

TRADUCCIÓN

Papá, Papi, Baba o Tata: La influencia del padre en el desarrollo del niño pequeño.

Entrevista con Kyle Pruett MD

P: Hola y bienvenidos a la nueva e interesante serie de transmisiones de Zero to Three para los padres. Niños Pequeños, Grandes Preguntas, que es posible gracias al generoso patrocinio de la fundación Met Life. Zero to Three es una organización nacional sin fines de lucro dedicada a la salud y el desarrollo del bebé, niño pequeño y su familia.

Me llamo Susan Romero, lo que va a escuchar es la traducción al español de una entrevista conducida por Annie Pleshette Murphy, que es miembro de la mesa directiva de Zero to Three. Yo voy a hacer la parte de Annie. Carlos Cardenas va a hablar la parte del Dr. Kyle Pruett quien estará con nosotros hoy hablando del papel único e importante que juega el padre en la vida del niño pequeño. Kyle es profesor clínico de psiquiatría del niño en la Facultad de Medicina de Yale (Yale School of Medicine) y anteriormente fue presidente de Zero to Three. Es el autor de muchos libros para padres, pero uno que creo es el más relevante para nuestra discusión de hoy es un libro que se llama "Crianza con el compañero" (Partnership Parenting) que escribió junto con su esposa Marsha Kline Pruett. Procedamos con la entrevista. Muchas gracias por estar con nosotros hoy Kyle.

R. Estoy aquí con mucho gusto Annie. Gracias

P. Vamos a hablar de un tema que es muy entrañable para usted, su trabajo, su vida, que es el papel crítico que tienen los papás en la vida de los bebés y niños pequeños. Quisiera comenzar, Kyle, con una anécdota que usted me contó no hace mucho tiempo. He estado pensando en ella y me sonrió al recordarla, y me gustaría que la repitiera ahora. Creo que estaba usted haciendo una presentación, como lo hace a menudo, con padres, y un abuelo se acercó a usted después de la plática, creo que es así ¿era un abuelo?.

R. Así es, en efecto. Era un caballero que se veía muy distinguido, y que de hecho estuvo de pie durante casi toda la presentación, se veía como que iba a salirse si se aburría. Después se me acercó y dijo: "lo he estado esperando para decirle algo. Soy un abuelo muy participativo, muy envuelto con mis nietos, pero no lo fui así como padre, y me ha estado molestando mucho esto". Ah, y le dije: "Pero cómo ocurrió ese cambio?". Y me dijo: "Es que mi hijo me dio la oportunidad de compenetrarme en su familia, de entrar en ese hogar muy tierno y reconfortante que él y su querida esposa habían creado. Estuve allí, no en el trabajo de parto y

el nacimiento mismos, pero sí estuve en el hospital y entonces, vi a mi nieto en los brazos de mi hijo. Y éste se había transformado instantáneamente por esa experiencia. Se veía de un modo distinto a como era antes” ...”Y eso me hizo recordar una decisión tonta que habíamos hecho mi esposa y yo, de que yo no me iba a involucrar mucho con los niños sino hasta que pudieran realmente hablar, porque no sabía qué hacer con ellos, hasta que empezaran a hacer preguntas, y luego sí sabría cómo responder”.”Me duele el alma, ahora que observo estos momentos entre mi hijo y mi nieto, y los he empezado a emular, y ahora estoy cargando al niño. He aprendido a darle un baño, he aprendido a envolverlo con su cobijita cuando está llorando. He empezado a cantarle cuando tengo tiempo, y ahora me doy cuenta de lo que me perdí y lo que vi en los ojos de mi hijo... Ay, qué pérdida de tiempo haber esperado estando al margen, mientras mis hijos estaban creciendo y, yo, yo quisiera decirle a todo el mundo que me quiera escuchar, qué tan importante es estar allí desde el principio, porque no sólo cambia a los niños. Lo oí hablar de esto, Dr. Pruett. Quiero decir, cambia al hombre mismo, yo he observado a mi hijo cambiar, y lo he sentido conmigo mismo. Yo ya soy, como ve, un viejo, y aún así me afectó. Entonces, esto es algo muy poderoso, mucho más poderoso de lo que yo había creído y, caray, ahora me siento un hombre con suerte, de que no huí de mi vida completamente. Soy un viejo con suerte”.

