



Gobierno de Chile
gob.cl

Ministerio de Salud
Gobierno de Chile

Ministerio de Desarrollo Social
Gobierno de Chile



Paternidad activa

Criar y cuidar es también tarea de hombres: ¡Empápate!

La incorporación activa de los padres en la crianza de los hijos e hijas desde la gestación, beneficia su desarrollo integral y el bienestar de toda la familia.

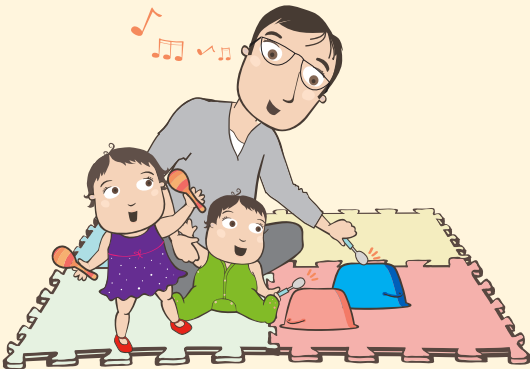


¿Sabías qué?

Niños y niñas que cuentan con un padre involucrado durante su infancia, tienden a presentar:

- Menos problemas conductuales.
- Mejor rendimiento escolar.
- Menos conflictos con la ley.
- Mejores indicadores de salud mental en la adolescencia.

Ser un **papá activo implica proveer económicamente**, pero es mucho más que eso:



7 claves para ser un papá activo:

1. Construye un vínculo con tu hija o hijo desde la noticia del embarazo:

A lo largo de toda la gestación, tu guagua podrá vincularse con la mamá y también contigo.

Háblale, cántale, siente sus movimientos. Elige junto a tu pareja, el nombre.



Alrededor del cuarto mes de gestación, las guaguas comienzan a escuchar.

Tu voz y tu música preferida son excelentes medios para comunicarse.

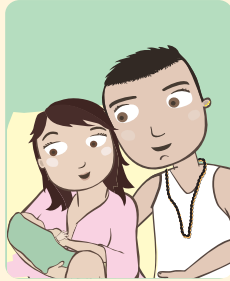


2. Asiste a sus controles, ecografías y talleres prenatales:

Anota todas las fechas y pide certificados para presentar en tu trabajo. Si no pudiste estar en alguna de estas actividades, pide a la madre que te cuente cómo va la gestación de tu hijo o hija y cómo puedes apoyarla.

3. Participa activamente en el nacimiento de tu hija o hijo:

Chile Crece Contigo establece que las madres pueden estar acompañadas por el padre o persona significativa **a lo largo de todo el parto**, en los hospitales de la red pública de salud.



4. Sé protagonista de su cuidado diario:

Calma su llanto, múdale, cambiale su ropa, báñale, prepara su comida y aliméntale. Es en estos momentos de cuidado diario donde se construye la seguridad en el apego entre tu hijo o hija y tú.



5. Construye momentos exclusivos con tu hijo o hija:

Ir de paseo a algún lugar que les guste a ambos, un juego que sólo hacen entre los dos, una canción que tú le enseñaste. En resumen, cualquier actividad que sea sólo entre ustedes y que ambos disfruten.



6. Encuentra un equilibrio entre paternidad y trabajo:

Muchas veces es difícil conciliar ambas cosas, pero los niños y niñas crecen rápidamente y hay muchos momentos que no vuelven a repetirse.



7. Cuida y cría siempre con respeto y buen trato:

Cada etapa de tu hijo o hija trae desafíos y satisfacciones. Sus necesidades serán también diferentes a medida que vaya creciendo. Acompáñale en su desarrollo con paciencia y cariño. **Cuando necesites ayuda u orientación llama gratis a Fonoinfancia desde cualquier lugar del país y un equipo de psicólogos te apoyará.**

FONONIANCIA

800 200 818

Apoyo psicológico gratuito para la crianza



Encuentra más materiales e información sobre estimulación, crianza respetuosa y desarrollo infantil en:

www.crececontigo.cl

 @CreceContigo

 chrececontigo

 Chile Crece Contigo

Chile Crece Contigo está comprometido con la protección y el desarrollo de niñas y niños.
Forma parte del sistema de protección social.