

**PROGRAMA ANDALUZ PARA LA PROMOCIÓN
DE LA PARENTALIDAD POSITIVA
DURANTE LA PREPARACIÓN AL NACIMIENTO Y LA CRIANZA**



PROGRAMA andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza [Recurso electrónico] / Autoría: Maite Román...[et al.]. -- [Sevilla] : Consejería de Salud y Consumo, 2025.

Texto electrónico (pdf), 21 p.

1. Responsabilidad parental. 2. Embarazo. 3. Crianza del niño. 4. Relaciones padres-hijo. 5. Nacimiento. 6. Promoción de la salud .I. Román Rodríguez, Maite. II. Andalucía. Consejería de Salud y Consumo.

WS 105.5.F2

Autoría:

Maite Román¹, Jesús Palacios¹, Carmen Moreno¹, Alfredo Oliva¹, Lucía Antolín-Suárez¹, Rosa Estévez¹, Diana Pascual¹ y Antonio Garrido².

¹Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Universidad de Sevilla

²Consejería de Salud y Consumo, Junta de Andalucía

La Consejería de Salud y Consumo ha editado esta publicación en el marco del Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza, que se impulsa dentro del Plan Estratégico de Salud de la Infancia y la Adolescencia de Andalucía 2023-2027.



Esta obra está bajo una licencia Creative Commons [Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Título: Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.

Edita: Junta de Andalucía. Consejería de Salud y Consumo. 2025

Responsable de la edición: Dirección General de Salud Pública y Ordenación Farmacéutica.

Consejería de Salud y Consumo: <https://juntadeandalucia.es/organismos/saludyconsumo.html>

Repositorio Institucional de Salud de Andalucía: www.repositoriosalud.es

Resumen

La transición a la maternidad y la paternidad representa una etapa evolutiva muy significativa que se verá facilitada por un acompañamiento que promueva las competencias parentales. En el marco de la estrategia para la promoción de la parentalidad positiva en el sistema sanitario público andaluz, conocida como Proyecto Apego, se diseña el Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza con el objetivo de promover el ejercicio positivo de la parentalidad en mujeres y hombres que esperan un hijo o una hija. Este programa constituye una propuesta psicoeducativa, comunitaria y capacitadora en el ámbito de la promoción y prevención primaria. Esta actuación, que aborda temas como la vinculación, el cuidado del recién nacido o el estrés parental, ofrece tanto recursos dirigidos a profesionales para su uso en visitas individuales y en sesiones grupales, como recursos dirigidos directamente a las familias. El propósito del programa consiste en optimizar el desarrollo infantil y el bienestar de las familias a través del apoyo y la formación, basándose en un enfoque positivo que potencia las capacidades de los futuros padres y madres. En este texto se describen las principales características y los recursos del programa.

Palabras clave: Parentalidad Positiva, Psicología Perinatal, Embarazo, Nacimiento, Crianza, Atención Sanitaria

Abstract

Andalusian program for the promotion of positive parenting during preparation for birth and child-rearing

The transition to parenthood represents a significant developmental stage that can be facilitated by support that promotes parental skills. Within the framework of the strategy for promoting positive parenting in the Andalusian health system, known as the Attachment Project, the Andalusian Program for the Promotion of Positive Parenting during the Preparation for Birth and Child-Rearing has been designed with the aim of promoting the experience of positive parenting among women and men expecting a child. This program constitutes a psychoeducational, community-oriented and empowering activity in the field of primary promotion and prevention. This initiative, which addresses topics such as bonding, newborn care, and parental stress, provides both resources directed at professionals for use during individual visits and group sessions, as well as tools intended directly for families. The program aims to optimize the development of children and the well-being of families through support, and training, based on a positive approach that recognizes and enhances the capabilities of prospective parents. This paper describes the main characteristics and the resources of the program.

Key words: Positive Parenting, Perinatal Psychology, Pregnancy, Birth, Child-rearing, Healthcare

Introducción

Considerando la relevancia que tiene la crianza para el desarrollo de niños y niñas y los retos que plantea para los adultos, la parentalidad se convierte en uno de los mayores desafíos de los seres humanos, y muchos padres y madres se sienten desprovistos de herramientas o de apoyos suficientes para afrontar y vivir de manera satisfactoria esta realidad. En las últimas décadas ha ido ganando reconocimiento la importancia social de las tareas de crianza, educación y cuidado, lo que ha supuesto un cambio de paradigma en la atención e intervención con las familias (Rodrigo et al., 2015). Es así como el concepto de parentalidad positiva ha ido aumentando su presencia en diferentes formatos de difusión hasta convertirse en una expresión muy utilizada, y no solo entre profesionales.