P. Vuelvo a sonreír al oír esta historia de nuevo. Hubo dos cosas que me llamaron la atención. Una es preguntarle a usted si cree en verdad que las cosas han cambiado, de que de hecho fue el padre el que trajo a este bebé a conocer a su abuelito, si eso es algo muy distinto a como eran las cosas antes. Y si eso es algo que lo alegra, dado que usted sabe qué tan importante es que los papás estén envueltos desde temprano. ¿Piensa usted que la mayoría de los papás aún sienten que no deben estar tan envueltos, que no hay mucho que ellos puedan hacer u ofrecer al bebé si la mamá está amamantando al niño, y ella le provee la mayoría de los cuidados, que hay que esperar hasta que el niño pueda hablar y hacer preguntas? ¿Están cambiando las cosas?.

R. Sí están cambiando, Annie. Lo he observado durante los últimos treinta años en que he estado interesado en este asunto. Necesité presentar una carta firmada que me dio permiso para estar presente en el trabajo de parto y el nacimiento de mi primer hijo, que ahora tiene 40 años. Hay que aclarar que este era el mismo espacio de trabajo de parto y de atención de partos en el que yo había atendido nueve partos cuando había sido un interno en medicina. Fue una cosa increíble que necesitara tal carta. Hoy en día todo el mundo espera que el padre esté presente. Se espera que por ejemplo, corte el cordón umbilical, o que le de apoyo a la parturienta o al bebé de alguna manera. Y esto ha sido un cambio profundo. Pero también lo he visto en muchas otras áreas. El curso de desarrollo del niño que he estado enseñando por muchos años, antes sólo tenía alumnas mujeres, en los años 70s, y ahora es más o menos la mitad de hombres. Y los hombres están allí no porque hayan perdido una apuesta, sino que

tienen la expectativa de que aprenderán algo para saber luego lo que están haciendo. Los hombres detestan no saber qué hacer. Y la expectativa de sus novias, compañeras, o potenciales compañeras es que van a criar al niño juntos, con ellas, y claro que esa no era una expectativa cuando yo era joven.

P. Sí, hablemos un poco acerca del papel único que el papá tiene en la vida de los niños. Sé que esta es una pregunta demasiado amplia. ¿Qué les diría usted para animar a los papás para que estuvieran allí muy cercanos y participando desde el principio?

R. Bueno, la mayoría se muestran reticentes a hacer algo si no saben cómo hacerlo. Y con buenas razones. Quiero decir, se sienten un tanto torpes cuando están tratando de bañar o cargar al bebé en sus brazos, o alimentarlos, pero eso no les impide intentarlo. Y una de las cosas que sabemos es que los padres, cuando están tan involucrados, no tratan al niño como una madre, más bien como padre. Lo que significa esto es que en general los padres interactúan con el niño en forma física y activadora, más que las madres, si uno los compara. A las madres les encantan abrazar al bebé cerca de su pecho, lo confortan, lo protegen, lo sostienen. Los papás, cuando cargan en brazos a sus hijos, les gusta más sostenerlos de lado, cargando el peso con la palma de la mano.

P. Como decían antes, como un balón de fútbol americano.

R. Si, sí. Y la mamá carga al bebé como si lo protegiera del mundo, y el papá como si fuera un adorno en el frente de un automóvil.

