por ahí mi tema.

Ok, ¿cuáles son las actividades diarias que más disfruta cuidar de su hija?

*Yo disfruto mucho, tenemos una dinámica en casa que me permite desayunar con ella, entonces compartimos mucho ese momento, ella de pronto cuando termino de desayunar viene conmigo, estamos jugando un ratito en ese momento. Eventualmente por las noches, si es que puedo llegar a casa temprano, también la acompaño mientras está por dormir y también hay un momento eventualmente de juego, cortito porque es un tanto complicado, pero luego ya los fines de semana si hay un momento de juego, de llevarla de pronto al parque para que se distraiga o de salir a caminar con ella, o no sé, en verano ir por helados, por ejemplo. Principalmente es el hecho de compartir con ella e ir encontrando pues la forma de generar actividades papá e hija, ¿no?

Claro ¿y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

*En realidad siento que no ha sido un proceso tan complejo, creo que la transición ha sido adecuada.

Desde mi lado siempre he tenido ganas de ser papá, entonces es algo con lo que yo sabía que iba a tener que lidiar, si es que vale el término, porque con qué le voy a enfrentar y de alguna manera viendo cómo funcionaba el tema de la paternidad de mis mejores amigos o de pronto cómo era la vida familiar o el crecimiento de mi sobrino o de mi ahijada, creo que ya entendí un poco la lógica, ¿no? Evidentemente la responsabilidad es mayor porque acá se involucra ya un tema de proyección hacia el futuro, por ejemplo lo primero que hice cuando supe que mi esposa estaba embarazada fue contratar un seguro de vida para mí y para ella, ahora estamos viendo algunas opciones para garantizar la educación universitaria, entonces yo siento que en lo particular este proceso no ha sido tan caótico, ha sido algo que se ha ido dando de a pocos, pero evidentemente como conversamos en la primera o segunda pregunta, yo tengo una preocupación por el bienestar de mi hija a futuro, entonces esa es una situación que a mí me genera ciertas inquietudes, por decirlo así, pero que producto del día a día, del trabajo, el crecimiento personal también, personal profesional, también me permite pues tener cierta, no certeza, pero sí indicios de que puedo cumplir con estos temas, además que a nivel familiar también la decisión de ser padres fue algo meditado, algo considerado, se dio de manera natural luego de un tiempo de estar casados, entonces como que se estructuró una familia, a partir de ellos se generaron espacios distintos para el crecimiento de papá y mamá y ya luego de manera natural se ha dado la etapa de la paternidad con todo lo que conlleva.

Entiendo, y en las rutinas diarias, ¿qué rol desempeña con su hija? Me decía que compartía) el desayuno, ¿qué otras rutinas de crianza comparten con ella?

*Hay dos temas, es muy diferente el fin de semana y feriados que los días laborales, yo tengo un trabajo en el que estos últimos años he viajado mucho, entre semana, a veces fines de semana también por algunas comisiones de trabajo y quien asume

muchas de las rutinas y muchas de las actividades es mamá, tenemos apoyo afortunadamente de la abuela, de mi hijita, entonces también va por ahí, cuando yo estoy en Lima yo sí he procurado, por ejemplo en mi trabajo, decir que yo voy a entrar un poco más tarde porque yo sé que no tengo horario de salida, entonces durante la mañana sé que puedo desayunar con mi hija, puedo estar con ella un momento, pero durante el día no tengo una rutina propiamente dicha con mi hija, entonces cuando soy de viaje la llamo por ejemplo una vez durante la tarde para preguntarle cómo está, pero cuando estoy en Lima, como la veo durante las mañanas y el tema laboral es un tanto complicado por momentos, no me da el tiempo para hacerlo. El fin de semana cambia un poco porque ya hay un momento desde la preparación del desayuno, desde salir a los juegos, quizás ver algo de tele con ella o jugar, más nos vinculamos al tema de los juegos, haría mal en detallarte qué tipo de juegos porque nos tomaría mucho tiempo probablemente, pero sí tenemos estos espacios del desayuno, de acompañarla también con el tema del baño, acompañar y jugar con ella en ese momento y finalmente el tema de hacerla dormir por la noche.

Ok, comprendo, y ¿ha tenido dificultades para comunicarse con su bebé o entenderla? Sí, claro, claro que sí.

¿Cómo las ha manejado?

*Lo que estamos teniendo como que diversos momentos, al principio cuando era más chiquita evidentemente la situación era mucho más sencilla, desde que ella ya está interactuando con otros niños por ejemplo ha iniciado con algunos llantos prolongados, por algunas quejas, por algunas actitudes nuevas que antes no tenía, y sí, como te comentaba María José, cuando yo me alejo un poco por los temas de viaje, de pronto a mi retorno encuentro nuevas actitudes, entonces ahí sí lo que yo hago es preguntarle a mi esposa qué es lo que está pasando y cómo lo puedo manejar. Las situaciones que he tenido complicadas es por ejemplo cuando mamá no está y quiere estar con mamá, busco la manera de distraerla con algún juego de última, con algún capítulo chiquito de algún programa de televisión para que pueda ella calmarse un poquito porque como te decía, entra un llanto un tanto prolongado y por más que yo me acerque, por más que le quiera dar contención, no lo acepta, entonces lo que hemos aprendido ya un poco es de que ella se aleja un poco y sola se va calmando y luego ya vuelve con nosotros para poder seguir con el día a día, pero eso es lo que lo que me está costando, por decirlo así, ¿no?

¿Y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares?

*Como comentaba hace un momento, lo primero que yo he hecho cuando he cambiado de trabajo es que he visto la posibilidad de gestionar un horario de ingreso un poco más tarde que mis demás compañeros para poder compartir la mañana con mi hija, al menos un momento de la mañana.

Un día a la semana yo la llevo al nido y en el nido hay una especie de hora comunitaria que le llaman, que son unos 30 minutos en los que papás e hijos

permanecen en la escuela y hacen uso de los espacios y los juegos para poder generar vínculos, entiendo yo, y para que los niños se desarrollen y puedan jugar con los demás, con sus compañeritos. Entonces eso en lo particular es algo que yo he procurado. Luego igual a veces procuro no tener trabajo los fines de semana, no traer trabajo los fines de semana a casa o por las noches, para también estar atento a las necesidades o a estos espacios que te comento que procuro tener con ella los fines de semana.

Pero también soy consciente pues de que producto de este trabajo que yo tengo pues puedo ofrecerle a mi hija algunos espacios, algunos momentos y también las condiciones de vida con las que con las que vivimos, que afortunadamente son, creo yo que le permiten explorar muchas cosas y quizás a partir de ello pueda crecer ella con habilidades necesarias para enfrentarse al mundo posteriormente.

¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

*Sí, yo soy un tipo, yo en lo particular soy un tipo que tiene una mirada tanto incisiva en los temas financieros, entonces sí es algo que me preocupa, pues evidentemente, porque yo tengo unos ingresos determinados, eventualmente mi esposa también, pero sabemos pues de que las condiciones y el costo de vida a lo largo de los años va a variar, entonces quizás a diferencia mía o de mi esposa que pudimos estudiar una carrera universitaria con algunas condiciones, con algunas consideraciones o particularidades, entendemos que considerando el estilo de vida que nosotros tenemos en este momento, podría que a futuro la carrera universitaria sea muy cara, entonces sí me preocupa cómo llegar a ese momento, entonces lo que lo que estamos haciendo para evitar trasladar esa preocupación al futuro es tratar de asumirla desde ahora, entonces hay un tema de ahorros, hay un tema de buscar opciones, no sé, como lo que comentaba, algún fondo universitario, algunas otras acciones que nos permitan a nosotros tener cierta tranquilidad de lo que vendrá después, o ante lo que vendrá después pero sí, definitivamente desde mi lado hay una preocupación por ello, pero también por otro lado, valga la redundancia, también soy consciente de que probablemente considerando que tanto mi esposa como yo tenemos posibilidades de seguir trabajando y quizás de seguir creciendo en nuestros propios espacios, podríamos tener cubierto futuro eso, pero para mitigar riesgos pues tenemos que tomar precauciones desde ahora.

Claro, efectivamente, y ¿cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

*A ver, en mi caso el tema de la paternidad, como comentaba hace unos minutos María José, es algo que yo he deseado desde que soy chico y de alguna manera he tenido una situación como de rol de figura paterna de mi hija, en algún momento de mi sobrino, evidentemente no es lo mismo que ser el papá, pero esto me ha acercado a entender un poco cómo funcionan los temas, pero sí, para empezar, por más que cueste un poco quizás decirlo, el hecho de que sea mi hija genera otro tipo de emociones en mí, otro sentimiento, el amor quizás es un poco más grande, quizás el deseo de que crezca, de que sea feliz y todo ello, es un poco distinto a lo que yo puedo sentir por otras personas, es como que cuando tuve a mi hija por primera vez conmigo, pues la emoción fue indescriptible y a partir de ello, lo único que yo vengo o que procuro trabajar es generar una relación con ella que le permita a ella futuro, pues ser una mujer segura de sí misma, que pueda tomar decisiones

adecuadas y que pueda ver en mí y obviamente en su mamá, personas con las que pueda confiar ante cualquier situación que pueda tener, entonces en realidad yo en lo particular siento que he tenido un buen ejemplo de padre, o sea mi papá para mí es como un modelo a seguir, entonces a partir de ello siento que no hay mucha cambio, porque si estoy como orientado a lo que creo que debe ser y que finalmente se alinea a algunas situaciones que nosotros como padres, junto a mi esposa, hemos identificado que deberíamos trabajar en la crianza de nuestra hija, ¿me deja entender?

Claro, entiendo ¿Y qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

*Cuando mi hija era muy chiquita sí tenía por ejemplo, temor de cargarla, de moverla, de darle alimentos, porque pues antes de que ella nazca, o sea, sí estuve como que investigando algunas cosas de cómo debería yo comportarme en situaciones determinadas, pero en este proceso de investigación tenía por un lado las cosas que tenían que hacer y las cosas que podrían suceder como emergencias, por ejemplo, si es que el niño duerme boca abajo, que se pueda atorar, todas esas situaciones que podrían generar alguna situación complicada, las tenían mapeadas, pero de alguna manera sí pues me generaba un tanto, no sé si el término correcto es ansiedad o inquietud, porque podría pasarle algo en ese momento, entonces sí hemos estado al principio muy preocupados, pendientes durante toda la noche de todo lo que pasaba con ella. Con el tiempo ya hemos ido aprendiendo un poco pues que es parte natural del crecimiento del bebé en determinadas situaciones y que podemos pues estar pendientes, pero yo creo que por ahí hay un poco más que el día a día de paternidad nos ha dado como que experiencias que se han ido capitalizando y que ahora nos permite tener un poco más de tranquilidad, de paciencia ante situaciones que se presentan, por ejemplo, a diferencia de la primera fiebre versus las que se presentan ahora, la sensación, la preocupación ha cambiado, obviamente nos preocupamos, pero sabemos que no necesariamente tenemos que llevarla corriendo a la clínica porque hay unas técnicas que podemos hacer en casa y bajo supervisión, por ejemplo, en estos casos. Creo que nos ha dado, en mi caso, para los aspectos vinculados a la crianza propiamente dicha, yo creo que es un poco más de paciencia a partir del conocimiento y la experiencia que nosotros estamos, paciencia y tranquilidad, va en esa línea.

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

*Ahí yo creo que no puedo ser muy objetivo, mi idea desde este tema de paternidad, de crianza, va más vinculado al cariño, al amor hacia mi hija, entonces creo que el tema de qué compartiría de la paternidad o de la crianza es el disfrutar de los momentos que tenemos con ellos, porque entiendo que la investigación es la parte de la infancia, pero el producto de ello son son distintos momentos, antes del año, después del año, a los tres años, entre otras cosas, y siento yo que quizás por algunos momentos de preocupación, en mi caso, por estas tensiones que te comentaba antes, podría haber descuidado algunos aspectos, o por ejemplo por temas laborales, por temas de trabajo, me puedo haber perdido algunas cosas, entonces sí creo que lo importante dentro de la paternidad es el procurar estar al 100% en el tiempo que tengas, si es mucho, qué afortunado eres, y si es poco, procura sacarle todo el

provecho que tengas, todo el provecho que se pueda, porque es muy rápido, es muy rápido, yo de vez en cuando veo, por ejemplo en el teléfono, que me salen los vídeos de saber su sabor, y digo en qué momento cambió tanto, pasó tanto tiempo, cómo creció tanto, y eso, es el disfrutar de los hijos en cada momento, en cada momento de su vida, para también como padre sentirse parte de todo su crecimiento.

Exactamente, muchas gracias, le agradezco la verdad bastante por su tiempo, porque pues a pesar que está malito el accidente que ha tenido, pues a pesar de eso, ha compartido estas valiosas respuestas.

***Papa 3**

Edad: 30 años

Estado Civil: Conviviente

Ocupación: Mantenimiento

Hijo(a): Niña de 3 años

Entonces, a ver, la primera pregunta es, ¿cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

* Bueno, estrés... La mayor parte paso poco tiempo con mi hija, ¿no? Entonces, hay veces donde que si veo muy cansada, hay un poquito que a veces lo quiero entender y a veces no llevo a entenderlo bien. Y es un poco que a veces me molesto o intento ya no ver, pero intento ver hablarlo bonito.

Ok. Ya... ¿Ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir el rol de ser padre? ¿En qué momentos? Bueno, a veces hay cosas donde que es el trabajo y a veces tiene una emergencia. Entonces, no sé cómo más o menos sobrellevarlo. Me desespero más rápido, ¿no?

Ok, se desespera más rápido, ya. ¿Qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

Disculpa, no lo iba a entender. ¿Qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación? La mayor parte es cuando está enferma.

Al momento que no se le viene a entender, ¿no? Para ahora, todavía no sabe hablar, no explica,

Ah, ya, ok. Le preocupa el hecho de cómo usted va a manejar, ¿no? Cuando su hija está enferma, ¿no? Cómo la va a ayudar, asistir, ok.

¿Cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?) A veces es un poco complicado, ¿no? Porque la mayor parte es que está entrando uno algo nuevo que no sabe.

Entonces, lo que va a pasar todos los días se va aprendiendo

¿Cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

Bueno, a veces me pongo a jugar, Hacerla bailar. Y así, cada día más lo que va creciendo, va saliendo cosas nuevas. Y yo también, más o menos, ahí que le gusta, intento hacer eso.

¿Qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza? Muy poco sería, porque la mayor parte, como les digo, para en el trabajo. Entonces, algo a veces que está en la noche, un ratito que me pongo a jugar. O a veces llego y ya, bueno.

De vez en cuando la hago comer, A veces me encuentro durmiendo, o a veces a mediodía un rato la hago comer.

Ok. ¿Ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su hija?

Sí.

¿Cómo las ha manejado? Bueno, la mayor parte a veces intento sobrellevarla, hacerla hablar, pero no... O su mamá me hace llegar a entender. Su mamá me explica más que la conoce, pero bueno, ella me hace entender y yo también la sobrellevo.

Ok. ¿Cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares? Sí. Muy bien, son muy pocos, porque la mayor parte estoy en el trabajo y hay veces donde hay reuniones o hay alguna cosa que hacer.

¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

A veces, A veces, a veces se me complica, ¿no?

Ok. ¿Sí le preocupa el impacto financiero en la crianza a largo plazo? Claro, Porque a veces hay una cosa, otra cosa. claro. Surgen nuevos gastos.

Sí, claro. De improviso

¿Cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

Nada más que la responsabilidad y la preocupación Porque antes, cuando uno no tiene hijos, es diferente Estás tranquilo, relajado.

Cuando tienes hijos, tienes que estar pensando en cómo va a estar ¿Estará bien? ¿No estará bien? ¿Se va a enfermar? ¿O qué se va a enfermar? ¿Va a comer? ¿Por qué no quiere comer? Cuando uno no es padre, se preocupa por uno mismo. Pero ahora sí, cuando uno es padre, ya se preocupa por su familia.

Exacto.

¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija? Bueno, entenderla y sobrellevarla más que todo con la paciencia.

Paciencia. ¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

Bueno, más que todo es que aprendes más cosas. Te sorprenden. Hay cosas nuevas que aprendes también uno día a día y también es una felicidad más que todo que una niña haga cosas diferentes día a día.

Ok. Muchas gracias. La verdad le agradezco mucho por su tiempo.

***Papa 4**

Edad: 30 años

Estado Civil: Casado

Ocupación: Mesero

Hijo(a): Niño de 1 año

¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

Bueno, yo creo que sobre todo es un trabajo de saber qué es lo que haces día a día. Quiero decir que, al menos en mi caso, desde ya muy joven yo decidí que cuando llegue el momento de ser papá iba a tomar esa responsabilidad, todo lo que tiene que ver con ser padre. Sé que cuando empezamos este camino sabemos qué es lo que tenemos que hacer, pero creo que hay una guía que es por parte de nuestros padres que nos damos cuenta de qué es la responsabilidad, qué es el hecho de que nunca le falte nada a nuestros hijos, y sobre todo eso es tener bastante paciencia, porque nuestros hijos son seres que están aprendiendo y hay que saber encaminarlo. Entonces por ahí es como que trato de entender más que todo eso para no dejar que el estrés me gane

¿Y ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre?

Yo creo que lo normal es que uno sienta eso, porque es como que vamos descubriendo, de acuerdo a cómo van creciendo nuestros hijos, vamos descubriendo cómo hacer las cosas. Entonces ha habido momentos en donde sí se genera cierta inseguridad, pero ante ello es actuar y ver qué es lo indicado a hacer en esos momentos.

¿Y en qué momentos, por ejemplo, se ha presentado eso?

Sobre todo en el momento de repente cuando han sido los primeros llantos de cómo controlar eso, a veces llanto de dolor o llanto de berrinche. Entonces las primeras veces creo que uno no sabe cómo poder actuar o cómo calvarlo, pero ya con los días o al pasar el tiempo ya te das cuenta de cómo poder sobrellevar o calmar estos tipos de ocasiones. ¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación? Yo creo que el hecho de saber de que nuestros hijos o mi hijo sea un buen hombre, de saber de que siempre estás haciendo bien tu trabajo.