La parentalidad positiva se refiere al conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes de madres y padres que favorecen un desarrollo saludable y una integración satisfactoria de niños y niñas en el seno de su familia a través de la promoción de relaciones positivas fundadas en el ejercicio de la responsabilidad parental, garantizando los derechos del niño o niña y del adolescente en el seno de la familia y optimizando su desarrollo potencial y su bienestar (Consejo de Europa, 2006; Rodrigo et al., 2010, 2015). Entre las acciones inspiradas en el enfoque de la parentalidad positiva, el contexto sanitario adquiere un papel clave, dado que los profesionales de atención temprana se encuentran en una posición privilegiada para ofrecer a las familias una adecuada atención educativa, ofreciendo el apoyo necesario para que puedan mejorar las prácticas de cuidado y atención hacia sus hijos e hijas.

En la década de 1980, la atención primaria de salud en Andalucía incorporó a los centros sanitarios la “Educación Maternal” con el objetivo de proporcionar a las mujeres embarazadas los conocimientos y recursos necesarios para afrontar de manera adecuada y segura el proceso del embarazo, el parto y la crianza de los primeros meses de vida del bebé. En ese momento, la educación maternal tenía un enfoque principalmente informativo centrado en la salud física y el cuidado básico, y estaba dirigido casi exclusivamente a las madres. Sin embargo, el cambio de paradigma en la intervención con las familias de las últimas décadas reclamaba una actualización del enfoque que aportara una visión programática, articulada y sostenida a lo largo del proceso de desarrollo infantil y adolescente y que fuera coherente con el enfoque de la parentalidad positiva. En esta línea, la Junta de Andalucía inició una estrategia de incorporación de las propuestas de parentalidad positiva en los distintos programas de atención a las familias, de facilitación de su conocimiento a los profesionales sanitarios y de generación de iniciativas de capacitación para los mismos, una acción que recientemente ha quedado recogida en el Plan Estratégico de Salud de la Infancia y la Adolescencia de Andalucía 2023-2027 (Junta de Andalucía, 2023).

En este marco de actualización de la atención a las familias surge el proyecto para la promoción de la parentalidad positiva en Andalucía conocido como *Proyecto Apego* (Estévez et al., 2016; Garrido et al., 2019; Hidalgo et al., 2016; Palacios, et al., 2014a), que nace como un encargo de la Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía a un equipo del Departamento de

Psicología Evolutiva y de la Educación de la Facultad de Psicología de la Universidad de Sevilla, que es el encargado de desarrollarlo. El *Proyecto Apego* supone una propuesta de intervención de carácter psicoeducativo que tiene como objetivo actualizar la atención dirigida a las familias integrando actuaciones de parentalidad positiva en los programas de atención pediátrica a la infancia y la adolescencia desde el Sistema Sanitario Público Andaluz. Desde un enfoque positivo y capacitador, basado en una sólida fundamentación teórica, este programa tiene como principal objetivo apoyar a las familias en el afrontamiento de sus tareas educativas mediante la promoción de las competencias parentales, adoptando una estrategia de intervención basada en la promoción universal y la prevención primaria. El proyecto constituye una propuesta transversal al conjunto de actuaciones sanitarias que, en distintas áreas, abarcan desde la etapa prenatal hasta la adolescencia.

Uno de los principios básicos del Proyecto Apego es que las interacciones con los hijos e hijas fundamentadas en la sensibilidad y el afecto, la estimulación, la implicación y la adecuada organización de la vida diaria, así como en la comprensión del desarrollo infantil y en la percepción positiva de la crianza son facetas cuyo establecimiento se inicia durante la etapa del embarazo. Por ello, dentro de las actuaciones del *Proyecto Apego*, la preparación al nacimiento y la crianza se convierte en una acción ideal para fomentar el conocimiento y las experiencias relacionadas con el ejercicio positivo de la parentalidad y la psicología perinatal. De esta manera, se desarrolla el *Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza*, cuyas características principales serán descritas en este trabajo.

Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza

El Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza constituye una intervención que recoge actuaciones diseñadas para ser incorporadas en el marco de la atención al embarazo, parto y puerperio en el Sistema Sanitario Público Andaluz. Desde el enfoque de la parentalidad positiva y la psicología perinatal, este programa de promoción de un rol parental saludable se centra en las fortalezas que tienen las familias. Fruto del proceso de recogida de información a través de diversas fuentes, como los recursos bibliográficos, las entrevistas o los grupos de discusión con profesionales sanitarios y familias, el programa ofrece distintos tipos de recursos psicoeducativos que se centran tanto en las necesidades infantiles como en las adultas, incluyendo de ese modo dimensiones que favorecen las interacciones y la seguridad en la relación adulto-bebé, así como dimensiones relacionadas con las habilidades de agencia personal, la autonomía y el desarrollo personal y social de los adultos en la etapa del embarazo, parto y puerperio.

Respecto a los materiales del programa dirigidos a las y los profesionales, incorporan, por una parte, los contenidos teóricos que deben conocer para la aplicación de las intervenciones y, por otra, el procedimiento a seguir y los materiales necesarios para trabajar esos contenidos con las mujeres y los hombres que se preparan para el nacimiento y afrontan la crianza. Para ello, en el programa se detallan dinámicas grupales, recursos y otras técnicas metodológicas sugeridas para la intervención. En el caso de los recursos dirigidos a familias, los materiales están diseñados para aportar un contenido y formato más claro y cercano. En los siguientes apartados se describirán las distintas actuaciones del Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza (se incluyen los enlaces web mediante los que se puede acceder a los materiales completos):

- a. Intervención individual con las familias: *Evaluación y promoción de competencias parentales en el Sistema Sanitario Público Andaluz. Proceso Asistencial Integrado - Embarazo, parto y puerperio.* <https://repositoriosalud.es/rest/api/core/bitstreams/87911ef8-3535-4c20-9503-542b6f76b692/content>
- b. Intervención grupal con las familias: *Guía para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.* <https://www.ventanafamilias.es/preparacion-al-nacimiento/>
- c. Guía para familias: *Promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.* https://www.ventanafamilias.es/wp-content/uploads/2020/04/promocion_parentalidad_positiva_nacimiento_crianza.pdf
- d. Vídeos para familias: *Vídeos para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.* <https://www.ventanafamilias.es/preparacion-al-nacimiento/>

Intervención individual con las familias: *Evaluación y promoción de competencias parentales en el Sistema Sanitario Público Andaluz. Proceso Asistencial Integrado - Embarazo, parto y puerperio.*

La guía *Evaluación y promoción de competencias parentales en el Sistema Sanitario Público Andaluz. Proceso Asistencial Integrado - Embarazo, parto y puerperio* (Palacios et al., 2014b) está dirigida a las y los profesionales sanitarios para que, a través de las visitas individuales enmarcadas en el Proceso Asistencial Integrado de Atención al Embarazo, Parto y Puerperio, fomenten las competencias parentales ante el nacimiento y la crianza.

En este marco de actuación, las y los profesionales sanitarios desempeñan un papel fundamental, ya que mantienen contacto directo con las familias, lo que les permite actuar a nivel preventivo; además, ostentan un rol altamente valorado en la sociedad, lo que les convierte en una fuente de influencia muy valiosa en la opinión de padres y madres. De esta manera, en el contacto directo del profesional con la familia es posible crear una relación de confianza desde la que promover el ejercicio de la parentalidad positiva.

En la imagen 1 aparecen la portada y el índice de la guía, mientras que los contenidos a explorar y trabajar sobre parentalidad positiva en las visitas establecidas en el proceso asistencial pueden consultarse en la Tabla 1.

Dentro de la guía se desarrollan contenidos relacionados con la importancia del autocuidado físico y psicológico, el reforzamiento de los sentimientos positivos sobre la maternidad y la paternidad (ver imagen 2), o el fomento de la confianza en sus competencias parentales, así como la influencia de los estímulos externos y del estado emocional materno sobre el estado emocional del feto, las estrategias que promueven la vinculación (ver imagen 3), o la importancia de conocer y afrontar adecuadamente los cambios que se producirán en la transición a la maternidad-paternidad.