P. ¿Con la cara hacia adelante?

R. Así. Como si les estuvieran diciendo: "vamos a encarar al mundo juntos". Estas son diferencias sutiles, pero es interesante observarlas. Los padres tienden a jugar más bruscamente con sus hijos que las madres. Al cargarlos, es más probable que se los acerquen a su cuerpo inmediatamente. Entonces los voltean, a veces los ponen de cabeza, los avientan en el aire. Van a jugar con ellos. Y los padres le dicen a uno: "Me gusta que me preste atención" cuando están con ellos. Las madres es como si dijeran "Hay que calmarlos. Ya es suficiente, recuerda que no hemos dormido bien. No queremos que el niño se excite demasiado". Las mamás también tienden a interactuar con sus hijos para evitar que se frustren. Uno tiende a ver que los padres hacen esto un poco menos, y tratan de ayudar que sus hijos hagan frente a la frustración. "Lo tengo que alistar para el mundo externo. Nadie le va a cortar la corteza al pan cuando vaya a la universidad, entonces vamos a ver cómo puede arreglárselas, y si eso significa que se ponga un poco molesto, voy a dejarlo un poco a sus propios recursos cuando sé que puede resolver el problema". Las mamás y papás implementan la disciplina de un modo un tanto distinto. Cuando el niño es algo mayor, las madres imponen la disciplina en el contexto de una relación emocional, por ejemplo: "porqué me desobedeciste" "no me haces caso" "estoy

molesta contigo. Nuestra relación está un poco alterada”. En cambio, el papá más probablemente usara la disciplina de este modo: “ Hazme caso o vas a meterte en un lío”, “ sé como hacer que tu vida sea mejor en este mundo, y quiero que tú también lo aprendas”, “Estoy menos interesado en cómo se siente la relación emocional entre nosotros”. Es más probable que usen el sentido del humor, por ejemplo para bromear con el niño, a veces un poco provocativamente. Estas diferencias, creo yo, están basadas en la socialización del padre y la madre. Pero son diferencias que parece que les importan a los niños.

P. Sí. Hable por favor un poco de esto. Muchos padres me dicen respecto al padre “No hace las cosas del mismo modo que yo”, y me gustaría oírlo hablar de cómo el bebé se beneficia de estar expuesto a distintos estilos de crianza.

R. Ha hecho dos preguntas fascinantes Annie. Hay evidencia empírica de que los bebés, tan pequeños como de seis semanas, ya responden diferencialmente al estilo paternal en comparación con el maternal. Por ejemplo el trabajo hecho por Michael Yogman en Boston. Cuando la madre va a cargar al bebé y sacarlo de su sillita, por ejemplo después de alimentarlo, el bebé de seis semanas, al ir a cargarlo la mamá, aquél entrecierra los ojos, los hombros se relajan, disminuye la frecuencia cardíaca y respiratoria, se hace más lenta y regular. Entonces el bebé se empieza a tranquilizar y calmar. Y por otra parte, el padre, con el bebé también de seis semanas, va a tomarlo en brazos y lo que pasa es muy diferente desde el punto de vista fisiológico. Los ojos se abren, el cuello tiende a extenderse, los hombros se levantan, en vez de relajarse, y las frecuencias cardíaca y respiratoria se hacen un poco más rápidas, como si el bebé dijera: “ Ah, papá, hora de la diversión”. Parece que hay cierta ventaja en que el niño pueda distinguir entre el estilo del padre y el de la madre. Y entre los niños de más de un año, éstos más a menudo se acerca al papá para tener una actividad física. Quieren usar el cuerpo de su padre como si fueran juegos en el parque. La mamá es como si dijera : “No gracias, ya usaste mi cuerpo, ahora es para mí. Ve a jugar con tu papá si quieres jugar así”.

P. Lo que está diciendo es que todo esto es bueno para los niños, que necesitan ambos estilos, si es posible. El bebé necesita la sensación de “ aquí viene mami, me puedo relajar, me va a calmar” y también “aquí viene papi, va a ser muy divertido, me va a estimular”. Y el hecho es que los papás no tienen que criar a sus hijos como las mamás, sino al contrario, que tienen estilos diferentes que el niño tolera , y me imagino tal vez necesita.

R. Bueno, creo que esa es la segunda pregunta, que había yo estado evitando. Ahora la voy a contestar, ya que usted me regresó al tema.