Creo que eso es la incertidumbre que mediante van pasando el tiempo ves creciendo y que quieres que sea un niño de bien, un hombre de bien en mi casa.

¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

Bueno, no es que me haya causado mucho estrés o que me haya costado tanto. En realidad, como te cuento, desde un principio sabía lo que quería y era algo que yo añoraba mucho.

Entonces sí han habido ciertas cosas que se han debido dejar, pero es parte de la etapa. Ser padre implica ciertas cositas en donde uno tiene que ir madurando y aceptando de que ya tu vida no va a ser igual.

¿Y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hijo?

Sobre todo cuando le cuento cuentos.

Me gusta bastante contarle cuentos. Ahora último hacerlo bailar, ponerle una cancioncita y grabarlo y hacerlo que se mire mientras que baila y haga sus muequitas. Eso me gusta bastante.

¿Qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza?

Bueno, con mi esposa siempre hemos tenido esto de también apoyarnos ambos. Entonces diario es como la comida. A veces yo me encargo de servirle su desayuno o también de estar bien pendiente de ver el cambio de su pañuelito.

También el hecho de estar con su educación. Cositas de que, por ejemplo, hablarle. Mira hijo, esto se dice así.

Esta palabra es tal. Por favor, gracias. Siempre eso tenerlo presente.

¿Y ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé?

Bueno, mi hijo recién está aprendiendo a hablar. Se deja entender, pero también es muy inteligente porque también entiende muchas cosas. Es muy vivo.

Cuando tú le hablas, de repente no te responde de una manera fluida, pero sabes qué cosas le estás diciendo. Cuando le llamas la atención también, él sabe qué cosas está haciendo mal y qué no. Así que por ese lado no ha sido tanta dificultad.

¿Y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y las responsabilidades familiares?

En ese caso, cada que tengo tiempo en casa, siempre lo utilizo para poder ayudar. No tanto ayudar, porque es mi responsabilidad estar presente. Entonces, si bien es cierto, mi trabajo ocupa mucho tiempo.

Cuando estoy en casa, siempre intento dejar cualquier distractor, ya sea teléfono o televisión, de lado y enfocarme en mi esposa y en mi hijo. Y ver qué cosas es lo que falta y lo que puedo aportar.

¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

Es algo importante, sí, tanto que me siento como que con miedo o estas cosas. No, porque siento que es un esfuerzo diario. Creo que somos conscientes de que cuando el niño nace, de por medio siempre vamos a tener que ver este tipo de cosas.

Es más, ya de por sí, la clínica desde que nace ya tiene que tener un financiamiento o saber cómo vas a poder sobrellevar estas cosas. Entonces, lo veo más por el tema de proyectarse, de saber qué es lo que viene y esforzarse para llegar a esto.

¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hijo?

Wow, o sea, cambiaron muchas cosas en realidad, yo tenía otro tipo de vida antes de que llegue mi hijo a mi vida, así que para mí fue muy bonito para mí fue muy bonito porque, como venía diciendo, esperaba mucho la llegada de mi hijo, no sabía cuándo, pero sí lo tenía presente que cuando lo tuviera iba a ser todo para mí.

¿Y qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hijo?

¿Qué habilidades? Por ejemplo, soy un poco más simpático ahora. Soy un poco más simpático en el hecho de que siempre, de por medio, me pongo a pensar que si mi hijo estuviera en el otro lado, ¿cómo las otras personas lo tratarían? ¿Cómo me gustaría de repente que alguien lo trate o que lo escuche? Entonces, me pongo siempre en esa posición.

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

Yo creo que más que lecciones son como que a veces pasa de que uno empieza a valorar el hecho de que cuando los papás nos venían diciendo muchas cosas. Nos aconsejaban, nos decían, oye, mira, haz esto, oye, haz esto, ¿no? Y ya cuando cambia el rol de ahora ser padre y te toca a veces de repente este tipo de circunstancias, te das cuenta de que, oye, sí, a veces lo que me decían tenía mucha razón.

O de repente en las etapas de la adolescencia, cuando uno está rebelde y no escucha muchas cosas, te das cuenta de que, oye, sí, tenía razón. Tenía mucha razón de que hay que esforzarse, hay que valorar la familia y sobre todo preocuparse del bienestar, ¿no? De que cuando llega esa personita a tu vida, hasta a veces te olvidas un poco de ti, ¿no? Que eso también no debe pasar.

Ok, muchas gracias.

Voy a detener ya la grabación.

***PAPA 5**

Edad: 30 años

Estado Civil: Casado

Ocupación: Ingeniero Mecánico

Hijo(a): Niña de 2 años **Ya. Entonces vamos a comenzar ya con la primera pregunta, ¿no?**

Que es, ¿cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre? *Ya. A ver. Bueno. Es, Realmente, como es, Es un trabajo compartido. el estrés no necesariamente es compartido, sino que a veces evoluciona. Entonces, porque claro, tú no dices, ah, el bebé está estresado, vamos los dos papás, entonces como que es más fácil, pero no, porque cuando se estresa, empieza a gritar, empieza a ranchar, empieza a tener esos episodios de estrés. Y mi esposa también se estresa, entonces ella también te trompo. Entonces yo estoy así, ¿y ahora qué hago? Una o la otra, porque ya tengo un poco más de tolerancia al estrés, pero también me termino estresando. Son situaciones que al final, son situaciones la verdad que de bastante aprendizaje. Porque más aprendizaje, o sea, como siempre, aprendizaje de lo que no se debe hacer, aprendizaje finalmente de pedir perdón a la pareja de no debía haber hecho esto, no debía haber hecho lo otro, y bla, bla, bla. Y con Pame por lo menos siempre tenemos la óptica, siempre tenemos la intención de acompañarla en esos momentos de estrés. Entonces, porque muchas veces, es claro, todavía es bebé, o sea, menos de dos años, sigue siendo bebé, habla, o sea, por un lado, podemos decir, wow, su comunicación es impresionante, pero, por otro lado, su comunicación también es muy limitada. Entonces, en estos momentos de estrés, no... realmente no sabes qué le pasa, por eso también se estresaba mi esposa, porque el pan me le pide agua, y mi esposa va por agua, le trae, después se la tira, y yo le digo, lo que pasa es que no quería agua, o sea, simplemente era un recurso literario que tenía, un recurso de palabra que tenía, que lo soltó para ver si le servía para anayar la situación, y no le funcionó, entonces no tenía ninguna intención, no tenía ningún concepto, no tenía nada. Y tú te lo has tomado que sí, entonces ahora tú te estresas porque... Entonces, este... Pero, como te decía, ¿no? Nuestro foco es estar ahí. O sea, tiene un momento de estrés, especialmente en las noches. Eso pasa en las noches. Porque en el día es como que, ah, está este... está jugando se distrae, llega la abuela feliz, pero en las noches también por el cansancio no sabe lo que es cansancio entonces se satura se satura, llega el estrés y suceden estas cosas entonces este nuestro objetivo es ese el estar ahí con ella tus papás están aquí, tus papás te aman, estás desbordada, estás desregulada, pero te protegemos y te acompañamos.

¿Y has sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir el rol de padre?

*¿Nosotros? O sea, ¿mi esposa y yo?

No, usted, usted como papá primerizo.

Ah, ya, ya, ok, yo. No. O sea, a ver, ¿Esa es la segunda pregunta? O pregunta B de la pregunta 1. No, no, es otra pregunta, ¿no?

Es otra pregunta.

*A ver. Es que hay etapas, ¿no? Yo ahorita, el día de mañana, me cumple dos años. Entonces yo ya tengo dos años de ser papá primerizo. Cuando... Y yo vengo... Bueno, cuando Nair se embarazó, obviamente fue una alegría. Fue maravilloso. Pero también sí vinieron miedos. Sí vinieron miedos. O sea, claro, si tú me haces una pregunta así de seca ahorita, yo te digo no. Ahorita. Ahorita. Pero retrocedo. Retrocedo. Y no, no fue, o sea, de hecho, sí fue, tuve mucho miedo lo que pasa es que por lo menos en mi caso yo me regresé a mi madre y yo vengo de una muy mala relación con mi padre entonces muy muy mala desde niño entonces lo único que pensaba era no quiero que eso se repita, no quiero que eso se repita, eso no puede volver a pasar, no puede parecerse, no puede ser nada. Entonces decía, pero yo tengo heridas, tengo el carácter de mi padre, he trabajado obviamente, pero ahí está, ¿no? Como todos los hijos, finalmente en algún momento de nuestra vida sí nos hemos igual reflejado en nuestros padres, tengamos 20, tengamos 30, tengamos... Entonces, un miedo que sí tuve fuerte, o sea, algo que yo quería inconscientemente, o sea, siempre fue como que no tengo ninguna preferencia de mujer o varón, pero por un tema de seguridad, sí prefería que fuera mujer. Porque me parecía que con mujer era mucho más fácil automáticamente contener ese lado de, no sé, de repente llamarlo como maltratador. Como que mi herida era mucho más fácil que saliera a la luz si es que tenía un hijo hombre o un hijo mujer. De repente me estoy equivocando, simplemente mis ideas. Pero... Era su percepción. Claro. Pero todos los miedos que tenía de padre, de capacidad de padre, venían de ahí. Porque era como que ese es mi... O sea, nadie te enseña a ser padre. Por empezar, nadie te enseña a manejar tus finanzas personales. Entonces, menos... te enseñan a ser padre, no te dan absolutamente ninguna luz. Es en verdad hasta irresponsable cómo una persona llega a ser padre por parte del sistema educativo. Entonces, sí, por supuesto, sí tuve miedo, me sentía... No sé si la palabra sería incapaz de Pero sí... ¿Cómo? ¿Dijiste? No sé si la palabra sería incapaz, porque tu pregunta fue si sentí creo que incapacidad. Inseguridad,

[no. Inseguridad o dudas.](#)

*Ah, perdón, perdón. Ah, ya, ya, ya. Sí. Sobre su capacidad. Ah, ya, sí. O sea, sobre la capacidad, si hay cierta inseguridad o duda, ¿no? De poder cumplir, ¿no? Con este rol que va a haber, ¿no? De ser padre, ¿no? esas dudas mi duda no era sobre capacidades, mi duda era sobre fallas. Más que sobre capacidades, más sobre esto tiene altas probabilidades de salir mal. Ok, ok, ok. Entonces, este...

[Y yendo sobre ese, ¿no? Esa que me comentan, ¿no? Sobre esas altas, ¿no? Expectativas, ¿no? O que estaban sobre ello, ¿no? ¿Qué aspectos de la paternidad propiamente, ¿no? le generaban esa como que incertidumbre, ¿no? O una preocupación como tal. Principalmente esta, ¿no? De repetir la historia o había algún otro aspecto de la paternidad.](#)

*Más que nada repetir la historia. Específicamente porque claro, tienes muchos aspectos. El aspecto económico para mí siempre ha sido muy claro. O sea, muy claro. Es como que mi hijo es mi responsabilidad y yo tengo que cumplirle tengo que darle lo mejor que pueda siempre, toda mi vida eso no es un negociable eso no es un condicional eso no es si sacas 20 y si sacas no entonces eso lo tenía claro Más penada era la parte afectiva, la parte emocional, la relación en sí, ¿no? Porque tú puedes ser un padre económicamente muy presente y no estar en la vida de tu hijo, no es mínimo. Entonces simplemente te vas a otra casa y a la esposa le dices, ¿cuánto necesitaría la universidad? Y todo eso se arregla. Esa es la logística y eso

se arregla fácilmente. ¿Y cómo le ha ido en ese proceso de la adaptación emocional a estas nuevas responsabilidades como padre? Bien, bueno, la verdad es que, claro, después de todo lo que te he comentado, después de todo lo que pensé, de las preocupaciones, este... No me quedo ahí, pues, ¿no? O sea, es como que, ok, está bien. ¿Qué hacemos? ¿Qué hago? O sea, algo te pasa. No, no, es simplemente como que, bueno, pues no veremos ya, faltan nueve meses. A ver qué pasa, ¿no? Cuando llegue. Me puse a estudiar. Me puse a estudiar, me puse a buscar referentes, me puse a buscar pediatras, psicólogos, encontré muy buenas referencias. Encontré, por ejemplo, a Carlos González. El abuelito es un pediatra y es genial. Sus libros son geniales. Empecé a leer sus libros. Empecé a estudiar. Empecé a hacer lo que se tiene que hacer cuando tú quieres hacer algo bien. Si tú quieres... Poner una empresa, haces un magíster en administración de empresas. Bueno, pues yo quería ser un buen padre. Entonces me puse a estudiar sobre paternidad, sobre niños, sobre etc. Y me compré libros de Carlos González. Me he leído como tres o cuatro. Empecé a ver charlas y videos de Álvaro Ullao. que es otro, es un psicólogo español también, muy capo, leí libros de Siegel, de Daniel Siegel también, ese más denso, si lo debes haber visto en la carrera, ese más denso, muy bueno también, y ahorita estoy llevando cursos de Desarrollo neurolingüístico para niños. Entonces, empapándome del tema, actividades, juegos para el desarrollo neurolingüístico durante la etapa desde los 0 hasta los 6 años, periodos obviamente. Y todo eso, todo esto que he podido ir leyendo y aprendiendo, construyendo, me ayuda mucho porque uno puede entender a mi hija o entender, como el libro, como lo que dice el libro de Siegel, el cerebro del niño. Te explica el cerebro del niño, porque nadie entiende el cerebro del niño. Y yo he aprendido muchas cosas. Yo he destapado muchas cosas que Siempre me han parecido desatinadas a lo largo de mi vida. Y yo decía, ay, qué niño tan malcriado. Ay, estos papás como... No, horrible, ¿no? Y ahora lo veo totalmente diferente. Abismalmente diferente. Es como que... Y conversando con una amiga que me decía, sí, que mi hijo está haciendo berrinche, que no sé qué... Y yo explicándole, pero es que tu hijo no está haciendo berrinche porque le da la gana. Tu hijo está haciendo berrinche porque no tiene la capacidad cerebral para poder dominar y bla, bla, bla, bla, bla, bla. Y me dice casi plomo, ¿qué? ¿Qué me has dicho? Entonces, cuando tú comprendes cómo funciona el cerebro del niño, puedes entender al niño. Entonces, si puedes buscar... Para empezar, puedes acompañarlo ya. Porque ya lo entiendes. Es como que, ok, aquí estamos. Uno al lado del otro, nos entendemos. Y bueno, pues. Pero también ya puedes tomar una que otra acción, ¿no? Entonces, porque más o menos ya tienes luces. No, no puede esto, no puede lo otro. Entonces, eso me ayudó muchísimo. a poder tener una posición muchísimo más sólida en mi paternidad primeriza. Pero sabes que, a tu pregunta, yo inmediatamente te he dicho no, pero aridita. Claro, aridita. Entonces, pero al inicio no, no era así. Ahorita ya después de todo lo que he visto, sí.

¿Y ahora cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

*Bueno, ahora esa es una pregunta complicada, porque como te comenté, yo todo el último año estaba con bastón, estaba con hernia, no, no estaba con hernia, ojalá hubiera estado con hernia, ya me habían operado hernia hace años. Estaba muy mal de la columna lumbar, no tenía disco y el dolor era insoportable. estaba con bastón,

estaba todo un año así. Entonces mi actividad con Pame ha sido muy lejana. Mi actividad con mi hija ha sido muy lejana. Voy, me siento, o al final del día, cuando ya todos los medicamentos me hicieron efecto, me puedo sentar en el suelo a medio jugar contigo. Aprovechaba muchas veces las veces que se subía a la cama para revolcarla en la cama, voltearla y Eso me encanta, porque yo estoy en la cama. Entonces, esa parte sí me ha limitado mucho, la parte física. Pero la parte de conocimiento sí me ha ayudado mucho también para poder orientar a mi esposa. Porque, claro, mi esposa no leyó tanto como yo. Entonces, yo le enseño a ella y yo no mi amor lo que pasa es que esto es así no es que esto es así no es que bla bla bla y también ha leído entonces como que me sigue entonces este iba acá y este ahora hoy por hoy si yo ahorita estoy viendo y planificando porque ya me operaron la semana pasada debo estar en pronto estoy en mejoría y estoy ya planificando las actividades que voy a hacer en un mes, o dos meses, en el peor de los casos, de llevarla al parque, salir, hacer esta cosita, este, una de las siglas, este... Más cosas, ¿no? Estar ya ahí más presente. También hay una etapa en la que la necesitas más, porque ya son dos años en adelante. Entonces, este... Pero ahorita, ahorita, digamos, como que, este, conmigo no he tenido una actividad constante, pero sí he tenido picos de, este, esos picos de oxitocina, los tiene conmigo. Entonces viene el Juan, la agarro, la tiro, mientras estoy echado, juego con ella como si fuera pelota en la cama, Juan, tiro al aire, cae a la cama, se ríe, le hago cosquillas, la muerdo, entonces, oxitocina, Tiene. Más o menos así ha sido mi interacción. Un poco limpio dentro de lo que puedo, ¿no? Físicamente he estado viviendo el último año con ella. O sea, el último año, porque claro, el primer año es un poquito. Los primeros meses le cambiamos pañales, etcétera, tú sabes cómo decirlo. Y realmente cuando empieza la actividad, digamos, es recién a partir del año. Ok.

¿Y qué rol desempeñan las rutinas diarias de crianza?

*¿podrías especificar un poquito más tu pregunta? como por ejemplo bueno, entiendo que de movimiento no ha sido tanto como bañarla, darle a comer, pero quizá me estabas comentando de esos juegos en la cama, no sé si le lees algún cuento, participas en la rutina no sé, del sueño o algo así no nos hemos asignado cosas específicas, Pero, por ejemplo, muchas veces que antes de mi colección que se iba a la mesa a comer, a veces me pedía comer conmigo. Entonces yo lo ponía en mi regazo y le daba en mi plato. Plan, plan, plan, comíamos juntos. Últimamente yo le compré un libro. Hay un libro que me gusta bastante desde hace meses. que es para dormir. Le leemos libros para dormir. El que más le gusta se llama Buenas Noches Luna. Probablemente lo conoces también. Y yo lo compré en inglés hace poco. Entonces yo se los he empezado a leer en inglés. Entonces cuando mi esposa lo saca, a veces ella lo pide. O sea, porque son diferentes. Uno lo compré en cartón. El inglés es cartón. Entonces es un choclón. Y el otro es este como normal y más negadito. Entonces ella agarra el choclón y mi esposa le dice, ese es con papá. Entonces viene y yo le leo. Y bla, bla, bla, bla, bla, bla, bla, bla, bla, bla, en inglés. Y lo increíble es que ya se saben algunas palabras en inglés. Ay, qué bueno. Es una cosa increíble, ¿verdad? Es, bueno, un milagro. Y hablando del idioma, ¿no?