Tabla 1. Contenidos sobre parentalidad positiva para las visitas establecidas en el Proceso Asistencial Integrado.

Contenidos
1. Reforzar los sentimientos positivos sobre la maternidad y la paternidad y fomentar la confianza en sus competencias parentales.
2. Informar sobre las importantes repercusiones que conlleva la decisión de convertirse en padres y madres.
3. Informar sin alarmar sobre la posibilidad de un aborto espontáneo y asesorar sobre la manera de proceder en caso de que se produzca.
4. Informar sobre la importancia de establecer un reparto equitativo de tareas y responsabilidades entre los miembros de la familia.
5. Destacar que no son la estructura o composición de la familia, los lazos legales o la consanguinidad los que determinan el buen funcionamiento familiar y el ajuste infantil, sino la vida familiar con buenas y adecuadas relaciones.
6. Informar sobre la posible influencia de los estímulos externos sobre el estado emocional del feto.
7. Informar sobre la influencia del estado emocional materno en el feto.
8. Informar sobre la importancia de conocer y afrontar adecuadamente los cambios que se producirán en la transición a la maternidad-paternidad.
9. Fomentar estrategias que promueven la vinculación de la madre y el padre con el feto.
10. Informar sobre la importancia de conocer y afrontar adecuadamente los cambios familiares y sociales producidos durante el embarazo.
11. Informar de la importancia de conocer y utilizar, en caso necesario, los recursos de apoyo formal existentes en la comunidad (informativo, material y emocional) para el afrontamiento de la maternidad- paternidad.
12. En familias con otros hijos o hijas, abordar las relaciones entre hermanos: dar orientaciones generales.
13. Informar sobre la importancia de la vida y las relaciones familiares en la labor de ser padres y madres.
14. Informar sobre la relevancia de establecer rutinas regulares y un entorno estable en el desarrollo y adaptación del recién nacido.
15. Asesorar sobre la actitud parental ante el llanto del bebé y recomendaciones de actuación.
16. Informar a la futura madre de la importancia del autocuidado físico y psicológico tras el parto.
17. Asesorar sobre las capacidades reales de un recién nacido, si se detectan expectativas parentales desajustadas.
18. Promover habilidades y competencias de sensibilidad parental en las interacciones cuidador-bebé.
19. Promover habilidades y competencias parentales para la estimulación del bebé.
20. Promover habilidades y competencias parentales para interactuar y dar masajes al bebé.

Imagen 1. Portada e índice de la *Guía de Evaluación y promoción de competencias parentales en el Sistema Sanitario Público Andaluz. Proceso Asistencial Integrado - Embarazo, parto y puerperio.*