P. ¿Sí?. ¿Quién es mejor” . Nada más dígamelo Kyle.

R. La crianza es como un entrenamiento a la hora de tener qué hacer las cosas, tanto para la madre como para el padre. Con frecuencia la madre ha tenido más apoyo social. Practica con

los niños de otras mujeres, y también recibe apoyo cuando lo hace. Claro, también se les critica mucho por no hacerlo tan bien, por parte de otras madres, hay que decirlo. Pero la madre marca la pauta, como si dijera “ Querido, por favor hazlo como yo. Yo ya sé cómo hacerlo. Es más fácil si cuando llevas al niño afuera de la casa, no lo saques cuando ya está muy cerca la hora de su siesta. Por favor, no le des de comer demasiados sólidos hoy. Por favor, asegúrate de que la ropa que le pones combine bien. Si lo llevas afuera, y se encuentran a alguien del barrio, quiero X, Y y Z”. Entonces, la madre a menudo, sin quererlo, transforma al papá en una especie de empleado, más que apoyar la relación de éste con el niño.

R. Entonces, criar al niño conjuntamente, no es una cuestión de que cada quien haga el 50%. Uno tiene que ser guiado por lo que el niño necesita. Si el niño se despierta en mitad de la noche, es más confortante para él si el papá lo atiende, pues no lo puede alimentar al seno materno, ya que no tiene leche en su cuerpo. Sólo ella la tiene. Y esto va a desorientar un poco al niño porque, pareciera que ambos deben alimentarlo cuando tiene hambre y la situación es intensa. Otras veces, sin embargo, la mamá es la que tiene que responder para aliviar el malestar del niño. Entonces estamos hablando de una co-participación y toma de turnos por parte del padre y la madre. “ yo voy a responder mientras tú duermes” y “ te dejo dormir si me toca a mí mi turno de atender al niño”.

P. ¿Hay otros temas que surgen para los padres, digamos en el primer año de vida del bebé, cuando apenas se las arreglan para satisfacer todas las necesidades del bebé?

R. Cuando uno no ha estado durmiendo bien durante seis meses, cuando no puede recordar porqué se casó con esta persona, mientras que antes uno se sentía competente, luego viene la tarea de la crianza y, Dios mio, uno se siente tan tonto como un alcoroquo. No estamos acostumbrados a sentirnos tan incompetentes. Entonces, si está pensando en tener hijos, tenga estas conversaciones, porque el trabajo que se ha hecho en el tema de crianza conjunta nos dice que es útil hablar de todo esto antes de tener al niño, antes de que el niño cumpla un año, porque esa edad es por así decirlo, el Apocalipsis de la crianza conjunta, así, la crianza del niño a esa edad será más fácil para ambos. Se dará cuenta de que: “esto es algo de lo que ya habíamos hablado. Creo que tú estás diciendo X y yo estoy sintiendo Y. Esta conversación se trata más bien de nuestro sistema de creencias. En realidad no se trata de si estoy haciendo lo correcto o incorrecto, o al contrario tú lo haces bien o mal. Se trata de lo que creemos. Demos un poco marcha atrás, y hablemos otra vez del tema”. Y esto lo puede volver a un estado de colaboración, en vez de competir. Esta es una distinción difícil de hacer cuando uno está exhausto y se siente derrotado. Todos esos temas, el dormir, la comida, la disciplina, lo que pensamos respecto a la televisión, nuestra reacción a los videos de “bebé Einstein”, qué pensamos de la caricatura “Bob Esponja”, ¿ cuál es nuestra posición respecto a que la abuelita cuida a nuestros hijos?¿qué crees que debemos hacer respecto a nuestra relación?¿Cómo

vamos a mantener nuestro matrimonio estimulante al mismo tiempo que nos sentimos consumidos por lo que tenemos que hacer'. Estos temas de balancear la carga de trabajo, son buenas conversaciones en esos momentos, porque una vez que llega el bebé, todo se centra en el pequeño.

P. Ya veo, qué sugerencia tan inteligente. Esto se relaciona con algunos de los datos que obtuvimos de la investigación que realizó la firma Hart con el patrocinio de Zero to Three, con alrededor de 1600 padres, y Kyle, un par de cosas que usted acaba de mencionar, se reflejaron en los resultados. Por ejemplo, los papás nos dijeron que para ellos temas como el sueño y la alimentación eran más difíciles que para las madres. Los berrinches no les preocupaban tanto, mientras que las mamás nos decían que esa era precisamente su primera preocupación, la conducta que más las afectaba. ¿A qué cree usted que se deba esto?.

R. Hay algunos hallazgos de la investigación, que yo llamo basados en el género. Por ejemplo, los papás tenían alrededor de la mitad de preocupación respecto a los berrinches que las madres. Y creo que las mamás se toman los berrinches de un modo más personal que los padres. No es sólo porque las mamás tienen que lidiar con ellos más frecuentemente que los padres. Creo que ellas sienten que le han fallado al niño si éste se va a poner tan fuera de control. Quiere decir que están haciendo algo mal, es como un testimonio de que no lo están haciendo bien. Los papás ven los berrinches como una conducta inmadura, tonta, ineficaz y dicen algo como :” y para qué vas a hacer berrinche, sólo te vas a sentir avergonzado después”. A los papás tiende a preocuparles menos que le niño muerda, pelee o pegue a otros niños. Las mamás tienden a ver todo esto como una conducta más o menos antisocial. Los papás tienden a verlas como una forma inmadura y torpe de resolver un problema. Entienden porqué uno podría querer hacer esas cosas, pero le dicen al niño que la próxima vez mejor use las palabras.

P. Hemos hablado ya bastante del impacto que tienen los papás en los hijos, y de la importancia de la crianza conjunta, sobre todo en cuanto a hacer que los papás participen, y que vean que eso es algo que los va a beneficiar en formas que muchos padres no fueron criados para creer que así fuera.

R. ¿Sabe?, he pensado mucho en esto Annie, porque la evidencia empírica de los efectos positivos del involucramiento del padre en toda la vida de los hijos varones es muy convincente. Sabemos por ejemplo que los hombres que son padres viven más tiempo que los hombres que no tienen hijos. Sé que uno no siente todo esto cuando está criando al niño pequeño. Pero los datos estadísticos nos dicen que así es. Los hombres que son padres tienen menos accidentes, tienen menos muertes por suicidio, y tienden a cambiar de trabajo con menor frecuencia. Entonces, entre más cercano esté uno a sus hijos, le irá mejor en su salud mental y física.

P. ¿Qué les puede decir a los papás que están en la situación que el matrimonio no perduró... Habrá formas de ir más allá del enojo y el dolor que los esposos pueden sentir uno con otro, para así mantener envuelto al papá?.

R. Eso es totalmente realizable. No es fácil. Es complicado. A veces desde el punto de vista de la logística es casi una pesadilla, sobre todo en el mundo en que vivimos que la gente hace múltiples cosas a la vez. Pero cuando uno habla con niños que tienen una madre y un padre que continuaron haciendo sacrificios por ellos, que le hicieron las cosas más fáciles al otro progenitor, que en verdad se apoyaron uno al otro, que no hablaban mal uno del otro, que no menoscabaron al otro, ni manipularon los cambios en los horarios, etc. etc., oír que estos niños dicen: "Extraño mucho el matrimonio de mis padres, pero me criaron bien. Y respeto lo que tuvieron que hacer para favorecer que me sintiera querido y protegido durante todos esos años. Sé que no fue fácil-". Esa es una historia más común que la opuesta.

P. Si. Qué bueno. Está bien que la gente lo sepa.

R. Creo que eso implica tener una especie de respeto por lo que el otro contribuye, que no se trata de "haces las cosas a mi modo o no participas", así cuando mi horario se complica, voy a recurrir a ti primero que a nadie más, no contratar a una niñera y luego ver si tú quieres pasar tiempo extra con los niños. Voy a asegurarme de que sepas cuándo es tiempo de poner otra vacuna, es decir, realmente tratar al ex-compañero como alguien cuya presencia en la vida del niño aprecia uno. Hay que recordar que ya no se trata de uno, se trata del niño.

P. Kyle, una de las cosas que ha hecho Zero to Three, y lo ha hecho muy bien, es el trabajo con familias de militares. Y claro, una cosa es estar divorciado. Pero digamos que el papá ha sido enviado a alguna parte, o hay una situación en que el papá tiene que pasar períodos muy largos lejos de los hijos ¿es posible mantener esa conexión?.

R. Los hombres y mujeres que de pronto se encuentran separados uno del otro y tienen niños pequeños, en realidad muestran una dedicación a mantener viva la imagen del otro progenitor, que ha sido algo que sobrepasa nuestra imaginación. Hay ahora instrumentos, como el sistema de Skype de comunicación a través de video en la computadora, mandar faxes, todo esto da la oportunidad de mantener una imagen visual del padre o madre ausente, y esto ha sido extremadamente útil para los niños y para las madres, o los padres, si es que ellos son los que se quedaron en la casa. Son un tanto incomprensibles para los niños muy pequeños que no entienden la diferencia entre una imagen real y una digital, pero es un precio pequeño el que se paga, esa sensación de incomprensión, para que la madre pueda sentir ese apoyo que le da el padre cuando los llama por el sistema Skype, o cuando les envía un fax, o lo que sea que esté haciendo para comunicar: "Vamos a ver qué está haciendo tu papá", eso es tan diferente de la era pre-digital, en que los padres simplemente se desaparecían. No había una imagen de él.

Ahora vemos que las reuniones son más fáciles. También la reintegración. No es un asunto simple, pero son más fáciles que antes, porque el niño y la madre, o el padre que se quedó en la casa, han sentido la vivacidad de la persona que permite ver la imagen, una imagen fresca por medio de la comunicación digital. Entonces el mensaje es: "Puede ser que papá no esté aquí, pero lo queremos. Es importante para nosotros y nosotros somos muy importantes para él. Vamos a hacerle un dibujo, y se lo mandaremos por fax esta noche".

P. Entonces, Kyle, ha hablado de todas las cosas maravillosas que los padres traen a la vida de sus hijos, la forma en que los crían, la forma en que abordan los temas de disciplina, muy distinta de la de la madre, y cómo motivan y lo que logran con sus hijos. Entonces tengo esta imagen muy agradable de este maravilloso papel que tienen los papás en la vida de los hijos cuando éstos son muy pequeños. ¿Pero qué se sabe acerca del efecto a largo plazo en la vida de los niños?

R. Bueno, cuando hablamos del impacto que tienen los papás en la vida de sus hijos a través del tiempo, no estamos hablando sólo de hombres que son los padres biológicos. Estamos hablando de hombres que están comprometidos con el bienestar emocional de los hijos. Pueden ser padrastros, abuelos, un tío muy querido. Lo que importa parece ser es que estén involucrados de un modo que apoye los esfuerzos de crianza de la madre, y que perciban las necesidades del niño como su obligación. Y cuando eso sucede, vemos que los niños se benefician, desde el punto de vista conductual, educativo y emocional. Los niños que han tenido esta clase de hombres en su vida, muestran una frecuencia mucho menor de tener problemas con el sistema de delincuencia juvenil. Tienen mayor probabilidad de resolver problemas. Con mayor frecuencia usan estrategias no violentas para resolver problemas, como golpear, gritar o asustar. Es más probable que los jóvenes postpongan su primer contacto sexual hasta la adolescencia o la edad adulta joven. Hay algo relacionado con tener estos compañeros en la vida, que hace que uno tenga como más respeto por su cuerpo, un poco más y no anda buscando el amor en lugares perniciosos. Desde el punto educativo, siguen yendo a la escuela mayor tiempo. Se observará que los niños tendrán mejores puntajes en términos de su habilidad verbal y motriz. Y eso es un misterio, pues siempre se hacen bromas con el hecho de que los hombres no hablan, y no entendemos muy bien cuál es aquí el mecanismo causa-efecto, pero se sabe que el vocabulario del padre es un mejor factor de predicción en la competencia verbal de los niños que el de la madre.

P. ¿En verdad? ¡Qué interesante!

r. En las chicas, vemos mejor capacidad para resolver problemas abstractos de matemáticas en el cuarto y quinto grados cuando han tenido a una figura paterna en sus vidas. Esos son los beneficios educacionales.

P. Que bueno. Kyle, ha sido fantástico. No le puedo agradecer lo suficiente. También le agradezco por su trabajo con los padres y niños, y con Zero to Three.

R. Gracias Annie. Tal vez podamos tener otra plática.

P. Muy bien. Gracias

R. Bien, hasta pronto.