¿Ha tenido dificultades para comunicarse o entender a su hijita?

*¿No? ¿No? O sea, lo que pasa es que, como te dije al inicio de la entrevista, ¿no? A veces, desde un punto de, en un momento de crisis tú puedes decir, no se

comunica nada, pero en otro momento es este, es increíble la capacidad que tiene de entender Bueno, no, perdón. Es increíble la capacidad que tiene de comunicarse. Porque es más increíble todavía la capacidad que tiene de entender. La capacidad que tiene de entender es indescriptible. Porque muchas veces, por ejemplo, el otro día le dije a Nair, a mi esposa, para que me haga terapia de ultrasonido, pero que cerrara la puerta y le diga a mi mamá Que estuviera con Pame una media hora. Que vamos a cerrar la puerta y lo hablamos. Eso a mí me parece una indicación compleja. Una conversación compleja. Nair fue así tal cual a decírselo a mi mamá. Se lo dijo. Pame estaba con mi mamá. Pame dijo no. Y se vino corriendo al cuarto. Y dije, ¿qué? O sea, entendió lo suficiente como para saber que no íbamos a estar disponibles. Me pareció increíble. Y cuando quiero comunicarse realmente entre señas y palabras concretas, la verdad es que manejo un montón de palabras. No hace ninguna frase. No hace ninguna frase. Pero sí maneja bastantes palabras. Entonces, se hace entender. Es como que quiere y, es más, ya quiere cosas específicas. Quiere pan. Entonces, es pan. Agua. Si tiene hambre, en general, dice am. Entonces, es... Además, hay otro detalle. Yo crecí, cuando yo nací, a los años a mi abuela materna le dio un derrame cerebral y quedó parapléjica. Y con esa paraplejia habrá vivido más de 30 años, pero parapléjica completa es que tampoco no puede hablar, balbuceas. Pero yo crecí con ese balbuceo y yo era el que mejor lo entendía en la familia. Todos intentaban adivinar y él decía, hace rato está diciendo que quiere tal cosa. Y eso quería. Entonces, hay veces en que Nair misma, que es, digamos, Nair formalmente es la cuidadora primaria. Entonces, Nair dice, ah, ¿quieres esto? Y yo le digo, no, te está diciendo otra cosa, te está diciendo que quiere tal cosa. Y al final es lo que yo le he dicho. porque en la mezcla del gesto y la palabra que ha utilizado, deduzco qué es lo que quiere. Ok, comprendo, wow.

Y ya yendo más por el lado laboral, no sé, ¿ha estado laborando últimamente?

*Sí.

¿Y cómo ha logrado ese equilibrio entre el trabajo y responsabilidades familiares? Es que *no hay responsabilidad en el trabajo. Ese es el secreto. No, mentira. Lo que pasa es que hay un detalle muy importante. Yo soy constructor. Yo no tengo trabajo fijo. Entonces, eso me da a mí la versatilidad de manejar completamente mis horarios. Cuando quiero, si quiero, si no quiero trabajar, si... Claro que obviamente no trabajo solo, ¿no? Trabajo con otro, trabajo con un profesor de la universidad y los dos hacemos consultoría entonces siendo él mi jefe pero como somos consultores y yo necesito algo, él sabe tal cosa, ya, no, no puedo mañana voy a las dos, ya, pum, esto, ya es súper dinámico obviamente no tengo todos los beneficios que podría tener en una empresa laboralmente hablando no es la mejor figura menos si eres joven un consultor senior es como que, ah, relajado cobró lo que quieres y es lo que quieres pero un consultor junior es bastante sacrificado económicamente hablando

y hablando de eso de la parte económica ¿le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

*Antes sí. Ahora no. Porque de todo lo que he estado viendo, es como que tengo hasta los ocho años para formarla, a formar a mis hijas, a mis hijas, porque Naira está embarazada. Y en octubre nace nuestra segunda hijita. Entonces en octubre... Muchas gracias. Ya me quitan el título primerizo definitivamente. Bueno, tengo ocho años, o sea, yo sé que los ocho primeros años de vida pudo formar

completamente lo que es su inteligencia, en todos los aspectos. Indistintamente de después de lo que quiera hacer, después de lo que quiera estudiar, seguir, etcétera. Entonces, bueno, nutrirla tanto como desarrollo tanto intelectual como emocional y en valores y en todo lo que me interesa. Entonces, de ahí para adelante, obviamente, no se le deja el abandono, pero es una etapa crítica. Entonces, de ahí para adelante es refuerzo y cosechar, ¿no? O sea, y que ella es sigan avanzando y tomen sus decisiones y empiecen a crecer. Entonces realmente no me preocupa. En el colegio yo siempre sentí que no aprendí nada. Entonces no me preocupa mandarla a un Roosevelt porque para empezar no se lo puedo pagar. Y segundo, como que Sé que es suma, pero no es importante. Entonces, igual con la universidad. O sea, yo estudié también en una muy buena universidad, en la Católica. Ojalá mi hija también pueda estudiar ahí. Pero más que ojalá pueda estudiar ahí, ojalá pueda estudiar lo que ella quiera. Exacto. Entonces, menos mi carrera, porque no hay mucho negocio para mi carrera. Entonces, eso. Esa más o menos es mi postura respecto a tu familia.

¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

*No me preocupaba. Antes era como que tú me decías que tenías hijos, sí. ¿Y lo vas a criar? Sí, pues no, y todo normal, o sea, siempre de una forma responsable, pero nunca preocupado. O sea, era como que sí, los quiero tener, ¿cuántos hijos quiero tener? dos, tres, mi esposa quiere dos, ahí estamos negociando a ver si se le escapa uno. Siempre, siempre, siempre tuve claro de que económicamente yo les proveía, Este, siempre tuve claro que quería ser un padre presente. Este, pero de ahí no pasaba. O sea, no era como que, pero ¿y cómo? Y mis heridas y esto. Esas son cosas que ya piensas cuando tienes el tema ahí, ¿no? O sea, hasta que quema.

Ok. ¿Y qué habilidades considera que ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

*no sabría decirte este

me comentaba algo de la información el hecho de tener conocimiento sobre muchos aspectos de crianza puede llevar a desarrollar ciertas habilidades como paciencia, empatía asertividad como escucha activa ¿no? Son habilidades que se pueden ir desarrollando en base a información, ¿no? Actualizada y respetuosa. ¿Considera alguna de ellas o hay alguna otra?

*Lo que pasa es que todas las que has mencionado, yo ya las he aplicado con mi esposa. Como relación de pareja. Porque lo necesitas justamente para que funcione el matrimonio y puedas para arreglar los problemas y ordenarte, y etc., ¿no? O sea, está todo lo que conlleva el matrimonio.

¿Y hay alguna que se haya mejorado?

*Lo que tú has dicho de la información me ayudó a aterrizar el asunto. Ok, estas habilidades que tú has dicho, tengo que bajarlas también acá. ¿Cómo se aplican, no? O sea, porque claro, un niño simplemente es un... es una caja negra, es un... es algo blanco, es como que, ¿y esto qué es? ¿Cómo hago? ¿Qué dice? Lo que te dije al inicio, no sabes qué hacer con él.

Ok, ¿y qué lecciones valiosas me podrías compartir que has adquirido a lo largo de la crianza?

*Que todo parte de ti, si es que tú estás si tú estás desequilibrado no puedes ayudar a tus hijos tienes que estar en conciencia no solo intelectual sino es muy importante porque de nada te sirve en verdad haber leído absolutamente todo lo que quisieras, si al final igual vas a estar hecho un energúmeno. Entonces, más bien, ahora, porque sabes todo eso, es que ahora tienes que aprender a controlarte, digamos así, burdamente, ¿no? O sea, tienes que aprender a que tienes que poner un freno, tienes que aprender a que tienes que tomar distancia, respirar y entrar tranquilo. O sea, que eso es una cosa básica, básica, muy básica, y debería ser siempre, debería ser también en el matrimonio, en las relaciones, pero se siente mucho más en los niños, porque el matrimonio es un adulto con un adulto, y tú le dices finalmente perdón, y lo entiendes, entonces te va a entender porque el adulto también tiene su carga también tiene su historia y sabe lo que cuesta y lo duro que es pero el niño no el niño no el niño te dice sí papá pero esa memoria la va a tener por el resto de su vida y eso es muy peligroso.

[comprendo muchas gracias la verdad Por el tiempo, por la buena disposición](#)

***PAPA 6**

Edad: 30 años

Estado Civil: Soltero (Conviviente)

Ocupación: Comunicador

Hijo(a): Niño de 2 años

Entonces vamos a comenzar ya con la entrevista, ya estoy comenzando a grabar. Y bueno, la primera pregunta es, ¿cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

Se refiere que el estrés que pueda tener que, por el trabajo, respecto a que, no entiendo mucho la pregunta.

O sea, a ver, el estrés diario, claro que puede usted tener, pero relacionado a sus responsabilidades como padre. No como trabajador, sino como padre. ¿Cómo maneja ese estrés?

Ah, bueno, este... En sí, no... Hay veces que, bueno, sí, lo puedo manejar. Es que todo depende de... Todo depende del... Más que el estrés, del punto... ¿Cómo se puede decir? Como que... ¿Qué tan... ¿Qué tan activo podría estar en ese momento? Porque, por ejemplo, en la noche ya uno está más... Bueno, yo generalmente trabajo en el día hasta la tarde y llego en la noche a la casa. Hay veces que sí puedo estar más en la tarde en la casa, ¿no? Pero... En sí, o sea, hay veces que, bueno, pues dependiendo el cansancio y todo eso, ¿no? Cuando estoy más cansado es que en verdad es como que me irrito más rápido. Entonces es como que no puedo manejar como que... las emociones, más que todo las demandas que pide el bebé, ¿no? Porque el bebé en cierta forma demanda atención. O sea, cuando... cuando está aburrido, o sea, como que va a donde tú estás y te pide atención, te pide que juegues con él, te pide que le des cualquier cosa, que dame algo de comer, o dame mi leche, o quiero ver dibujos, y también te exige que estés ahí con él, quédate acá conmigo.

Claro.

Bueno, pero eso depende, como te digo, más que todo en el momento en el cual llega a demandarme eso el niño, o sea, ¿qué tan, se podría decir, todavía qué tanta energía tengo, no? Va a depender de su estado de ánimo. Yo lo referí al tema de energía, ¿no? Porque el estrés a veces uno lo separa, o sea, intenta separar las cosas que pueda tener, los problemas que pueda tener afuera con la casa, ¿no? A menos que sea demasiado, como te digo, como que muy, algo muy, no sé, pues algo que, algún problema afuera de que sí, pues no, que te tenga la cabeza así dando vueltas de preocupación, ¿no? Pero en sí yo intento, si son problemas, todos los días hay problemas, ¿no? Intento siempre separar, ¿no? Pero a veces cuando ya ese estrés le sumas con el, como te digo, ¿no? Con tu nivel de energía que puedas llegar a tener en ese momento en el día, ya es diferente, ¿no? O sea, que si estás muy cansado es como que ya no, a veces uno no aguanta. Eso es lo que pasa.

¿Y has sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de ser padre?

Sí, definitivamente sí, pues. ¿En qué momento? No, no, no, este, no... No lo podría llamar como que dudas con la capacidad, ¿no? Sino que... O sea, no con dudas con la capacidad porque en sí no es como que uno aprenda esto, ¿no? O sea, no es como que vas a una escuela a aprender cómo ser, ¿no? Cómo ser un buen papá. Pero... Pero en sí, a lo que voy es que, por ejemplo, llega un momento que, o sea, pues, por ejemplo, uno siente, ¿no? O sea, si tú sientes que has hecho algo mal, a menos que en un momento así recapacito y después, bueno, pues, no, me arrepiento. Y, por ejemplo, a mi hijo que es un bebé todavía, le digo, no, disculpa, me perdón, a menos porque... Porque así está, pues uno se equivoca, ¿no? Lo que pasa, como digo, a veces uno se equivoca por ese tema de que a veces no sabe cómo controlar las situaciones. A veces te puede llegar una situación que tú, como digo, no lo sabes controlar. Entonces es como que haces una mala reacción, o sea, puedes pegar un grito o simplemente... Como te pide atención, pero no, tú le sacas. O sea, como que porque tu mente está concentrada en otra cosa en ese momento, ¿no? Después, cuando ya reaccionas, es como que te das cuenta, ¿no? O sea, no hice mal, o sea... Es como que... Pero en sí, una vez que me pondría, una vez que me he puesto en situaciones como que tengo dudas de mi capacidad, porque yo siento que sí, o sea, en el transcurso de todo esto es como que uno está para aprender y para seguir aprendiendo, ¿no? Claro. Y no terminas de aprender porque al final, o sea, los niños crecen y siempre es como que una nueva... Es como que nuevas enseñanzas, nuevos retos, o sea, es todo nuevo, ¿no?

¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación? Aspectos... aspectos en sí bueno lo que pasa es que por ejemplo a ver desde mi punto de vista yo siento que las generaciones cambian no, Por ejemplo, o sea, no te disculpa, no dejas salir a la altura del árbol que está antes del... Taxi, ya, por favor. La pregunta era, disculpa, como que me salí un poco...

Sí, no se preocupe. ¿Qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

Ya, o sea, en sí... Por ejemplo, lo que me genera más incertidumbre y preocupación es... No sé, podría ser... Como que, por ejemplo, sea... O sea, ¿qué tan bien, por ejemplo, podría ser el tema del momento que uno corrige a los niños en general, no? Por eso creo que toqué el tema del cambio de cada generación, porque educación en casa, yo creo que de generación a generación siempre ha venido cambiando. Y no sé, a mí un poco... Un poco, no sé, o sea, me preocupa porque, por ejemplo, yo no sé, por ejemplo, cómo voy a ser mi hijo cuando ya sea grande. ¿Cómo me va a tocar corregirlo? Porque ahora prácticamente, o sea, yo lo que veo, ¿no? Y lo veo reflejado en otros padres, en otras personas. O sea, ahora prácticamente es como que si los niños fueran de cristal, pues, ¿no? O entonces es como que yo digo, o sea... es como que a veces de qué manera corregir, o sea, lo estás haciendo bien, lo estás haciendo mal, porque a veces, o no sé si yo confundo tampoco el concepto de corregir con engreír, porque yo digo, para mí es un poco complicado, porque a veces cuando Este, yo siento así, por ejemplo, porque, por ejemplo, este, mi pareja tiene dos hijas ya mayorcitas, ¿no? De nueve años, once años, ¿no? Y es como que cuando... Cuando como corriges, pero... Pero corriges como que de una manera... Se podría decir entre comillas suave, o sea... Intentando hablar... Con formas así como que... Como si todavía fueran... Bebés. O sea... Pucha, que los niños es como que... Se trepan encima, o sea, no te hacen caso. ¿No?

Y es como que... Es como que ahora... no es costumbre, o sea, ya como que quizás gritar a los hijos antes, o sea, era diferente, ¿no? Ahora no, o sea, es como que ahora el psicólogo o la persona del colegio o hasta los mismos tutores es como que no, no los griten, no, no les hagan esto, no, que no los castiguen, o sea, es como que no hablo de pegar, ¿no? Pero o sea, es como que sí, ¿no? O sea, es como que ya es como qué Y yo digo, pero, escucha, que, oye, o sea, yo digo, por ejemplo, en mi época, decía, ¿no? Y mi mamá, este, me decía, oye, has falado, este, no me vas a tocar, este, ni los videojuegos, ni hasta el celular en esa época, ¿no? Ni el celular, este, ni la televisión, este, dos días, un día. Y uno no se moría, ¿no? O sea, uno ya no aceptaba el error, aceptaba la culpa, ¿no? no estaba que me moría, ay, pucha, no, o sea, como ahora, ¿no? Es como que no le puedes prohibir porque encima, o sea, todo lo del colegio engloba eso, ¿no? O sea, por ejemplo, ¿no? O sea, es como que tareas, todo con el celular, o sea, no le puedes quitar el celular porque tareas es todo con el celular, supongamos, ¿no? Y se mueren, o sea, si no tienen eso, por ejemplo, es como que hacen el berrinche, como que encima, o sea, no sé, para mí es algo Yo lo siento como que algo hasta a veces de mucho reto, porque ya no entiendo, o sea, hasta de qué manera uno puede corregir a los hijos, hacerles entender, porque en esa edad, o sea, estás ahí, que les dices una cosa, una cosa, una cosa, pero no te hacen caso. Yo creo que, por ejemplo, ahorita, Y me pasa con ellas a veces, ¿no? O sea, yo les digo siempre lo mismo, pero no hacen caso. O sea, entonces, yo a veces les tiro la toalla. Les digo, no, tú sabes que Juliana es una viva, ¿no? Sabes que amor, dile tú. No, no, a mí no me hacen caso. Ya le he dicho como 10 veces, dile tú. Tú dices que tú la tratas de tú. Yo a veces tiro la toalla por eso mismo, porque a veces uno no sabe, pues ya. O sea, cómo hacerles llegar, ¿no? **Claro, entonces comprendo que son lo que le genera mayor preocupación, ¿no? Incertidumbre vendría a ser como que los estilos de corrección que ahora se están promoviendo, ¿no? Quizá esa dificultad en aplicarlos, ¿no? Porque existen ahora nuevos, ¿no?** O quizá de manera... más respetuosa, más empática, de poder abordar, ¿no? Pero yo siento a veces de que, claro, los niños es como que esa empatía o esa buena forma o bondad con la que se les intenta de corregir, es como que siento como que abusan, ¿no? O sea, es como que ya, o sea, es como que, o sea, es algo así, ¿no? No los grites porque los traumas, por ejemplo. No los grites porque los traumas. O sea, que mi mamá cuántas gritadas me ha pegado y no estoy traumatado. O no me siento traumatado. Eso es lo que yo pienso. Y como digo, las generaciones cambian. Por ejemplo, hablamos de que el más chiquito que tenemos, O sea, ya es un bebé, ¿no? Pero es un niño todavía, ¿no? Entonces es como que estamos hablando acá en 10 años que nos espera, porque también es como que todo cambia, todo va avanzando, ¿no? Y es diferente todo, ¿no?