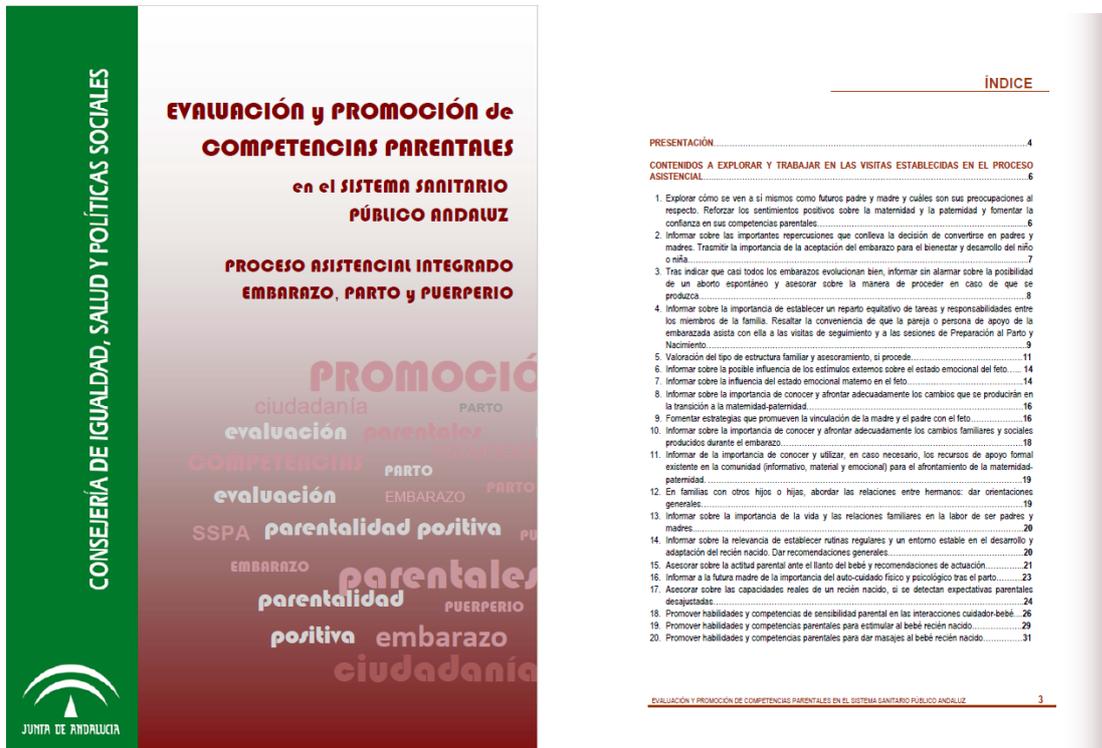


Imagen 2. Recomendaciones para reforzar los sentimientos positivos sobre la maternidad y la paternidad y fomentar la confianza en sus competencias parentales (sección 1 de la guía).

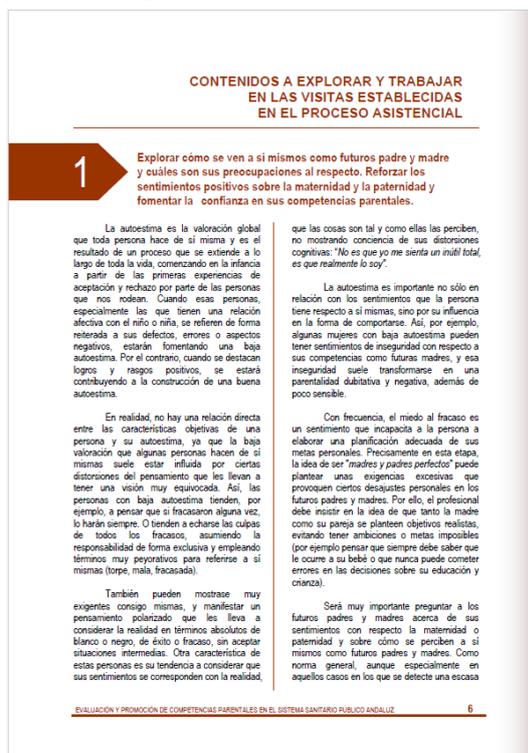
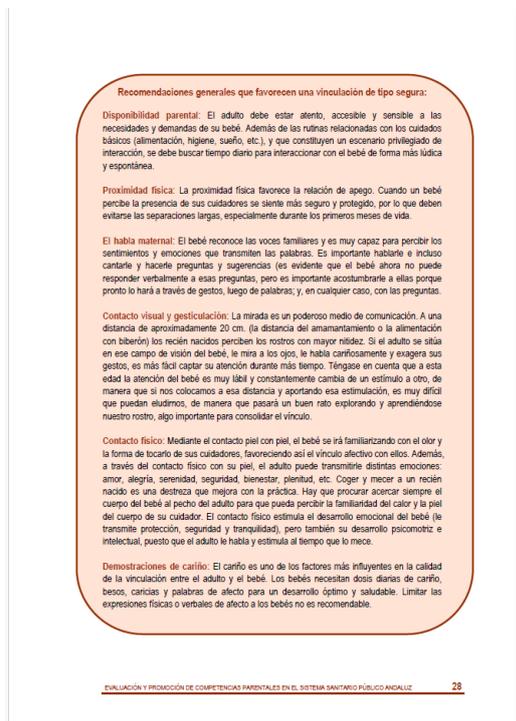


Imagen 3. Recomendaciones generales que favorecen una vinculación segura (sección 18 de la guía).



Intervención grupal con las familias: Guía para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.

Los contenidos orientados a la promoción de la parentalidad positiva para la preparación al nacimiento y la crianza se integran también dentro de la *Guía orientadora para la preparación al nacimiento y crianza en Andalucía* (González et al., 2022), que plantea seis sesiones formativas y tiene como objetivo unificar las actuaciones educativas durante la preparación al nacimiento y crianza que se llevan a cabo en Andalucía, aumentar la calidad de los cuidados y mejorar la satisfacción percibida por las usuarias y usuarios en relación con el embarazo, parto y puerperio (ver imagen 4). Específicamente, con la *Guía para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza* (Palacios et al., 2014c), dirigida a profesionales, se ofrecen propuestas que se incorporan a la guía general para potenciar las labores asistenciales de apoyo en el embarazo, parto y puerperio, fomentar la parentalidad positiva durante el embarazo y la crianza infantil, y promover la salud y la satisfacción de las mujeres y de sus familias, así como del futuro bebé y de los vínculos afectivos que se han de establecer.

La inclusión de contenidos sobre parentalidad positiva de forma transversal a lo largo de las sesiones grupales formativas dirigidas a mujeres y hombres que se preparan para el nacimiento y la crianza representa una importante novedad respecto a los programas formativos tradicionales. En este sentido, los contenidos de promoción de la parentalidad positiva se integran en las sesiones grupales junto con otros contenidos de corte más fisiológico, excepto la sexta sesión, dedicada exclusivamente a la promoción de la parentalidad positiva.

En la imagen 5 aparecen la portada y el índice de la propuesta formativa de la sexta sesión grupal de preparación al nacimiento y la crianza. En la imagen 6 se presentan contenidos pertenecientes a la sección de “Convertirse en madre/padre”, incorporados a la tercera sesión. En la guía se desarrollan las bases conceptuales de la parentalidad positiva y se propone un abordaje teórico-práctico para promover estos contenidos en las sesiones grupales con mujeres embarazadas y sus acompañantes a través de una metodología participativa y experiencial, en la que se combinan presentaciones apoyadas en diapositivas, dinámicas grupales, proyección de vídeos y técnicas de modelado con muñecos. La intervención grupal proporciona un espacio en el que los futuros padres y madres pueden expresar sus preocupaciones, adquirir conocimientos y desarrollar habilidades para afrontar los desafíos de la crianza con mayor confianza.

Esta guía se ha diseñado para fomentar competencias parentales que promuevan una adecuada interacción madre/padre-bebé, abordando contenidos como la vinculación pre y postnatal, la sensibilidad parental o la estimulación del desarrollo infantil. Además, los contenidos cubren la promoción de la salud, la satisfacción y el bienestar emocional de las mujeres embarazadas y de sus familias, así como de roles igualitarios en el cuidado y de estrategias para una transición exitosa a la maternidad y la paternidad. Los contenidos trabajados y las sesiones en las que se integran quedan recogidos en la Tabla 2.

Tabla 2. Contenidos sobre parentalidad positiva para las sesiones grupales de preparación al nacimiento y la crianza: Promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza

Contenidos	Sesión en la que se incorpora
La familia: espacio esencial de socialización	1ª sesión: Embarazo (1ª trimestre)
Desarrollo personal de los progenitores	1ª sesión: Embarazo (1ª trimestre)
Vinculación prenatal	1ª sesión: Embarazo (1ª trimestre)
Diversidad familiar	2ª sesión: Parto (3ª trimestre)
Convertirse en madre/padre	3ª sesión: Puerperio (3ª trimestre)
Estrés parental	3ª sesión: Puerperio (3ª trimestre)
Satisfacción con el rol parental	3ª sesión: Puerperio (3ª trimestre)
Masajes infantiles	5ª sesión: Cuidados del recién nacido (3ª trimestre)
Estimulación físico-sensorial y socio-emocional	5ª sesión: Cuidados del recién nacido (3ª trimestre)
Estructura y organización de la vida cotidiana	5ª sesión: Cuidados del recién nacido (3ª trimestre)
Vinculación posnatal	6ª sesión: Parentalidad positiva (3ª trimestre)
Sensibilidad parental: Comprender y responder de forma adecuada a nuestro bebé, incluso en momentos estresantes	6ª sesión: Parentalidad positiva (3ª trimestre)
Conocimientos, expectativas y estereotipos parentales sobre el desarrollo del bebé	6ª sesión: Parentalidad positiva (3ª trimestre)

Imagen 4. Portada e índice de la Guía orientadora para la preparación al nacimiento y crianza en Andalucía.

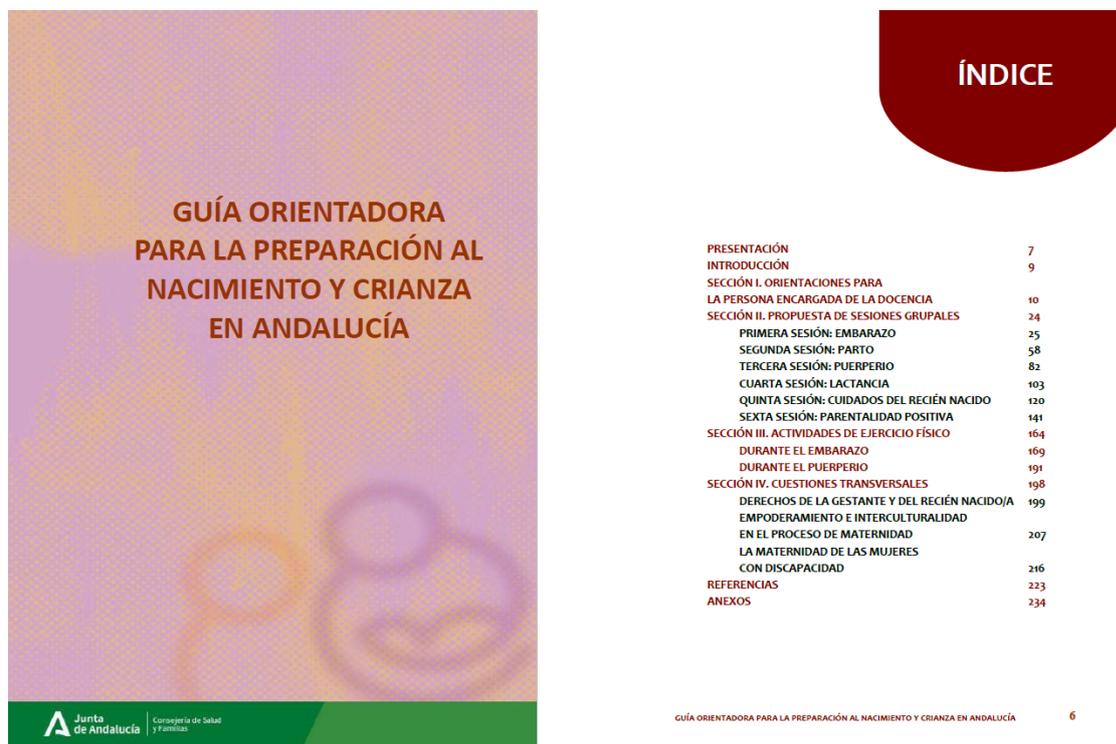


Imagen 5. Portada e índice de la propuesta formativa de la sexta sesión grupal de preparación al nacimiento y la crianza.

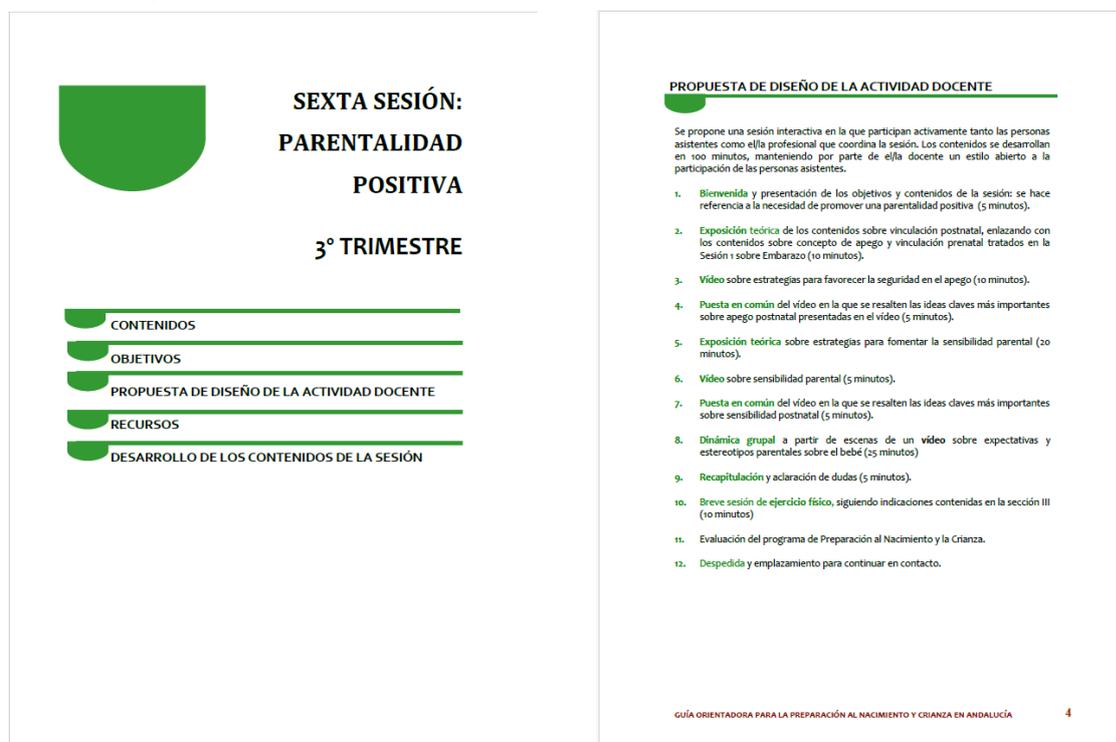


Imagen 6. Contenidos sobre “Convertirse en madre/padre” pertenecientes a la tercera sesión.

Convertirse en madre/padre

Con la llegada de un bebé, son muchas las cosas que cambian en la vida de las personas. Es importante que los futuros padres y madres conozcan los cambios que se producirán para así poderles hacer frente de manera exitosa. En la siguiente tabla se recogen los principales cambios que se experimentan en la transición a la maternidad-paternidad, así como algunas ideas que son importantes transmitir a madres/ padres /cuidadoras/ cuidadores para que se adapten mejor a esta nueva etapa.

Cambios individuales	<p>Cambio en las rutinas, disminución de horas de sueño y mayor cansancio son algunos de los cambios producidos por las tareas de crianza y cuidado que demanda el bebé. Dado que se dormirá menos (sobre todo menos horas seguidas por la noche), es importante recomendar a padres y madres que busquen la manera de encontrar otros momentos de descanso a lo largo del día.</p>
	<p>Cambios físicos a consecuencia del embarazo y parto. Aunque la mujer procure no poner más peso del necesario durante el embarazo, puede que su figura se vea alterada, por lo que es importante fomentar que acepte y disfrute de su nuevo aspecto.</p>
	<p>Cambios en los hábitos de ocio y tiempo, debido al menor tiempo disponible que se tendrá como consecuencia de las tareas de crianza, es importante que padres y madres acepten que durante un tiempo habrá cosas que no podrán hacer. No obstante, se les debe aconsejar que encuentren tiempo para seguir manteniendo aquellas aficiones que más les gustaban y que encajen mejor con su nueva situación familiar (por ejemplo, coser, leer, ver películas, escuchar música, salir a pasear, etc.).</p>
	<p>Cambios en las emociones. En ocasiones se podrá tener algunos sentimientos de pérdida de libertad, aumento de preocupaciones o ansiedad ante las tareas de crianza. Debe indicarse a padres y madres que no se preocupen si experimentan estas emociones pues son totalmente normales en esta nueva situación.</p>
	<p>Es importante transmitirles que no se sientan culpables por tenerlas e informarles que suelen ser pasajeras. Además, es importante que se insista en que ser padre y madre les dará más emociones positivas que negativas.</p>

Sentirán una gran satisfacción por el simple hecho de tener en sus brazos a su bebé, su autoestima tenderá a aumentar y empezarán a sentir una fuerte vinculación afectiva con su hijo-hija. Deben disfrutar de la experiencia y de su nueva identidad como padres o madres. Por último, debe señalarse que es normal que durante los primeros días que siguen al parto algunas mujeres se sientan tristes y decaídas. Estas sensaciones son debidas principalmente al cansancio del parto, a los cambios hormonales y a la nueva responsabilidad de cuidar del recién nacido.

Es muy importante tener en cuenta que estos sentimientos, denominados como tristeza post-parto o tristeza común, son pasajeros y no suelen durar más de 2 semanas. