

PATERNIDADES CORRESPONSABLES Y CRIANZA RESPETUOSA

¿Qué son las paternidades corresponsables o paternidades activas? Se facilita en estas páginas un espacio de reflexión sobre cómo ejercer una paternidad corresponsable o paternidad activa, que asume la responsabilidad de la educación y cuidado e impacta en el funcionamiento y la vida de las familias y la totalidad de sus integrantes. José Ramón Ubieto plantea que los cuidados dirigidos a los/as hijos/as son una buena vía de redefinir la masculinidad en un momento en el que el patriarcado ya no funciona como referente.

Las paternidades corresponsables exigen participar de manera activa en la crianza. Se trata de transitar hacia nuevas formas de crianza que priorizan el afecto, el apoyo emocional, la participación igualitaria de los padres en las tareas de cuidados etc. La involucración activa en las siguientes dimensiones es la que permite trazar el recorrido hacia nuevas formas de *paternar*: Presencia, accesibilidad, apertura emocional y apego; Compromiso activo en la tarea de cuidados; Involucración en la tarea de desarrollo evolutivo de hijos/as; Responsabilidad en las actividades de hijos/as; Presencia y tiempo de calidad con la familia; Modelo de conducta adecuado.

¿Resulta beneficioso ejercer una paternidad activa?

Es creciente la evidencia científica que demuestra los beneficios que produce ejercer una paternidad corresponsable o activa en tres ámbitos fundamentales relacionados con el bienestar: de los hijos e hijas, de la pareja y del propio padre.

Se ha demostrado que las paternidades activas producen grandes beneficios en el desarrollo de los niños y las niñas. En primer lugar, se abre la posibilidad de aprender, desde el ejemplo de su propia familia, valores como la igualdad, la responsabilidad y la participación. Por otra parte, algunos de los impactos positivos tienen que ver con avances que se producen en la primera infancia, de cero a tres años, como: aceleración del desarrollo cognitivo, aumento de competencias sociales, mayor estabilidad psicológica y emocional, exploración del entorno, autonomía, autoestima, capacidad de expresar emociones y un largo etcétera que redundan en beneficio del desarrollo integral de los hijos y las hijas.

¿Qué sucede con el cerebro de los padres cuándo ejercen una paternidad activa? A lo largo de décadas han sido y son objeto de estudio los cambios hormonales y cerebrales que se producen en las mujeres durante el embarazo y el postparto. En este momento está abierta una nueva línea de investigación en relación con los cambios cerebrales de los padres. Se trata de una investigación reciente que deberá ampliarse, pero que cuenta ya con



evidencias de modificaciones similares a las de las madres en los cerebros de los padres.

Son dos las hormonas que investiga este estudio: la testosterona y la oxitocina, encontrando niveles más bajos de testosterona en los hombres que son padres y más bajos aún en los padres más involucrados en la crianza.

En cuanto a la oxitocina, la hormona estrella que favorece los vínculos afectivos y el apego: los niveles aumentan en los padres que mantienen más contacto afectivo con sus bebés. La oxitocina favorece la creación de vínculos más estrechos y provoca un efecto reductor de estrés y del estado de alerta de las personas, bajando así la presión arterial y el ritmo cardíaco.

Las paternidades activas se relacionan de manera muy estrecha con la crianza respetuosa. Este tipo de crianza se basa en un eje fundamental: respetar los derechos de niños y niñas como sujetos plenos. UNICEF, la organización de las Naciones Unidas para promover y defender los derechos de la infancia, señala que hay que apostar por “una crianza libre de violencias que, a partir del trato respetuoso desde la educación, cuenta con mejores probabilidades para ser efectiva, saludable, adecuada y promover, no solo los aprendizajes necesarios, sino el bienestar psicológico de los hijos e hijas”.

La crianza respetuosa está ampliamente investigada y respaldada científicamente. Es un factor de protección fundamental no solo en la primera infancia, también de prevención de conductas desadaptadas o de riesgo en la etapa adolescente y adulta.