Comprendo. ¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre? En sí, ¿qué? Porque, claro, o sea, como que, bueno, el proceso de adaptación en sí, bueno, yo siempre llevo una vida tranquila, así que, y aparte eso de adaptarme rápido, no me quejo, no digo como que, no sé, o sea... No sé, por decirlo así, como que extraño algo de que pudiera haber hecho antes de que tuviera hijos. ¿Me entiendes? No, o sea... Es como que... Es como que... O sea, vivo el momento tranquilo, feliz, aprovecho lo más que pueda cuando soy consciente de que solamente pasa una vez, ¿no? Porque a veces uno a veces, como te digo, tiene malas reacciones o X cosas dentro de la casa con los hijos, ¿no?

Porque se cruza, ¿no? Uno a veces también tiene problemas afuera por X motivos, ¿no? Pero cuando estás en un momento en el que estás, o sea, como que 100% como que... 100% como que concentrado con tus hijos, viviendo el momento, viendo una película, conversando, no jugando, no... Hice una salida o como sea, o sea, es como que por mi parte yo como que lo disfruto, lo vivo y digo, o sea, esto es algo como que ya pasa un momento y crecen y se desaparecen, o sea, ya fue. Es como que no vuelve a pasar, ¿no? Y más ahora que yo digo, pucha, no, o sea, es como que ya más hijos no quiero, ¿no? Si no más ya con lo que tengo me basta y me sobra y ya no quiero más. Es como que ya, pues, no sé. Claro. Este... Es como que, bueno, no sé. Pero esa parte, como te digo, no... Yo me... A mí, en lo personal, me siento bien. Me... Los momentos que vivo me llenan, me he adaptado bien. No es que, y tampoco es que esa responsabilidad como que digo, oye, mira, ¿sabes qué? Quédate con los niños porque, o los dejo encargados, no sé, con X personas porque, no, tengo que salir este fin de semana, tengo que tomar, tengo que irme a un lugar, tengo que hacer mis cosas de adulto porque tengo mis reuniones sociales, no, o sea, mi fin de semana son con ellos y nada más, pues, ¿no?

¿Y cuáles vendrían a ser las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hijo? Actividades diarias... ¿Qué disfruta más? Yo creo que... O sea, jugar, ¿no? Jugar y poder interactuar con él, ¿no? Porque en la interacción que tiene con él, bueno, aparte que también lo ayudas en el tema de su desarrollo. Claro. O sea, son cosas como, digo, son momentos de que te quedan grabados, ¿no? O sea, por ejemplo, si empiezas a hablar con él, estás jugando, empiezas a hablar con él, y bueno, o sea, él te puede decir algo que te parece chistoso, ¿no? Porque no lo pronuncia bien, porque no lo dice bien, porque no puede pronunciar todas las letras bien, entonces es como que esas cosas son como que, para mí es divertido, ¿no? O sea, es chévere, ¿no?

¿Y qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza?

Bueno, o sea, en sí como que, como qué tipo de roles, o sea, porque no entiendo mucho. O sea, es como que yo salgo en la mañana, o sea, es como que yo trabajo en oficina, ¿no? Entonces tú entenderás, uno sale, trabaja, regresa en la tarde, tarde noche y es como que bueno ya prácticamente llega pues a uno a en sí a lo que haya ya comieron, bueno pues a darle de comer en sí con las con las hijas de mi pareja bueno ya hicieron su tarea bueno entonces háganla, vamos a hacerla, se necesitan ayuda Bueno, pues con el más pequeño jugar Es lo único Y si no, estamos ahí Compartiendo, viendo una película Todos juntos

¿Y ha tenido dificultades para entender O comunicarse con su hijo?

No Bueno, la dificultad de que a veces, pues, por lo mismo que son pequeños, son muy pequeños, hay cosas que no entienden, ¿no? Es como que, no, no lo hagas, ¿no? Y es como que él tiene que experimentar que no sea el debe hacer porque, ¿no? ¿Entiendes, ¿no?

¿Y cómo ha manejado eso?

Eso... Bueno, lo que sí, cuando es algo así como que, no sé, pues sumamente de... Algo que pueda ser algo riesgoso para él, ¿no? Claro. Este... Sí le doy como una llamada de atención, como que algo fuerte, no gritándole ni poniéndome, así como un... No sé, pues como... O sea, no sé, como poniéndome como un, tampoco así

gritándole como a la bestia, pero sí una llamada de atención, ¿no? Como que no, no se hace eso, ¿no? O sea, algo así exclamativo, ¿no? Este, no sé, una vez lo encontré, no sé cómo, pero se subió a las, a las, a las, ¿cómo se dice? donde están las gavetas de la cocina arriba, o sea, se puso una silla, se trepó ahí, sí, estaba en las repisas, y dice, ¿cómo yo llego ahí? Y estaba sacando galletas porque la ve a sus hermanas hacer lo mismo, ¿no? Entonces es como que yo... Claro, sí, como que le... Bueno, primero, obviamente antes de llamarle la atención, lo bajé porque si le pegaba ahí un grito o una aclamación, él se asustaba y se caía, ¿no? Y yo como que lo bajé y le dije, no, no se hace eso, no, eso está mal, ¿no? Y es como que le intento decir palabras como que él entiende, no sé, o sea, como que él sabe que causan dolor o que se puede hacer daño, ¿no? Algo como, no sé, una palabra que vio en un video de YouTube, que no sé de qué dibujito, o de que decía puya, puya, algo así. Y yo le repetí esa palabra como para que entendiera, ¿no? Como que te puedes hacer daño, ¿no? Como que te vas a puyar, te vas a hacer algo, ¿no? Y es como que, y él me dice, me repite la palabra y yo le digo, sí, sí, te puedes lastimar, puya, puya, algo así. Ahí, ahí, como que entiende, ¿no? Capta, ¿no?

Sí. ¿Y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares? Espera un ratito. Espera un momentito.

Bien.

¿Cómo lo manejo lo del trabajo con las responsables de la casa, ¿no? Bueno, en sí, como ambos trabajamos, nos apoyamos. Cuando yo no puedo, porque tengo trabajo, siempre está mi pareja para el apoyo y viceversa, ¿no? Cuando ella también tiene cosas que hacer, yo intento darme un tiempo para también ayudarla, ¿no? Como ahorita, por ejemplo, o sea, ella ha tenido que trabajar, entonces yo me doy mi tiempo para recoger a todos, ¿no? A ellas en el colegio, al bebé, al niño, ¿no? Y cosas así, ¿no? Es como que, o sea, en sí es como un es como un trabajo como que dé a dos, ¿no? De uno es más difícil, obviamente, ¿no? Pero sí, es de a dos.

¿Y le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

Un... ¿Impacto financiero en la crianza en qué? ¿Hablas de colegios, de costos de colegios, de esas cosas? Sí. Bueno, definitivamente sí, ¿no? Porque todo sube, todo aumenta y no es tan barato como antes, ¿no? Ok. Y bueno, eso sí, yo creo que esa es preocupación de todos los padres, porque también... mi pareja también lo siente, ¿no?

¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su bebé? ¿Cómo, cómo?

¿Cómo ha cambiado su percepción del rol de ser padre antes de tener a su hijo?

Bueno, Bueno, es como que... En sí, es como te digo, no es fácil, es un poco difícil. Claro, antes del nacimiento, uno se imagina que va a ser un poco complicado porque como digo se manejan muchas emociones más que todo porque ahora con este tema de la salud mental de los niños y todo eso uno en casa siempre intenta Como que comportarse bien, ¿no? Para el bienestar de ellos en general, ¿no? A veces no suele suceder así, ¿no? Pero es como que cuando antes de que, por ejemplo, que mi hijo naciera, pues no pensé... No pensé que... O sea, como que... Lo que pasa es que, por ejemplo, antes de que mi hijo naciera, o sea... yo tenía un problema afuera o X cosas afuera yo llegaba y yo obviamente podía conversarlo con mi pareja, podía conversarlo con quien esté en la casa o sea sin nada es como que sin preocupación

de nada de lo que puedan escuchar, de lo que puedan decir en cambio ahora es como que es como que cuando ya están ellos es como que tienes que aprender a separar porque los contamina, porque es como que estas personas que están transformando no pueden crecer con la contaminación de todo lo malo de afuera, ¿no? Porque afuera es un mundo que ellos todavía no distinguen, ¿no? Qué es lo bien y qué es lo malo, ¿no? Como que tú llegas y tienes que aprender a separar para no contaminar esa cabecita en ellos que está creciendo, ¿no? Exacto. Más que todo eso, ¿no?

Y enfocado a ello, ¿qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hijo?

Paciencia, un poco, porque todavía me falta, me falta tenerla. Este... Yo creo que eso, ¿no?

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartir?

Lecciones valiosas... En sí... Bueno, pues no sé qué lección... podría darte en sí no sé, es como que lo que más he aprendido de todo esto de ser padre es aprender a vivir los momentos bueno bueno yo tengo un hijo con mi pareja pero aparte tengo dos, dos más que son bueno que son de ella pero los considero también como mi familia como mis hijas y ahí es el claro ejemplo por ejemplo cuando yo recién estuvimos y bueno pues vinieron ellas dos que estaban más pequeñitas este Bueno, pues hay una que ya pedía ser gente del cambio, ¿no? Y es como que de las cosas que jugábamos, cómo jugábamos o cómo hablábamos o las preguntas que ella me hacía antes ya cambia porque ya son más jovencitas, ¿no? Entonces es como que ya... ya uno ve y dice, guau, o sea, cómo pasa el tiempo, qué rápido, o sea, crecen y es como que ya, o sea, es como que ya la sintonía en la que están ellas o ellos van cambiando, poco a poco, y es como que si te das cuenta, o sea, si en el momento tú no valoraste, porque tú no valoraste lo que viviste con ellos, Porque eres un amargado, porque simplemente no querías compartir o simplemente decías, no, ya después veré películas con ellos, después jugaré con ellos, después aplazas todo para después. Es como que te das cuenta y es como que, ups, ya crecieron. O sea, es como que ya... no lo valoraste, no lo recuperas. Es como que ya, pasó, te pasó el tren. Y eso, ¿no? O sea, de valorar los momentos. Si es así, en general, o sea, es como que para ellos y en sí, bueno, pues, en general para la vida, ¿no? Uno tiene que aprender a valorar lo que tiene en el momento, ¿no?

Exacto. Listo, muchas gracias. Señor, le agradezco la verdad por el tiempo, por sus valiosas respuestas. He podido recopilar todo. Voy a parar ya.

***PAPA 7**

Edad: 38 años

Estado Civil: Soltero

Ocupación: Marketing

Hijo(a): Niño de 2 años y 2 meses

Listo. Entonces, la primera pregunta es, ¿cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

En realidad no es que genere tanto estrés en general. El estrés pasa por... Por otro lado, de las preocupaciones del... De lo económico, más que nada, pero... De la crianza del bebé como tal... No sé, yo no me estreso con él. O sea... Más bien, él me relaja un poco. O sea, es un niño que está... Es muy activo, ¿no? Es un poco cansado, pero... No. O sea, él como tal no me estresa. Ok. Ok. Sí.

¿Y ha sentido inseguridad o duda sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre? ¿Más o menos cómo?

O sea, si ha habido algún momento en el cual usted ha sentido como que esa inseguridad o alguna duda, ¿no? Para poder asumirla, para cumplir con su rol de papá como tal. Quizá algún desafío

¿no? en realidad antes de que naciera yo sí sentía un poco de preocupación en el sentido de cómo de que si iba a ser un buen padre sí me cuestionaba mucho el hecho de poder enseñarle algo bueno no sé este o sea, sí, ¿no? O sea, antes de que naciera Julián sí tenía varias preguntas, pero después cuando nació en realidad solo me preocupaba en el hecho de hacer las cosas, ¿no? O sea, de ir paso a paso, ir haciendo, ir viéndolo, ir cuidándolo, ir cumpliendo con todo lo que necesite. Un desafío... O sea, fue un poco difícil al principio, sobre todo los primeros meses, acostumbrarse al ritmo de un niño. Adecuarlo a tu vida. En realidad, el cambio no es que me haya chocado, pero sí fue diferente, ¿no? Un desafío... No te sabría decir, en realidad. Creo que el desafío más grande lo pasó la mamá. A ella sí se le hizo, me parece que se le hizo un poquito más complejo. De mi parte, en verdad, yo buscaba resolver las cosas cada vez que se presente algo. No esperaba mucho a que pase algo, o sea, no me imaginaba que pase algo malo, pero sí estaba preparado o me imaginaba que que si pasa algo, tener ciertos planes de acción para poder solucionarnos. Por ejemplo, si se pone mal en la noche, a qué hospital llevarlo, y si las cosas que se le tienen que comprar para que no se le acabe se le compraba un poco antes. No sé, cosas así, ¿no? O sea, trataba de prevenir O al menos tener un plan en mi cabeza para hacer por si pasara algo, ¿no? Cosas así, pero básicamente fue más planificación. O sea, pasa por un tema de pensar qué es lo que le puede faltar o qué es lo que podría suceder en el peor de los casos incluso. Y más o menos tener algo en la mente para hacer, ¿no? Entonces, por ahí. Ok.

¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

¿Qué aspectos en la paternidad? Bueno, ahorita no sé si me preocupe, pero ahorita estoy pensando, por ejemplo, ya en el colegio, y me preocupa el hecho de cómo pueda socializar, qué es lo que puede aprender... Me preocupa, es que, a ver, o sea, me preocupa y no me preocupa porque sé que es parte, ¿no? Sé que es parte de su aprendizaje que en algún momento pueda llegar a aprender algo malo, ¿no? Este, o sea, en el colegio va a aprender de todo, o sea, va a aprender cosas buenas y probablemente también aprenda cosas malas. Entonces, este, sí pienso en el hecho de que pueda aprender algo malo y sí pienso en cómo lo corregiría, ¿no? O sea, eso sí lo he pensado, por ejemplo, en no ser muy brusco de pronto cuando haga algo malo, ¿no? Es una conversación, por ejemplo, que he tenido con su mamá en algún momento, ¿no? ¿Qué tendría que pasar, por ejemplo, si es que él hiciera... o cómo actuaría yo si es que él hiciera algo demasiado malo? Eh... Y yo las únicas opciones en las que actuaría muy bruscamente, en las que sería muy severo para castigarlo o algo así, sería cuando él ponga en riesgo su vida con algo que haga, o cuando trate de hacerle daño a otro niño, ¿no? O sea, esas serían las únicas dos opciones para mí que sí tendría que corregirlo más severamente que en otra ocasión. Eso sí lo he pensado, por ejemplo. Pero después de eso, creería que no. O sea, es parte del aprendizaje del niño. Y aunque algunos lo noten como de pronto que haga un berrinche o una mala crianza, en realidad es parte de su crecimiento para mí. Es parte de su aprendizaje y irá corrigiéndolo. Ahorita es difícil corregirlo porque básicamente es un bebé que está aprendiendo los límites de su capacidad. Está aprendiendo a correr, a subirse. no sé, está aprendiendo su fuerza también, ¿no? O sea, Julián es un niño muy activo, es un niño, es más, yo creo que es un niño de alta demanda, como en algún momento su mamá me lo dijo, porque él te requiere mucho. O sea, él está muy, muy activo y tienes que estar muy atrás de él para que, para que, para cuidarlo, ¿no? O sea, en todo momento. Entonces, lo que me preocupa, diría así, es en esos dos aspectos y cómo lo corregiría, ¿no? Y solamente bajo circunstancias muy, muy, muy fuera de sí, tendría que corregirlo de alguna forma más severa, ¿no? Solamente eso. Ok.

¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre? Bueno, en verdad, en verdad, este... Durante el tiempo del embarazo, como te dije un poco, yo sí me cuestioné mucho el hecho de si sería al final o si me consideraría yo un buen padre o no. Pero cuando nació él, no sé, como que la gente se me aclaró mucho y simplemente es cuestión de hacer las cosas. Es cuestión de estar con él, es cuestión de acompañarlo. De cumplir con las responsabilidades que uno tiene como padre. Pero emocionalmente no es que me haya afectado. Creo que sí he cambiado emocionalmente. No diría que me ha afectado, pero sí que he cambiado. Porque hoy en día, por ejemplo, veo el riesgo incluso para mí diferente. ¿En qué sentido? Hoy en día, por ejemplo, me cuido más en temas de salud. Sí. Porque sé que si yo me enfermo o me pasara algo, de pronto mi hijo quedaría un poco descubierto, ¿no? Entonces... No porque no confíe en su mamá, ¿no? Yo confío plenamente en ella. Solo que... Si me llegara a pasar algo, por ejemplo, es algo que a mí me preocupa. Hoy en día sí lo pienso. Si... Si me llegara a pasar algo a mí, pucha, yo... De verdad que más preocupado por mí mismo estaría preocupado por él, ¿no? Entonces... afectarme emocionalmente no, pero sí creo que emocionalmente me ha cambiado y hoy en día pienso un poco más en él que a veces, o sea, pienso en mí, en él y ya es como un parte de todo, ¿no? Es eso.

Exacto. ¿Y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hijo? Ah, bueno, vamos a jugar con él, pues, o sea, él es, este, como te dije, es muy demandante, ¿no? Y él siempre quiere jugar, siempre me ve y automáticamente quiere jugar, quiere subirse encima mío, este, no sé, quiere jugar con la pelota, con sus juguetes, con sus muñecos, cosas así, o sea, la actividad con él yo la disfruto mucho y bueno, yo llego tarde, ¿no? de trabajar y no estoy mucho tiempo con él, especialmente los fines de semana donde casi estoy todo el día con él y los fines de semana que estoy con él, perdón, yo lo cuido completamente, no le doy de comer, lo cambio, nos bañamos, si salimos a algún lado a pasear, salimos y así, ¿no?

Y justo por ahí va mi consulta, ¿no? También de qué rol desempeñaba en las rutinas de diaria de crianza, y pues me dice que, o sea, de lunes a viernes es un poco complicado la intervención, pero el fin de semana sí se dedica plenamente, ¿no? En temas de aseo, alimentación, recreación, ¿no? Salidas, ¿no? Entonces está un poco complicado. Yo llego más o menos a las nueve, así, y a veces un poco más tarde. Pero los fines de semana, el sábado, estoy todo el día con él. Y el domingo también, más o menos. Ok, comprendo.

¿Y ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé?

Fíjate que no, ¿eh? Fíjate que no. Porque es que este pata es muy inteligente. O sea, él todavía no habla completamente, pero él se deja entender. O sea, se comunica con señas, con cosas, te trae cosas, te lleva a lugares donde quiere que le alcances, te dice. O sea, no lo habla, pero se deja entender con su media lengua y sus frases y sus gestos, o sea, perfectamente. Incluso hasta cuando era bebito, o cuando era más bebito, él llora diferente cuando le dolía algo a que cuando tenía hambre, por ejemplo. El llanto del hambre yo ya lo conocía. Y yo cuando lloraba por otra cosa, no sé, por pañal o qué sé yo, porque le fastidiaba algo, también su llanto era diferente. Entonces siempre tuve ese entendimiento de lo que él quería decir.

¿Y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares?

Bueno, en verdad no tengo tanto tiempo libre. Sí creería yo que ahí estoy un poco desbalanceado porque básicamente más me dedico a trabajar. En el grueso del lunes a viernes básicamente es mi trabajo. Y sí, el fin de semana por eso te comentaba que trato de pasar el tiempo con él. Y específicamente con él porque su mamá no está... o sea básicamente estoy yo con él y bueno y mi mamá que me ayuda en algunas cosas, pero ahí es donde yo me dedico a él y yo le doy de comer almorzamos, vemos tele jugamos, salimos al parque bueno ahorita no tanto porque hace frío, pero cuando hacía más calor salíamos al parque a jugar pelota que se yo eso básicamente, O sea, pero ahí sí admito de que, claro, por el trabajo no estoy tan comprometido con él entre semana, ¿no?

¿Y le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

¿Cómo así, perdón?

Si le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo.

Ok, pero... Pero, ¿cómo puedes explicar un poco mejor la pregunta?

Claro, sí, claro. Está enfocado más que nada a lo económico, ¿no? Los gastos económicos que se van a dar a largo plazo, ¿no? Todo lo que conlleva la crianza, los gastos que se vienen dando, y bueno, y que se van a dar a largo plazo, ¿no?

Ah, sí, me preocupa eso. Bueno, en realidad eso siempre me ha preocupado, este, en todo momento. Eh... Pero yo soy una persona muy ordenada, ¿ya? Este... Yo controlo todos mis gastos. Es más, yo mis gastos los registro. Yo tengo un... Pucha, llámame loco si quieres, pero yo tengo un Excel donde voy anotando todos los gastos que hago. Personales, este... No sé, este... Gastos de la casa, compras... Y Julián tiene un apartado específico para sus gastos. pañales, leche, víveres, todo eso y todo eso lo voy registrando. Entonces con eso puedo ir ordenándome en qué cosa estoy gastando más y poder trabajar para reducirlo. Y eso justamente lo hago con el fin de que el próximo año, como te comentaba antes, se me vienen los gastos del colegio. Entonces necesito tener mi presupuesto bien ordenado para poder pagar su colegio o lo que sea que se tenga que pagar, uniformes no sé, comida no sé, lonchera creo que lonchera, los gastos que conlleven entonces yo soy así bueno, es parte de mi trabajo también, bueno, no sé si valga la pena pero yo soy analista entonces yo manejo mis cosas así

ok ¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hijo?

¿Cómo ha cambiado? O sea, sí ha cambiado definitivamente, ¿no? O sea, hoy en día antes de pensar en gastarme no sé, algo en mí, prefiero ahorrarlo Antes de pensar en tomar algún riesgo, desde todo sentido, incluso hasta lo laboral, porque estuve pensando en cambiar de trabajo hace poco, pero vi que la oferta no era tan buena, entonces preferí quedarme donde estaba. O sea, hoy en día, cualquier movimiento que haga, desde todo aspecto, lo pienso dos veces, ¿no? porque sé que no solamente me va a afectar a mí, sino le va a afectar a él, ¿no? Entonces, si yo me equivoco hoy, probablemente, bueno, si yo me equivoco, a ver, si yo antes me equivocaba, me daba lo mismo, porque si no tenía plata, la pasaba hambre yo y no pasa nada. Pero ahora no, pues, ¿no? Entonces, si yo me equivoco hoy, mañana probablemente pueda pasar hambre mi hijo y eso no, pues. Entonces. Claro. Eso. Comprendo.

¿Y qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hijo?

¿Qué habilidades? Mira que... No, yo creo que la paciencia. de hecho que sí. Porque... Porque Julián es un caso. O sea, Julián es un caso. Es un pata muy... Lo que pasa es que él es... Bueno, ahorita, no sé, a lo largo de este año ha demostrado una inteligencia... O sea, es ciertamente una inteligencia que yo creo que otros niños no tienen. Y... Y un poco lo he visto tanto físicamente como mentalmente. Él es como que... Este... No sé, no sé si más despierto o es más ágil o es más ordenado o es algo más. Cuando hemos ido a otras fiestas con niños o he interactuado con otros niños, lo veo un poco más así. Veo ciertas habilidades en él que honestamente yo no lo he visto antes. O no en todos al menos. Y eso.

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartir?

¿Qué lección? ¿Qué lección? No, o sea, la lección que sé es que uno para ser padre solamente tiene que estar y tiene que estar y tiene que hacer lo mejor que pueda.

Muchas gracias. Voy a detener la grabación.

***PAPA 8**

Edad: 25 años

Estado Civil: Soltero

Ocupación: Servidor Público

Hijo(a): Niña de 1 año y 11 meses

Ok. Bueno, la primera pregunta es, ¿cómo maneja el estrés relacionado con las responsabilidades de ser padre?

Disculpe, se acaba de una interferencia. ¿Me podría repetir, por favor?

Sí, claro. ¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

¿Cómo lo manejo? Eh... Bueno, trato de no... Bueno, primero no pensar mucho en el trabajo porque también ser padre y estar pendiente en el trabajo es como que también estresarse un poco más. No... Bueno, antes de ser papá pensé que sería un... Algo muy... Un trabajo muy duro. Bueno, lo es, tanto para el papá y para la mamá. Pero no, ahora que lo estoy experimentando, no es tanto así. Estoy como que... Llego a casa, me desconecto de todo, paso tiempo con mi hijita, con mi nena. Yo creo que más que, ¿cómo se llama?, sobrecargarme, Me libero, pues, ¿no? Me libero. Pasar tiempo con mi hijita como que no lo siento como que un estrés o algo por el estilo.

¿Y has sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre? Sí, he sentido inseguridad para cumplir con el rol de padre.

Sí, sobre su capacidad de cumplir.

Bueno, sí, en su momento sí, porque no estaba en mis planes. Pero a medida que estuvo pasando el tiempo, como que ya no es tanto así.

O sea, fue al comienzo.

Sí, fue al comienzo, solamente al comienzo, nada más. Pero ya después no, después ya para nada.

Ok. ¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación? ¿Cómo qué aspecto?

quizá ciertas capacidades o ciertas habilidades de la misma paternidad que le puedan generar cierta preocupación, esta angustia, ¿no?

Claro, bueno, en el tema de los que, bueno, el bebito se enferma, pues no, el tema de, bueno, no trato de a veces, como que no, a veces, bueno, me preocupo un poco, demasiado, No sé si es mucho o tanto cuando mi bebé se enferma. Tiene algo de repente leve, ¿no? Pero a veces como que me preocupa un poco más. Yo creo que por ese lado debería como que manejarlo tranquilo, informarme un poco más de esto y esto.

Ok, ok. Entonces es más que nada la salud, ¿no? De su hija.

Sí, digamos así.

Ya, y con respecto a la paternidad, como por ejemplo, no sé, su participación, el cuidado, o la educación, ¿no? Las necesidades. ¿Alguno de estos aspectos así que le mencionó le generan incertidumbre? No, no porque... Bueno, mira, somos tres hijos. Mi hermanita, la última. Prácticamente como que es mi hermana la que me sigue. Y yo la hemos cuidado. Hemos estado en su etapa desde bebita, en crecimiento, etc. Todo eso. Entonces yo ya venía como que. Podría decir que me gustaba. Cargar. Pasar tiempo con. Con el bebito. Con un niño. Podría decir que ya como que. Estaba practicando. Pero no. En esos aspectos no. No tanto. Con el tema de sus. ¿Cómo se llama? Otros temas como, por ejemplo, en el estudio y todo eso. Soy bien interesado. Me gusta buscar esto por el otro lado. Pero ya he ido como que... acostumbándome, relacionándome en criar así niñitos, sobrinos, así, hermanitos, porque es una familia bien grande. Ok. Pero no, no, no mucho sobre esos aspectos.

¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

bueno al comienzo sentía mucho miedo por lo mismo que estaba era un poco inseguro si lo iba a hacer bien si iba a ser bien como papá iba a cumplir bien mi rol Pero ya después como que sentía más fuerza, se podría decir, más amor por mi hijita. Bueno, me sacaba, digamos, me daba unos motivos. Unos motivos que te ayudan mucho, ¿no? De eso se... Por ejemplo, querer hacer algo que nunca había hecho. De repente, ¿no? Madurar un poco más. Esas cositas.

¿Y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

Bueno... el poco tiempo que pasó con mi hijita porque yo trabajo desde muy temprano y llego a mi casa en la noche entonces amo mucho poner una canción YouTube y bailar con ella jugar, bailar con ella volverme un niño y entrar en su mundo como que Yo creo que esa es la parte más... Más bonita en concluir mi día.

Ok. ¿Y qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza?

¿Qué rol desempeño...? Disculpe, ¿me podría repetir qué rol desempeño hay?

O sea, en las rutinas diarias de crianza.

¿Qué rol desempeño hay?

O sea, como por ejemplo, si participa en el baño, en las comidas, en la rutina de sueño, en cocinar, en guardar la ropa, o sea, en cualquier actividad de rutina bueno lo que es a veces llego y me pongo a doblar su ropita la cambio le preparo su cena Pero antes era... Era más... Participativo porque... No tenía ese trabajo... Que me ocupa todo el día... Entonces a veces... Podía hacerle su desayuno... Ahora ya no... Pero antes... Le hacía su desayuno... La cambiaba... Y... con la listada para que se ponga a jugar, con la listada de sus juguetes. Y eso.

Ok. ¿Ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé?

Sí.

¿Cómo las ha manejado?

Bueno, en lo que es... En el tema de comer. A veces... Lloro... Este... Lloro mucho y... Trato de... De ver la manera de... Si... Si quiere algo, si me pide algo, la llevo, la señalo. Pero a veces no, no trato, no entiendo el por qué llora mucho. Ya sea en el desayuno, en el almuerzo, en la cena. Pero sí, a veces no he podido. No he podido en ese aspecto.

Ok, ok, es válido. ¿Cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y las responsabilidades familiares?

¿Cómo manejo? Claro, como le vuelvo a decir, trato de no sobre pensar mucho con el tema del estrés. Trato de tener más, por ejemplo, también salidas familiares. Llegar, ver películas en familia. Crear estos espacios de familia. Sí, para así no sentirme muy cargado. Claro, porque entiendo que trabaja desde muy temprano, me dijo, ¿no? Sí, ya casi 12 horas. Sí. Entonces trato de aprovechar ese poco tiempo que me queda.

Ok, comprendo. ¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

Sí. Bueno, sí, porque... sé que por ese lado como que a veces hiciera un poco más ¿no? el saber que las cosas suben más Bueno, mi hija crece. Los gastos también. Estar... Tratar de... De conseguir oportunidades. Que pueda... Tener más ingresos. Tal vez... Prepararme. Sí. Bueno, sí. Ok. No es que todo eso.

¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hijo, de hija?

Cambió mucho, la verdad. El ahora ver a un ser que prácticamente eres el ejemplo en todo es una tarea muy importante porque si no le enseñas los pasos adecuados si no eres una persona de bien pues tal vez es una mala crianza pues ¿no? en el tema de madurar madurar un montón cambió bastante la verdad, cambió bastante no Como digo, no había experimentado todo esto. Y el hacerlo es una sensación muy importante. Es una sensación muy bonita también a la vez. Disfrutar las etapas del bebé. Y nada, es algo maravilloso ser padre. Y muy responsable.

Claro. ¿Y qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija? Disculpe. Hay una interferencia. ¿Me escucha?

Sí, sí, sí lo escucho. Le repito, no se preocupe. ¿Qué habilidades ha desarrollado?

¿Me podría repetir, por favor?

Sí, sí, claro. Le decía, ¿qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

¿Qué habilidades? ¿Qué habilidades? ¿Qué habilidades? ¿Habilidades? ¿Como cuáles, por ejemplo, podría ser?

Como, por ejemplo, la paciencia, la tolerancia, la empatía, la puntualidad, la amabilidad. Yo creo que más sería la paciencia. Ok. Sí. Más sería la paciencia. Como que esa habilidad es lo mismo que a mí. A veces no logro saber por qué llora mi bebé ante lo que es la comida. A veces no logro calmarla. he venido como que manejando esa habilidad poco a poco porque obviamente antes de ser padre no era no era tanto así podría abrir podría haber criado a mis sobrinos por un par de horas y todo eso pero no era tanto como si fuera su padre. Pero ahora yo creo que sería la paciencia. La paciencia.

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

¿Qué lecciones? Dios... la responsabilidad es una de las mejores lecciones de un padre en lo que es en todo el ámbito la responsabilidad como fue adquiriendo la responsabilidad en esa etapa de la paternidad si

Ok, perfecto. Listo, muchas gracias.

***PAPA 9**

Edad: 30 años

Estado Civil: Casado

Ocupación: Psicólogo Organizacional

Hijo(a): Niña de 1 año y 2 meses

Entonces vamos a comenzar con la primera, que es ¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

A ver, si bien es cierto, pues es un poco difícil mantener un equilibrio con respecto a lo laboral y lo familiar, pero yo opino que en este año que voy siendo papá, lo he manejado de una manera bastante óptima, tratando de dejar el lado de trabajo en oficina y pues en casa dedicarme netamente a mi familia, ¿no? En línea general yo considero que él ha tratado de mantener ese equilibrio y pues hasta el momento se ha logrado, ¿no?

¿Ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir el rol de padre?

Sí, por supuesto.

¿En qué momento?

Bueno, básicamente los primeros meses sobre saber si es que estás haciendo bien las cosas, si es suficiente lo que tú estás dando y pues en algunos momentos también sientes que no lo es y que quisieras dar más, pero lastimosamente a veces las posibilidades no se dan.

¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

Bueno, el tema de la crianza misma, porque si bien es cierto, todos tenemos una forma o un estilo de crianza en el cual hemos aprendido por parte de nuestros papás, y pues lógicamente creemos que ese es lo más adecuado. cuando no necesariamente es así, ¿no? Y yo creo que la crianza es un poquito, pues, delicado porque la intención, creo, y la idea es recopilar diversos métodos, diversas formas de crianza hasta que encuentres, pues, tu forma como tal y aunque tú la consideres adecuada, pues, estaría bien, ¿no?

Y ¿cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

yo creo que no demoré mucho en entender que mi vida cambió desde el momento que ya pues uno desde que me enteré que iba a ser papá y otro desde que ya mi bebé nació ¿no? pero yo creo que pues me he mentalizado de tal manera que he asumido estas responsabilidades desde el día uno pues hasta ahora ¿no?

y ¿cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hijo?

hija Bueno, claro. Bueno, el jugar, ¿no? El compartir con ella los pequeños momentos que tenemos del día, muy aparte de fin de semana, el jugar con ella,

hablarle, tratar de emplear un poquito más su vocabulario, ¿no? Y ver cómo ella repite son las cosas más bonitas que hacemos.

¿Y qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza?

Bueno, de lunes a viernes es un poquito complicado, pero lo que hago es en las noches, cuando la bebé se levanta, tratar de hacerla dormir, pasearla, cambiarle su pañalito tal vez en la noche, en las 11, 10, 2 de la mañana, a la hora que se levante. Y los fines de semana sí me quedo más tiempo con ella en las mañanitas, mientras mi esposa está trabajando, editando sus clases particulares. Yo comparto con mi hija desde temprano, de las 8 hasta las 1, 2 de la tarde, más o menos, juntos los dos nada más, y después ya salimos en familia.

¿Y ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé?

No, no considero haber tenido algún tipo de dificultad, ¿no? Siento que a pesar de que no hable, nos llegamos a entender y ya su forma de comunicarse, si es que tiene hambre, si tiene sueño, si es que quiere jugar o simplemente quiere hacer algo, ¿no?

Hace un momento me comentó que considera que sí ha manejado el estrés, si ha llegado a un equilibrio, ¿no? ¿Cómo maneja ese equilibrio entre el trabajo y sus responsabilidades familiares?

Yo creo que la forma en cómo lo he llevado, que es dejar el trabajo en el trabajo, me permite tener mi mente al 100% con mi familia. La labor en oficina nunca para, en realidad es 24-7. A veces le dedico un par de minutos al teléfono o a ver algún correo, pero que no llegue al punto de, pues, cambiarme mi humor, tal vez, o desligarme del momento familiar que estoy viviendo. Yo creo que he tratado de que se maneje de esa forma y, pues, me va bien hasta el momento.

Perfecto. ¿Le preocupa que el impacto financiero de la crianza a largo plazo de alguna u otra forma le afecta, le preocupa ese impacto financiero?

El tema del dinero siempre va a ser... Algo delicado, ¿no? Y por más que las personas digan que el dinero va y viene, o sea, es verdad, pero pues sin dinero no logras mucho, ¿no? Criar un bebé no es barato, no es sencillo. Hay muchas cosas en las cuales el bebé tiene necesidad y más aún, mientras más grandecito, esas necesidades van aumentando. Así que hay que preocuparse definitivamente, pero no al límite de que esa preocupación demostrarla frente a tu familia o en el día a día, tanto así que te nuble tu pensar y vivas más preocupado que vivir el momento con tu familia.

¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

Bueno, bastante, bastante. Algo muy notorio en mí, que pues yo me he dado cuenta desde que me enteré que iba a ser papá, es que me he vuelto mucho más sensible al tema de los hijos. Yo trabajo en una empresa de seguridad, y en esa empresa de seguridad veo muchas cosas de las personas que van justo a buscar un trabajo, ¿no? Este rubro de seguridad, que es un rubro bastante tosco, bastante duro, y pues, en nosotros, una anécdota un poquito, pues hay gente que postula y tiene algún tipo de antecedentes, no está permitido antecedentes en un trabajo. Pero esos antecedentes son justamente delicados y tienen que ver con menores de edad. Yo antes esto lo tomaba un poquito más superficial, como que, pues, ok, es la realidad, es lo que

pasa en el mundo. Pero desde que soy papá, pues, esa mentalidad ha cambiado totalmente. Lo siento un poco más ya personal. Comprendo.

¿Y qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

Bueno, yo siento que lo que es la visión periférica, estoy mucho más atento a los alrededores. Cada vez que salgo con mi bebé, estoy paseando simplemente por leches en la casa, ¿no? Cualquier cosita puede pasar, yo estoy en la sala y ella está caminando por ahí, y tengo que estar atento al 100% con respecto a lo que pueda pasarle. Claro.

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartir?

Bueno, a ver, yo creo que hay mucho, hay mucho. El ser papá no es simplemente como quien dice, pues, criar o estar ahí presente y listo, ¿no? Es involucrarte justamente en esta crianza. Ahora, para mí, y es algo que yo lo comparto con mis amistades, el papá en sí es el soporte de la mamá. La mamá, o sea, un bebé sin papá puede, creo yo, pues, Avanzar bien, pero el bebé necesita mucho más de la mamá en esta etapa de los primeros años, por lo mismo que tendrá de lactar, por el apego mismo y todas esas cositas que sabemos entre la relación y la conexión madre-hijo o hija, ¿no? Y yo siento que el papá es el soporte justamente de la mamá, tratar de ayudarla, de darle todas las facilidades. El papá no da de lactar. No puede, el papá no da a luz. Pero el papá ayuda a la mamá que dio a luz y el papá ayuda a la mamá que está dando, delatar al bebé en la madrugada, en la noche, en la mañana, acomodando la almohada, dando el agua, cosas que necesita. El papá tiene que dar el soporte.

Ok, perfecto. Muchas gracias. Le agradezco por la buena disposición. Voy a detener ahora la...

***PAPA 10**

Edad: 25 años

Estado Civil: Soltero

Ocupación: Independiente

Hijo(a): Niña de 1 año y 8 meses

Listo, entonces comenzamos. ¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

Bueno, el estrés normal trato de manejarlo no sobre pensando, manteniéndome tranquilo, buscando soluciones. Siempre buscando soluciones, creo que para todo hay una solución. Ok.

¿Y has sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad del rol para cumplir su rol de padre? Claro, sí, en su momento, porque es una etapa primeriza, pues entonces, como es una primera etapa, no sabes a lo que te estás enfrentando, pero igual siempre con ganas, pues, ¿no? Tratando de hacerlo mejor.

¿Y en qué momentos has sentido esa inseguridad?

más que nada cuando al inicio cuando nació mi hija porque no sabía expresar exactamente qué es lo que quería qué es lo que sentía entonces te da esa curiosidad de querer saber qué es lo que pasa con ella y cuando se enferma mucho más todavía

ok y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación

creo que la parte de la inexperiencia porque como es una primera vez igual, ¿no? siempre buscando soluciones, todo eso pero como es una primera vez la inexperiencia como que me da que pensar me pone a pensar, pues, ¿no? cómo resolver ciertas situaciones en ciertos momentos sin equivocarme tanto

Ok. ¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

La verdad, bien, me siento bien. Fueron normales los procesos. No se me hizo difícil porque desde un inicio era algo que me gustó y hasta el momento todo va bien, todo está normal. No cambió mucho en mí. Disculpa, mi deseo de, mis emociones, desde el inicio, el proceso, antes de, incluso.

Ok, o sea, se ha mantenido en el tiempo.

O mejorado, o mejorado podría decir.

Ok. ¿Y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

Ah, estar con ella y verla jugar, hablar con ella, explicarle qué es lo que está haciendo. Y eso, me gusta hacer eso. Me gusta explicarle el porqué de todo lo que va haciendo, pues, ¿no? Así ya lo sabe y ya no está tan... No la agarran desprevenida después. Y eso que está pequeño todavía. Claro.

¿Y qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza?

¿Qué rol? De observarla, estar viéndola, darle sus comidas, cambiarla. Bueno, no cambiarla tanto porque... Bueno, a veces las mamás tienen un gusto peculiar para vestirlas y eso, ¿no? Pero en especial también apoyo ahí en el cambiarla en todo, en general. En todo, en todo. En el aseo, en el salir a pasear, el estar en la calle, cargarla. Porque aún es pequeña, entonces el apoyo es en general. Desde la comida, el aseo, la vestimenta, todo lo que pueda ir aprendiendo, talleres, en general.

Ok. ¿Y ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé?

La verdad es que no. No, ok. Porque tenemos como que, creo que los padres tienen esa conexión única con sus hijos, entonces en algunos padres quizás se da más por el hecho de, no sé, puede pasar, pero conmigo sucede.

Ok, ok. ¿Y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares?

Ah, bueno, eso sí es un poco más complicado, porque el tema de trabajar de forma independiente es no tener un horario y tener que acudir a donde te llaman en ciertos momentos. Igual, el tema de ser independiente no solo es trabajar de forma personal, sino de forma personal también, tengo un trabajo en el cual cumplo un horario fuera de ello yo trabajo por mi cuenta entonces si me demanda tiempo pero siempre estoy en casa igual de todos modos llego a casa y estoy con mi hija.

¿y le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo? el impacto financiero si la economía mejora más adelante Claro, o sea, eso serían sus aspiraciones, ¿no? **¿Que mejore su economía?** Sí, claro que sí. Definitivamente. El trabajar es para tener una mejor economía, pues, ¿no? Una mejor estabilidad. Una estabilidad

Ok. ¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

¿Cómo ha cambiado? La verdad es que, como te digo, es un deseo que siempre, no siempre ya, pero sí he tenido antes de tener a mi hija. Y el proceso me gustó mucho, desde el tener a mi pareja con su barriga, el embarazo, la gestación y todo eso fue... el parto, todo fue unas emociones totales y es un poco inexplicable porque todo fue muy bonito y hasta ahora lo es, claro que sí, ver crecer a alguien que se parece a ti es hermoso.

Claro. ¿Y qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija? Más la paciencia, más la paciencia, más afinidad con eso. Como que ya vas entendiendo un poco más la situación de la inexperiencia de los pequeños.

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

¿Qué lecciones valiosas? Que hay que tener mucha paciencia. Más que nada eso, la paciencia es muy importante. La paciencia. Paciencia es algo muy importante. A mí me ha funcionado bastante ser paciente, tomarte tu tiempo para decidir. No todo el tiempo del mundo, pero sí pensar bien las cosas antes de hacerlas. Porque después trae consecuencias igual todo.

Perfecto, muchas gracias.

***PAPA 11**

Edad: 24 años

Estado Civil: Casado

Ocupación: Empleado

Hijo(a): Niña de 2 años

Listo. Buenas noches, Luis. Entonces, vamos a comenzar ya con la entrevista como tal, ¿sí? Entonces, mi primera pregunta es, ¿cómo manejas el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

¿Cómo lo hacemos como trabajo? Más que todo, su mamá lo saca a pasear cuando tiene su tiempo libre.

entonces ese estrés que te puede causar en tus actividades diarias relacionados a la responsabilidad de padre ¿cómo lo sueles manejar? quizá deslindando las responsabilidades distribuyendo las responsabilidades que da la mamá, apoyando en ese sentido, ¿te refieres?

Sí

Ya, perfecto. ¿Ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir el rol de padre?

¿Cómo? ¿Cómo?

¿Has sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre?

Sí, algunas veces.

¿En qué momentos?

Cuando llora sus berrinches.

Quizá el desconocimiento de saber cómo abordarlos de manera correcta.

Sí.

Ya, ok. ¿Qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación? Cuando se enferma.

Ok. Ok. ¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

Normal.

Normal, lo ha tomado. ¿Ya? ¿No lo ha sentido como una sobrecarga? ¿No?

Normal.

Ok. Ok. ¿Cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

Cuánto lo saco a pasear, cuándo descanso, jugar con ella.

Ok. ¿Qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza?

Enseñarle...

enseñarle ¿qué cosa?

enseñarle a levantarse a ordenarse

ah, ya, ok ok, entonces quizá ese sentido de conducir enseñarle nuevas actividades rutinas quizá también participarnos en el baño comida, rutina de sueño

No, no. No, más que nada como que enseñarle nuevas cosas. Sí.

Ok. ¿Ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé?

Sí.

Ya, ¿cómo las ha manejado?

Más que todo nos indica con señas y a veces no podemos entender lo que nos dice.

¿Y cómo las maneja usted?

Más como Como sentir que con señas sea lo que ella quiere y dárselo a ella.

Ah, ya. O sea, a través de señas. Quizá hay como que ponerle más atención a las señas para poder comprender.

Sí, sí.

Ok. ¿Cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y las responsabilidades familiares?

Como yo, como se llama, trabajo de diez a diez, casi no tengo más tiempo para mi hija.

Ya. ¿Y cómo lo maneja? ¿Quizá no se los fines de semana o algo?

Sí, cada... Cada dos meses es mi descanso y tengo más tiempo para ella.

Ah, ya, ok. Quizá en sus días de descanso ahí aprovecha en pasar más tiempo con su hija.

Sí.

Ah, ya, perfecto. ¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

Sí.

Ya. Quizá... ¿En algún aspecto en específico? ¿Algo que me quiera comentar? No sé. ¿Quizá en el ámbito educativo?

Sí.

Ya, ok. Quizá sí en todo lo que engloba, ¿no? Lo financiero

¿Cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija? Como dejar de ser como se llama, como niño podría decir, ¿no? Más que todo dedicarse a la familia.

Ah, ya, ok, claro, quizá antes pensaba más en sí mismo, ¿no? Y ahora que ya tiene su familia, pues ahora pensar más en global, ¿no? En familia.

Sí.

¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

¿Cómo? No le entendí, se ha cortado la línea.

Ah, ya. Le decía, ¿qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

No sé qué podría decir.

¿Se me escuchó o no?

Sí, sí, se le escuchó.

Ah, ya, sí. ¿Qué habilidades, no sé, ha desarrollado nuevas o ha mejorado a lo largo de la crianza de su hijo, su hija?

No, no creo que... No, no creo.

No cree que haya desarrollado ninguna. O mejorado ninguna. Algunos papás pueden decir, no sé, quizá la atención, quizá estar más precavidos, o quizá la organización de tiempo, no sé, alguna habilidad. No sé si alguna de esas se le hace familiar.

Poner más atención será.

Ok, ya. ¿Qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

¿Qué? ¿Cómo se llama? ¿Cuánto se enfermó?

Ya. ¿Qué lección aprendió?

El cuidarla...

Ok, claro. Tener mayor atención para evitar que se haga quizá algo más grave, ¿no?

Sí

Ok, perfecto. Listo, Luis. Eso sería todo. Te agradezco la verdad por el tiempo y pues bueno, para hacer un cierre ya voy a nada, nada.

***PAPA 12**

Edad: 42 años

Estado Civil: Soltero (Conviviente)

Ocupación: Agente de Seguros de Vida

Hijo(a): Niña de 2 años

¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

Bueno, hoy por hoy mi trabajo me permite trabajar de forma híbrida. Estoy dos días a la semana en la casa y el resto en la oficina. La verdad que yo no me estreso mucho con mi hija. Más me estreso con el trabajo. Y por lo general siempre busco hacer deporte, ¿no? O sea, siempre trato de estar en actividad física para poder liberar ese estrés y poder descansar mejor también.

Ok. ¿Y has sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre?

Mmm... yo soy de verdad que yo llevo mi paternidad para ser papá primerizo llevo mi paternidad muy tranquila yo creo que siempre quise ser padre soy hijo único casi he crecido con primos a mi alrededor hasta una cierta edad siempre he sido muy independiente Soy el mayor de todos mis primos. Entonces, un poquito también he tenido primos. Yo tenía 15 años y había primos de un añito. Entonces, también he podido ayudar en cierta manera. Entonces, yo creo que esas cositas son las que me están dando esa tranquilidad hoy por hoy. De igual forma, muy diferente es que sea tu hijo a que sea un hijo ajeno. Obviamente, el temor está ahí, es latente. Sí. pero yo sé que siempre hay que estar atento con los niños. Tú los descuidas cinco segundos y ya se metieron algo a la boca o de repente se subieron a un sitio alto, como ya me pasó, y lo primero que tú tienes que hacer es reaccionar tranquilo, porque si tú reaccionas de repente alzando la voz como que ¡Ah, no te muevas! Entonces el niño también se altera y generas que se mueva o que haga cosas que puedan atentar a su estado físico, etcétera, ¿no? Entonces yo creo que por ese lado sí lo estoy manejando bien, ¿no? Ahora si hay cosas que mejorar, pues siempre estoy tratando de buscar orientación, de repente por ahí consejos de papás, amigos, que ya son papás de hace 5 o 10 años, 20 años, ¿no? tengo amigos con bastante diferencia de edad también, entonces también es eso, poder escuchar esos consejos y también trabajarlos conmigo.

¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

Bueno, yo creo que a la larga siempre está el hecho de ser un buen ejemplo, ¿no? Yo creo que eso va a ser lo primordial. Sobre todo, que mi hija es mujer. Entonces, este... Mi trabajo va a ser, o mi temor va por ese lado. ¿No? Saberla orientar. Que pueda encontrar o elegir a la persona adecuada más adelante. que primero se centre en estudiar algo aunque yo soy a veces yo pienso que a veces la universidad te da

ciertas habilidades que a veces también la experiencia que uno quiere con la experiencia ¿no? entonces también es poder manejar eso a un largo plazo ¿no? todavía, pero yo creo que es eso ¿no? llegar a ser un buen modelo

¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

Bueno, en ese sentido sí me he evocado bastante a mi hija. A tal punto de que sí, soy consciente de que a veces no. He descuidado también el lado de pareja, ¿no? Lo he descuidado también. Entonces trato de equilibrar eso para... para poder seguir avanzando y salir adelante con mi esposa. Entonces, yo creo que eso es lo que me está todavía así como que costando, por así decirlo. Pero sí, cuando estoy con mi hija, yo sí me aboco. Es como a veces le digo a mi esposa, yo sí me puedo quedar con mi hija solo. Me he quedado solo con mi hija 10 días, porque mi esposa se fue de viaje. Yo sí me puedo manejar con mi hija solo. en cambio, mi esposa no ella sí se estresa un poquito más rápido, pero yo pienso que son por una forma de carácter ¿no? diferentes caracteres, pero bueno es eso es eso esencialmente

¿y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

bueno yo por lo general siempre cocino trato de cocinarle cosas comida casera cuando se puede o en un menú eso lo disfruto cocinarle para que pueda experimentar sabores, texturas y todo eso y lo otro también que hago es salir de la casa con ella caminar irnos al parque y ahí converso con ella, con mi hija, básicamente cuando estamos los dos solos es lo que me gusta hacer, salir de la casa, pasear con ella, así sea, dar una vuelta nada más, pero hacerla ver la calle, porque todo el día estamos ahí en la casa a veces y no se puede.

¿Qué rol desempeñan las rutinas diarias de crianza?

Bueno, mi rol de padre, ¿no? Mis actividades diarias, cuando yo estoy en la casa, desayuno, almuerzo, cena, o sea, yo...

[Se cortó el audio.](#)

[Me decía que en cuanto a rutinas diarias era darle su almuerzo, su desayuno, su cena.](#)

Claro, y jugar con ella, ¿no? Con mi hija, los días que estoy en la casa al 100%, ¿no? Y bueno, los fines de semana también en familia salimos. Es básicamente eso, ¿no? Bueno, y en realidad, bueno, desayuno, almuerzo y cena para... para la familia, no solamente para mí y mi hija, para la familia completa.

Ok, ¿y ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su hija?

En realidad, no, no tanto que digamos, si me comparo con mi esposa, a ella le cuesta un poquito más, Yo paro bastante con mi hija, bastante tiempo, entonces yo creo que eso me ayuda a poder entenderla. A tal punto de que yo ya estoy pensando el siguiente paso, por así decirlo, qué es lo que va a hacer o qué es lo que va a pedirme. Entonces eso también no me juega en contra porque Micaela no habla todavía. No habla porque ya sabemos, en realidad, como papás ya sabemos qué es lo que va a pedir, ¿no? Como solamente señalarlo, ya sabemos a qué se refiere. Entonces, por mi lado, yo sí la comprendo bastante, mi hija. Y como todo niño, a veces te hace caso y a veces no, a veces es normal. Pero en general, sí me comunico

muy bien con ella, ¿no? Sí, más que consumamos todavía. Consumamos para ir renegando, porque sí es que yo le engrío. Entonces, bueno, eso sí.

Ok, ¿y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares? Bueno, cuando estoy en la casa sí me cuesta. Porque quieras o no, un niño es demandante, ¿no? Por más que... Que uno diga, no, pero hay que aprovechar los tiempos, es mentira. Sí me cuesta a veces poder manejar los tiempos de trabajo cuando estoy en casa y con mi hija. He llegado a un punto de ponerle un programa de YouTube para que vea un rato y yo ya me enfoco en el trabajo, trato de avanzar lo más que pueda, mis pendientes, y me desocupo y regreso con ella. Regreso con ella y regreso a las actividades que tengo en el día, ¿no? De repente sea la hora del almuerzo, entonces yo ya me voy adelantando o a ver qué cosas se almuerza hoy día, ¿no? Todo eso.

¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

Sí, por supuesto. Por supuesto. Sí. O sea, el tema económico no es el de antes. Hoy por hoy uno busca lo mejor, por así decirlo. Lo mejor dentro de lo que uno puede. Pero ese poquita mejor cuesta. Aunque uno no quiera. O no crea mejor que un chico. Cuesta. Sí, de hecho, que sí nos preocupa. Entonces también el tema económico es algo fundamental en estos tiempos. En estos tiempos y en estos momentos que uno es padre. Yo, por ejemplo, veo seguros de vida. Entonces, siempre estoy asesorando a las familias, a los papás jóvenes, sobre todo también, en proyectarse. ¿Cuál es la proyección de aquí a 10, 12, 15 años para la educación universitaria, que es lo más pesado, por así decirlo? Aunque... Hoy por hoy un colegio de inicial te cuesta lo mismo que una universidad. Fuere broma. ¿No? Entonces también va por ese lado. Entonces sí, sí, de hecho que sí lo tengo muy presente y siempre también estamos buscando otra forma de ingresos, ¿no? Con mi pareja. Para ver cómo podemos sobrellevar el presente y el futuro. Ajá.

¿Y cómo cambió su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

Mi percepción como rol de padre. Bueno, en realidad, como te digo, yo creo que siempre quise ser papá. Micaela fue una niña planificada. Ambos deseamos tenerla y así se dio. con dificultades de salud, pero al fin y al cabo Micaela siempre estuvo presente para nosotros. Entonces, yo pienso que el estrés se lo lleva la mamá al principio, ¿no? Porque es un shock. Antes yo era una y ahora soy dos. Entonces es más fuerte para la mujer, pienso yo. En lo personal, me siento bien trato de hacer las cosas bien a pesar de que vengo de una familia disfuncional busco algo diferente para mi hija para que no pueda experimentar de repente o vivir esa etapa no sé si decir etapa, pero bueno es el momento por así decir algo que yo sí he vivido pues Y eso es lo que también a mí me tengo muy presente. No hacer que mi hija viva justo esos momentos que yo he pasado en mi infancia. Es algo que no quiero para ella.

¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

como te digo, estar un paso adelante pensar, pensar en qué es lo que va a hacer mi hija o entender un poco qué es lo que va a hacer ser más más persuasivo demasiada

paciencia demasiada paciencia. Ya desbordo la paciencia. A tal punto que a veces me sorprende. Eso, más responsabilidad para con mi hija. Estoy más atento a cualquier cosa que le suceda. Nosotros tenemos una cámara web en su dormitorio Y el monitor está al costado de mi velador. Del mío. Porque yo estoy más atento a cualquier llanto de la bebé, ¿no? Eso... Eso, bueno, el despertarse en cualquier momento no me cambia de humor a mí, por más que me pueda faltar un poco de sueño, a mí no me cambia el humor, siempre soy tranquilo, un poco anime, por así decirlo, como se podría decir. No sé si esas cosas son las que he desarrollado ahora último, pero sí me he dado cuenta de que he cambiado bastante en ese sentido.

¿Y qué lecciones valiosas has adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

La paciencia. Tener mucha paciencia con ellos, con los niños. Hablarles un montón. y sobre todo estar presente para ellos así tengas cinco minutos libres del día, estate presente para tus hijos siempre sobre todo en los primeros años y a lo largo de la vida luego pero al principio es de poder dedicarle el mayor tiempo posible a tus hijos así sean, cinco minutos, como te digo. [Exacto, muchas gracias.](#)

***PAPA 13**

Edad: 34 años

Estado Civil: Soltero (Conviviente)

Ocupación: Administrador

Hijo(a): Niña de 3 años

Entonces vamos con la primera pregunta que es ¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

A ver, ¿Cómo manejo el estrés diario? Mi carga de estrés es muy fuerte porque aparte de ser padre nosotros tenemos una empresa Entonces, ya te imaginarás cómo paramos. ¿Qué es lo que hago para medio disipar el estrés? Hago tenis, me voy al club o salimos también los tres en familia. Viajamos, probablemente cada dos o tres meses nos damos un viajecito para poder soltar por ahí, digamos, las tensiones.

Ok. ¿Y ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de ser padre?

Sí.

¿En qué momento?

Cada vez que hay, digamos, un reto nuevo como papá, siempre existen ese tipo de inseguridades.

Ok. ¿Qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

Bueno, yo tengo una hija, mujer. Entonces, de hecho, el tema de la sociedad en la que vivimos me genera bastante preocupación, ¿no? También, bueno, yo he sido criado con puros hombres, hermano hombre, ¿no? O sea, no hemos tenido muchas mujeres en mi familia hasta antes de casarme. Y también sí como que estoy aprendiendo a criar una niña, ¿no? No he tenido ninguna experiencia previa. Entonces eso también me genera, digamos, algún tipo de incertidumbre.

Ok. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

Creo que ha sido bastante natural. O sea, yo pensé que esto se iba a dar, digamos, de una forma más pensada, valga la redundancia, o más encuadrada, pero fue bastante natural. Creo que la naturaleza es sabia, ¿no? Y hace que estos cambios sean, digamos, normales, naturales, ¿no? En una persona.

¿Y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

Mira, la recojo todos los días del cole, así que sí me gusta recogerla, por ahí comprarle algo, preguntarle cómo le ha ido, porque luego en las noches no tenemos mucho tiempo, porque ella tiene que dormir temprano, no llega tarde el trabajo, pero siempre por ahí armamos una rompecabeza o jugamos unos 15-20 minutitos y

la llevo todos los días a su cama de cabeza. Así que es una de mis partes favoritas del día, llevarla a su cama de cabeza.

Justo ahí va, ¿no? ¿Qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza, no? El hecho de llevarla, me dices, ¿no? Llevarla en el nido, recogerla, también la lleva a dormir, ¿no? Y bueno, jugar, ¿no? ¿Hay alguna otra actividad?

No, básicamente hacemos eso de manera diaria, ¿no? O sea... Te digo, el 80% de los días la recojo yo, su mamá la lleva, pero yo la recojo. Ah, ok. Y luego, en la noche siempre jugamos aliguito así rápido, de unos 15 a 20 minutos, como puede ser una rompecabeza o leer un librito o algo, y luego ya la llevo a dormir, ¿no? Pero solamente la llevo porque su mamá es quien la hace dormir.

Ah, ok, ya. ¿Y ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su hija? Sí.

¿Y cómo las ha manejado?

De la manera que se ha podido, ¿no? Porque como sabrás, pues tiene tres años, entonces habla media lengua. A veces hay cosas que quiere decirnos y no le entendemos, entonces tratamos de alguna u otra manera de entenderle y ella también se hace entenderme. Me llama bastante la curiosidad de que usa bastantes sinónimos, ¿no? Cuando uno no entiende una palabra, habla con el sinónimo. Entonces, de esa manera, digamos, entendemos, digamos, la parte más, digamos, superflua de la pregunta, ¿no? Pero si entramos un poco más hacia, digamos, sentimientos, ese tipo de cosas, creo que no. O sea, la verdad, sí me considero un poco empático con lo que ella siente, con lo que ella está pasando, ¿no? Entonces, sí tratamos de, trato personalmente de entenderla, de comprenderla, y realmente no he tenido mucha, digamos, mucha complejidad en ese tema.

¿Y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares?

Mira, a Dios gracias, tengo un trabajo que me permite tomarme el tiempo que yo necesite, ¿no? De cara a, este... Digamos, eventos importantes o cruciales en... Digamos, en el desarrollo de mi hija, ¿no? Porque obviamente también tengo que trabajar, no puedo pasarme todo el día con la bebé. Este... Eso, no sé, ¿me podrías repetir la pregunta, por favor, para complementar?

O sea, ¿cómo maneja ese equilibrio entre su trabajo y las responsabilidades familiares?

Sí, no, la familia es lo primero, lo segundo y lo tercero. Entonces, siempre que necesiten de mí, ahí voy a estar. Como te decía, el trabajo me lo permite, se puede hacer, lo manejo, creo que lo manejo bien. En ese aspecto me parece tener las prioridades claras y en orden.

Ok. ¿Y le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

Sí, claro, me preocupa porque cada vez que... Cada día que pasa, cada año que llega, digamos, los niños son más caros. Ya entras en el nido, bueno, ahorita el nido es un nido nacional, ¿no? Pero... De acá a un par de años, para los cuatro años, la vamos a mover al Sophiáno, entonces ya estoy pensando en la cuota de ingreso, luego probablemente la universidad, porque la universidad la querrá, me gustaría mandarle al extranjero, de repente a Estados Unidos, lo que ya decía, hay bastante camino por recorrer, pero sí me preocupa, tanto es así que... Yo tengo un seguro,

estos seguros que son para utilizarlos en su universidad, lo tengo tomado ya hace algún tiempo, ¿no? Porque pienso de que el tema ese es muy, muy importante, ¿no?

¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

A ver, sí, o sea, soy primerizo, entonces antes solamente tenía, digamos, experiencias de gente cercana a mí, ¿no? Mi hermano que también es papá, mi papá, y otro amigo que también es papá, y me comentaban, me daban algunos alcances, algunas sugerencias, algunos consejos, ¿no? Como padre, pero luego cuando... Cuando ya me tocó, digamos, a mí estar en la cancha, pues sí, sí me sirvió, pero las cosas son distintas, ¿no? Poco a poco me fui adaptando con mi hijita, la fui queriendo cada día más, y fuimos avanzando en ese tema.

¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

Creo que he desarrollado un poquito la paciencia, porque igual todavía no soy como la persona más paciente del universo este la calma bastante calma ¿no? o sea trato de yo también digamos este manejar mi salud mental ¿no? de cara a que ella en algún momento me necesita entonces trato de ganar menos discutir menos tomar decisiones más sesudas ¿no? más pensadas entonces yo creo que por ahí va el tema

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

A ver, ¿qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza? Mira, que los niños son almas puras, ¿no? Son almas nobles sin maldad. Entonces, de ese tipo de almas yo creo que uno tiene muchas cosas que aprender. Este... aprendido como una niña tan chiquita, me puede enseñar de repente a compartir, me enseña de repente a delimitar los tiempos, me enseña a respetar, entonces sí, siempre interesante ese tema.

Perfecto, muchas gracias. Le agradezco la verdad nuevamente por su tiempo.

***PAPA 14**

Edad: 30 años

Estado Civil: Soltero

Ocupación: Psicólogo

Hijo(a): Niño de 2 años

Buenas noches, señor Ronald, ¿cómo está? Bueno, como ya ha podido leer ahí en el consentimiento, en la hoja informativa, bueno, vamos a hacer el día de hoy la entrevista, ¿no? Que va a constar de 12 preguntas, son preguntas abiertas para que usted pueda contestarlo, agradecerle el tiempo, la disposición de poder participar en este estudio. Bueno, Vamos a comenzar con la primera pregunta, que es ¿cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

¿Qué tal? ¿Cómo está? Buenas noches. Bueno, el día a día con el trabajo y la rutina que uno genera, más las obligaciones que uno tiene como padre es tratar de... sobrellevar un poquito el contexto, ¿no? Bueno, aparte de ser padre, yo pude criar a mis sobrinas, entonces eso me ayudó un poquito a manejar la situación que me permitió tener más experiencias en manejar los contextos que serán muy pequeños, pues, ¿no? Ya esa experiencia previa me ayuda a tener más estrategias de Entender más al peque.

Ok. Entonces, las estrategias que utiliza más que nada es para comprenderlo.

Sí. Por la experiencia, sí comprendo más ya el proceso evolutivo de mi peque. Porque tú sabes que, bueno, son el día a día, cada día es algo nuevo.

¿Exacto a sentido de inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre?

No. Como te mencioné, la experiencia que tuve de poder criar a mis dos sobrinitas me ayudó a poder tener más herramientas para poder lidiar con las situaciones que se presentaban con mi pequeña. No digamos que ha sido algo nuevo, pero me ayudó bastante.

¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación? El cambio de clima. ¿Por qué? Porque es algo nuevo, ¿no? Como ya tuve una experiencia previa, conocer las conductas de mi hijo me ayudó a entenderlo más. No, a comprender un poquito diferente. Bueno, mis sobrinas son mujeres, pues, ¿no? Y mi hijito que es varoncito, pues, es diferente, pues, ¿no? Es diferente el proceso que ellos tienen, ¿no? Así que es solamente experimentar el día a día que es algo nuevo.

Ok. Entonces, ¿no hay como que algún aspecto en sí que le genere mayor incertidumbre o preocupación? No.

Ok. ¿cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

más exigencia no es lo mismo tener el ajeno como el propio creo que con el propio uno tiene que ser más exigente porque uno quiere lo mejor a veces como tío trate de consentir pero con el propio no lo puedes consentir porque sabes que lo malcrías entonces son más exigentes porque uno quiere lo mejor

¿Y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hijo?

No podría determinar una actividad diaria porque no comparto con él. Pero en el tiempo que comparto con él es más de interacción. Es más lúdico. Por lo mismo que no me ve durante toda la semana. Entonces eso ayuda a que pueda descubrir cada día algo nuevo. Cuando me comentan de lo que hace, entonces... Conmigo no, es totalmente diferente, pues, ¿no? Pero igual reforzo su conducta del día a día.

¿Y qué rol desempeñan las rutinas diarias de crianza?

Su conducta. Es algo nuevo, entonces trato de entender porque es pequeñito, pues, ¿no? Y su edad más que todo es hacer cosas nuevas, ¿no? Romper las reglas, así que se entiende porque son niños, pues no lo puedes decir No, se debe portar bien. Es entenderlo nada más.

Ok. ¿Ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su hijo? No. No, no, no. Porque siempre estoy pendiente de lo que hace. Entonces, por ahí digamos que puedo saber de qué manera lo puedo abordar. Y como ellos en su edad quieren jugar, Entonces los juegos van con límites, con respeto, con valores.

Ok. ¿Y cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares? Bueno, ahora que existen las plataformas digitales ya no es un impedimento para saber en qué está él. Siempre hay espacios para preguntar cómo está. Y ahora existe la videollamada, así que por ese lado siempre uno se conecta para saber cómo está. O sea, digamos que hoy en día que alguien diga que no puede saber cómo está su hijo es una irresponsabilidad, ¿no? Digamos que sería desinterés.

Ok. ¿Y le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

No. No, porque pienso yo que el solo hecho de que uno asume una responsabilidad ya saben todo lo que viene a futuro. Entonces para eso uno se va proyectando qué es lo que quiere con lo que uno puede exigirse.

¿Y cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hijo? Me comentaba que antes pues como tío y ahora ya como padre, como tal.

Una de las cosas es que Como tío, pues prácticamente es como vivía la misma paternidad, ¿no? Porque yo las 24-7, ¿no? Entonces, cuando ya llega el propio, ya sabes que tú puedes decidir lo que puedes hacer con el propio. No es como que tienes límites, porque obviamente sus papás son los que toman las últimas decisiones, ¿no? Pero, y nada, con el propio uno sabe lo que quiere, lo que desea y lo que exige, ¿no? Y cuáles son los límites.

¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hijo? Paciencia. Paciencia. Porque cada día es nuevo, si te sale con nuevas cosas, entonces hay que tener paciencia. Entender más que todo el proceso, porque uno ya está viejo, pero como para hacer memoria de cómo uno se portó de niño y cómo las cosas cambian, entonces hay que tener paciencia y entender su proceso.

¿Qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartir? Uf, este, bueno, es compartir, pues, ¿no? Compartir más con él, pues. O sea, si bien es cierto, uno tiene responsabilidades, porque es arraigado el tema de que siempre el hombre es el que tiene que proveer en diferentes contextos. Entonces, obviamente hay situaciones donde uno se priva de cosas por necesidad de exigencia del trabajo y por circunstancias de la vida. Entonces, son cosas que uno tiene que asumir.

Ok, perfecto. Muchas gracias, señor. Le agradezco la verdad por el tiempo y por sus respuestas.

***PAPA 15**

Edad: 25 años

Estado Civil: Soltero

Ocupación: Trabajador

Hijo(a): Niña de 1 año y 7 meses

Listo. Entonces, la primera pregunta es, ¿cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?

Bueno, actualmente, cada vez que veo a Anita, me trato de llevar todo tranquilo, porque sé que, bueno, justo ahora último ha tenido un pequeño accidente, el cual ella se quemó, pero trato de sobrellevar ello tranquilamente y en distintas situaciones. Porque a veces mi hijita sí es muy interactiva. Está hablando de un lado para otro, pero trato de sobrellevarla más que todo a ella, porque yo sí, mi chiquita dice que yo que me tenga paciencia al menos.

Ok. ¿Y ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre?

No, no sé que es una experiencia nueva para mí. No es algo que sea un manual o algo que esté escrito. Sí, las cosas dicen así, así. Hijo, padre, todos son distintos, entonces uno también está aprendiendo de ellos.

¿Y qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?

Bueno, el saber que mi hija está creciendo. cada vez veo que está creciendo, obviamente se está viendo poco a poco más independiente, obviamente yo siento que todavía sigue siendo mi bebé, tal vez tiene un año y siete meses, pero la veo muy chiquita, pero eso es como que sé que poco a poco va a crecer, pero tengo que asimilarlo.

Ok. ¿Y cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?

Eh, Bueno, sí, en muchos aspectos cambiaron. Mi responsabilidad fue más intensa porque sé que tengo a alguien que está bajo mi cuidado. Normalmente yo mismo me he cuidado muchas veces, casi un 100%, entonces ahora saber que tengo que cuidar, alimentar, recibir y muchos otros factores con el tema de misa me ayudan a tener una responsabilidad y ver el contexto de distintos elementos, ¿no?

Ok. ¿Y cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hija?

Ah, cuando juego. Yo juego mucho con mi hija. Cuando salgo del trabajo, bueno, eso nomás se lo puede ver, pues no, soy un poquito tosco. Bueno, un poquito, bueno, como se ha dicho, tosco en el sentido como que en la hora de jugar. No, porque la cargo, la levanto, le doy vueltas, entre otras cosas.

Ok. Ok. ¿Y qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza?

Bueno, yo normalmente trabajo desde la mañana hasta casi seis de la tarde. Llego a la casa de su mamá y lo que puedo, si es darle comida a la bebé, cambiarla, o si tenemos que salir a un lado a alisar su maleta, ver el tema de su alimentación, porque como vamos a salir tenemos que llevar algo para que ella también vaya comiendo en el camino. porque no cualquier cosa de la calle tampoco le damos. Y a la hora de descansar, igual de todas maneras, que no quede comido y que esté limpio así lista para que descanse.

Ok. ¿Y ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé?

Sí. Hay momentos en los cuales no hace caso o lo toma muy a la broma.

¿Y cómo lo ha manejado?

yo trato de seguir explicándole, pues no, esto no se hace, o si veo que se hace, quiere hacer un berrinche o algo, yo la trato de agarrar, espero que se calme, que haga su berrinche, porque yo la cargo normalmente y espero que se calme, y ahí como que le vuelvo a hablar, tranquila, no arme miedos o no hagas eso porque está mal.

¿Cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares?

A veces se me complica un poco, porque a veces hay momentos en los cuales tengo que estar con mi familia, y como temas de accidentes o otras cosas pendientes que tengo con ellas, y a veces dejo de lado un poco el trabajo, pero me enfoco en ellas, más que todo en ellos. Dejo un poco el trabajo para enfocarme en lo que existe en ese momento.

¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo? Un poco, sí. Ya que nosotros tenemos que ganar un montón, pero sé que poco a poco, bueno, por la misma condición también que mi hijita tiene, mi hijita tiene displasia de cadera, entonces ella también ha dicho que esa dificultad que tiene mi hijita también sea tratada con una inyección

¿no se le escucha? En la última parte, ¿no se le está escuchando? Me decía que sí. Ahora sí, ahora sí le escucho. No, no, no me puedo repetir ninguna pregunta nueva. Le estaba preguntando si le preocupaba el impacto financiero de la crianza a largo plazo.

Como le decía, este, Sí, algo que afectó un poco, bueno, porque ya que mi hija tiene discapacidad, eso hizo que ella pueda, como que, tomarlo de sorpresa. Entonces, pues, es una inversión que yo tengo hacia ella. Y poco a poco, cada vez que va creciendo, hay cositas más que salen, como tal vez es la estimulación, que ya todo ha pesado, que ahora viene el colegio, los útiles. Entonces, sí me preocupo un poco. pero trato de sobrellevar o ver algunas oportunidades o algo para poder completar esa parte. Claro.

¿Cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hija?

Bueno, al principio tal vez no la asignaba mucho, pues no, pero bueno, estaba siempre con mi señora, Y bueno, a veces me olvidaba cuando estaba ya empezando a comer, que ella también comía, ¿no? Porque de verdad yo pensaba que solo a veces me olvidaba de la estar, y había momentos que sí me olvidaba, preparé su papillita, o cosas así, que aún pensaba que tomaba su leche, ¿no? Pero hoy poco a poco, hasta ahora último, ya me estoy adaptando, sé qué es lo que

también me puede comer, qué es lo que necesito, si necesito agua, o otras cosas, ¿no?

¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hija?

Bueno, ser un poco más precavido en el tema de estar atento, también ver, estar un paso más adelante de las cosas que necesite, o evitar que tenga accidentes, o buscar que ella esté mejor en algunas cosas, si necesita algo ya saber, ya anticiparme, ¿no?

¿Y qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartirme?

el amor el amor de verdad es algo de verdad es un amor que no lo puedo explicar porque la veo y muchas veces me viene de alegría por más que venga de un trabajo muy agotado y por más que tal vez ella me haga reír se podría decir porque es como como le había explicado, escorre y también tengo miedo que se caiga, pero de verdad, el amor que tengo por Misa es muy grande, ya que, como digo, no tengo palabras para explicarlo, pero verla es mi todo, de verdad. Muchas gracias, la verdad que le agradezco bastante,

Anexo 2: Instrumento

FICHA DEMOGRÁFICA EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN	
<i>Título del estudio</i> :	Desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos
<i>Investigador (a)</i> :	Mariajose Guadalupe Munarriz Velez de Villa
<i>Institución</i> :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Datos personales:

1. Seudónimo:
2. Edad:
3. Grado de instrucción:
4. Ocupación:
5. Estado civil:
6. Lugar de nacimiento:
7. Distrito de residencia:
8. Personas con las que vive:
9. Número celular:
10. Correo electrónico:

Datos sobre su menor hijo (a):

1. Edad:
2. Sexo:
3. Distrito de residencia:
4. Personas con las que vive:

GUÍA DE ENTREVISTA	
<i>Título del estudio</i> :	Desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos
<i>Investigador (a)</i> :	Mariajose Guadalupe Munarriz Velez de Villa
<i>Institución</i> :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

1. ¿Cómo maneja el estrés diario relacionado con las responsabilidades de ser padre?
2. ¿Ha sentido inseguridad o dudas sobre su capacidad para cumplir con el rol de padre? ¿En qué momentos?
3. ¿Qué aspectos de la paternidad le generan mayor incertidumbre o preocupación?
4. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación emocional a las nuevas responsabilidades como padre?
5. ¿Cuáles son las actividades diarias que más disfruta al cuidar de su hijo?
6. ¿Qué rol desempeña en las rutinas diarias de crianza (como el baño, las comidas o el sueño)?
7. ¿Ha tenido dificultades para entender o comunicarse con su bebé? Si es así, ¿cómo las ha manejado?
8. ¿Cómo maneja el equilibrio entre su trabajo y sus responsabilidades familiares?
9. ¿Le preocupa el impacto financiero de la crianza a largo plazo?

10. ¿Cómo ha cambiado su percepción del rol de padre desde antes del nacimiento de su hijo?
11. ¿Qué habilidades ha desarrollado o mejorado a lo largo de la crianza de su hijo?
12. ¿Qué lecciones valiosas ha adquirido a lo largo de la crianza que le gustaría compartir?

Anexo 3: Hoja informativa

HOJA INFORMATIVA PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN	
<i>Título del estudio</i> :	Desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos
<i>Investigador (a)</i> :	Mariajose Guadalupe Munarriz Velez de Villa
<i>Institución</i> :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Declaración del investigador:

Lo estamos invitando a participar en un estudio para comprender los desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos. Este es un estudio desarrollado por una investigadora de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Los desafíos que enfrentan los padres primerizos a nivel internacional están arraigados en una combinación de expectativas tradicionales de género, falta de modelos de paternidad activos, dificultades para equilibrar el trabajo y la familia, y una carencia de sistemas de apoyo específicos. Estos factores hacen necesario un mayor enfoque en cómo los padres experimentan y navegan la crianza durante los primeros años de vida de sus hijos, para así proporcionarles los recursos y el apoyo adecuado en su transición hacia la paternidad (Doucet, 2018; Miller, 2017; Cabrera y Tamis-LeMonda, 2020). Es por ello que, en este estudio se pretende explorar los desafíos emocionales, laborales y económicos de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos, así como la experiencia en la relación con el hijo de los padres varones primerizos. También, se busca explorar las experiencias de aprendizaje y desarrollo de ellos.

La información que se le está proporcionando le permitirá decidir de manera informada si desea participar o no.

Procedimientos:

Si usted decide participar en este estudio se realizará lo siguiente (*enumerar los procedimientos del estudio*):

1. Deberá completar una ficha demográfica de 14 preguntas, donde se le preguntará sus datos generales de usted y su hijo (a).
2. Se realizará una entrevista de 12 preguntas de aproximadamente 30 minutos de duración, donde se le preguntará sobre los desafíos emocionales, laborales y económicos, así como desafíos en la relación

- con su hijo. También, sobre experiencias de aprendizaje y desarrollo.
3. Las entrevistas serán grabadas (audio/video) para su posterior transcripción e interpretación, en caso lo autorice. Si no lo autoriza, se tomarán notas en una libreta.

***Usted autoriza la grabación de la entrevista en audio y vídeo Sí ()
No ()***

Durante la entrevista, usted no podrá nombrar nombres de personas, facultades, instituciones y/o cualquier información que pudieran afectar o dañar la honra de terceros, durante la entrevista, en caso que esto sucediera, tendremos que eliminar esa información del archivo en presencia de usted.

Una vez que se realice la transcripción, las grabaciones serán borradas, quedando solamente el registro transcrito (formato virtual/físico) de la entrevista.

Riesgos:

El presente estudio no debería incurrir un riesgo para usted. Sin embargo, algunas preguntas le pueden causar incomodidad, usted es libre de responderlas o no; asimismo, si desea interrumpir la entrevista puede hacerlo, sin ningún tipo de perjuicio. En caso necesite de algún tipo de orientación y atención se le puede derivar inmediatamente con el servicio del departamento de psicología del nido.

Beneficios:

Brindará a los padres la oportunidad de reflexionar sobre sus vivencias, además de fomentar el autoconocimiento y el desarrollo de habilidades para enfrentar los retos de la crianza, los participantes contribuyen al avance científico, ayudando a visibilizar el rol activo de los padres en esta etapa crucial. Los resultados de este estudio pueden beneficiar tanto a las familias participantes como a la comunidad en general, promoviendo una mayor igualdad en la crianza.

Costos y compensación

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Le podemos garantizar que la información que usted brinde es absolutamente confidencial, ninguna persona, excepto la investigadora que manejará la información obtenida codificará las encuestas.

Usted puede hacer todas las preguntas que desee antes de decidir si desea participar o no, las cuales responderemos gustosamente. Si, una vez que usted ha aceptado participar, luego se desanima o ya no desea continuar, puede hacerlo sin ninguna preocupación, no se realizarán comentarios, ni habrá ningún tipo de acción en su contra.

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte a la investigadora Mariajose Guadalupe Munarriz Velez de Villa o llame al [REDACTED]. Asimismo, puede contactarse con el asesor del presente estudio, el Mg. Julio Domínguez Vergara o llame al [REDACTED].

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Dr. Manuel Pérez Martinot, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: duict.cieh@oficinas-upch.pe

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación UPCH: <https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasquejas>

Una copia de esta hoja informativa le será entregada.

Cordialmente,

Mariajose Guadalupe Munarriz Velez de Villa
Investigadora

Anexo 4: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN
(Adultos)

<i>Título del estudio</i> :	Desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos en la primera infancia de sus hijos
<i>Investigador (a)</i> :	Mariajose Guadalupe Munarriz Velez de Villa
<i>Institución</i> :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Lo estamos invitando a participar en un estudio para comprender los desafíos y experiencias de crianza de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos. Este es un estudio desarrollado por una investigadora de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Los desafíos que enfrentan los padres primerizos a nivel internacional están arraigados en una combinación de expectativas tradicionales de género, falta de modelos de paternidad activos, dificultades para equilibrar el trabajo y la familia, y una carencia de sistemas de apoyo específicos. Estos factores hacen necesario un mayor enfoque en cómo los padres experimentan y navegan la crianza durante los primeros años de vida de sus hijos, para así proporcionarles los recursos y el apoyo adecuado en su transición hacia la paternidad (Doucet, 2018; Miller, 2017; Cabrera y Tamis-LeMonda, 2020). Es por ello que, en este estudio se pretende explorar los desafíos emocionales, laborales y económicos de los padres varones primerizos de Lima Metropolitana en la primera infancia de sus hijos, así como la experiencia en la relación con el hijo de los padres varones primerizos. También, se busca explorar las experiencias de aprendizaje y desarrollo de ellos.

Procedimientos:

Si decide participar en este estudio se realizará lo siguiente:

1. Deberá completar una ficha demográfica de 14 preguntas, donde se le preguntará sus datos generales de usted y su hijo (a).
2. Se realizará una entrevista de 12 preguntas de aproximadamente 30 minutos de duración, donde se le preguntará sobre los desafíos emocionales, laborales y económicos, así como desafíos en la relación con su hijo. También, sobre experiencias de aprendizaje y desarrollo.
3. Las entrevistas serán grabadas (audio/video) para su posterior transcripción e interpretación, en caso lo autorice. Si no lo autoriza, se tomarán notas en una libreta.

¿Usted autoriza la grabación de esta reunión?

Sí () No ()

Durante la entrevista, usted no podrá nombrar nombres de personas, facultades, instituciones y/o cualquier información que pudieran afectar o dañar la honra de terceros, durante la entrevista, en caso de que esto sucediera, tendremos que eliminar esa información del archivo en presencia de usted.

Una vez que se realice la transcripción, las grabaciones serán borradas, quedando solamente el registro transcrito (formato virtual/físico) de la entrevista.

Riesgos:

No existe ningún riesgo al participar de este trabajo de investigación. Sin embargo, algunas preguntas le pueden causar incomodidad. En caso exista alguna pregunta que le haga sentir malestar o incomodidad es libre de retirarse de la entrevista

Beneficios:

Se le brindara tríptico con información útil para llevar una paternidad responsable o algo por el estilo.

Costos y compensación

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos su información con un seudónimo y no con nombres. Sólo la investigadora tendrá acceso a las bases de datos. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio.

USO FUTURO DE INFORMACIÓN

Se desea almacenar los datos recaudados en esta investigación por 10 años. Estos datos podrán ser usados para investigaciones futuras sobre el nivel de compromiso que han desarrollado los padres varones con sus siguientes hijos (as).

Estos datos almacenados no tendrán nombres ni otro dato personal, sólo serán identificables con seudónimos.

Si no desea que los datos recaudados en esta investigación permanezcan almacenados ni utilizados posteriormente, aún puede seguir participando del estudio. En ese caso, terminada la investigación sus datos serán eliminados.

Previamente al uso de sus datos en un futuro proyecto de investigación, ese proyecto contará con el permiso de un Comité Institucional de Ética en Investigación.

Autorizo a tener mis datos almacenados por 10 años para un uso futuro en otras investigaciones. Después de este periodo de tiempo se eliminarán.

SI (☐) NO (☐)

Autorizo que los datos recolectados en esta investigación puedan ser utilizados en futuros estudios relacionados, siempre garantizando mi anonimato y confidencialidad. También acepto que puedan contactarme nuevamente para participar en otros estudios de naturaleza similar.

SI AUTORIZO EL USO FUTURO DE MIS DATOS Y EL CONTACTO ADICIONAL (☐)

NO, NO AUTORIZO EL USO FUTURO DE MIS DATOS NI EL CONTACTO ADICIONAL (☐)

PARTICIPACIÓN EN UN ESTUDIO FUTURO

Sus experiencias son valiosas para conocer los desafíos únicos de su comunidad y la población. Para ello, deseamos realizar estudios posteriores (en un nuevo proyecto), por lo que requerimos volver a contactarlo para aplicarle pruebas psicológicas que permitan ver la evolución de sus vidas. Este proceso es realizado por la misma investigadora u otros investigadores de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, el cual no tendrá acceso a la identidad de usted. Para obtener un mejor contraste de información es factible realizar estudios posteriores hasta antes de los diez (10) años, por lo que, en caso usted acepte, lo contactaremos en un periodo no mayor a diez (10) años para realizar futuras investigaciones.

Previamente al uso de su información en un futuro proyecto de investigación, ese proyecto contará con el permiso de un Comité Institucional de Ética en Investigación

Recuerde:

En caso no desee participar en un estudio futuro, aún puede seguir participando del presente estudio.

Asimismo, si usted otorga su autorización, es libre de pedir en cualquier momento la eliminación de su ficha demográfica, ya sea durante o después de realizada la investigación.

A continuación, se le realizará cuatro (4) preguntas, consultándole sobre su participación en un estudio futuro.

1. ¿Acepta la autorización de su participación en estudios futuros a partir de los datos obtenidos en esta investigación?
 - a. Sí _____
 - b. No _____
2. ¿Autoriza que su ficha demográfica sea almacenada durante diez (10) años? Posterior a este tiempo, toda base de datos será eliminada por el equipo investigador.
 - a. Sí _____
 - b. No _____
3. ¿Acepta que sus datos personales sean utilizados en estudios posteriores?
 - a. Sí _____
 - b. No _____
4. ¿Desea que se le vuelva a pedir Consentimiento Informado cuando sus datos personales vayan a ser usados en un estudio nuevo?
 - a. Sí _____
 - b. No _____
5. ¿Desea que se le otorgue los resultados de las investigaciones futuras? (si la futura investigación consigna dar informe a los participantes).
 - a. Sí _____
 - b. No _____

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte a la investigadora Mariajose Guadalupe Munarriz Velez de Villa o llame al [REDACTED]. Asimismo, puede contactarse con el asesor del presente estudio, el Mg. Julio Domínguez Vergara o llame al [REDACTED].

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Dr. Manuel Pérez Martinot, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: duict.cieh@oficinas-upch.pe

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación UPCH: <https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasquejas>

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

**Nombres y
Apellidos
Participante**

Fecha y Hora

**Investigador
Mariajose Munarriz
V.**

Fecha y Hora

Factores que influyen en la Salud Mental

Internos

Algunos de los factores internos que pueden afectar la salud mental son: Genes, Química del cerebro, Antecedentes familiares de problemas de salud mental.

Externos

- El lugar donde se vive
- El instituto/universidad/trabajo
- El consumo de drogas legales o ilegales
- Situaciones estresantes (Problemas financieros, divorcio, muerte de un ser querido, etc)
- Experiencias traumáticas

Anexo 6: Tríptico

Señales de alerta

- Cambios en el estado de ánimo: Desánimo, irritabilidad o tristeza persistente.
- Aislamiento social: Evitar la interacción con amigos, familiares o actividades que solían disfrutar.
- Fatiga constante: Sentirse cansado o abrumado, incluso después de descansar.
- Dificultad para concentrarse: Problemas para tomar decisiones o enfocarse en tareas cotidianas.
- Alteraciones en el sueño: Insomnio, pesadillas o dormir en exceso.
- Cambios en el apetito: Aumento o pérdida de peso significativa sin motivo aparente.
- Desinterés por la crianza: Falta de interés o motivación para participar en actividades familiares o en la crianza de los hijos.
- Aumento en el uso de sustancias: Incremento en el consumo de alcohol, drogas u otras sustancias.
- Sentimientos de culpa o inutilidad: Pensamientos negativos recurrentes sobre uno mismo o la capacidad como padre.
- Comportamientos autodestructivos: Hablar sobre el daño a sí mismo o tener pensamientos suicidas.

Cómo encontrar un equilibrio

Establece límites claros. Sé amable contigo mismo

Comunica tus necesidades.

Organiza tu tiempo y sé flexible

Busca apoyo. Recuerda que está bien pedir ayuda profesional

Establece tiempo de calidad

Anima a buscar ayuda profesional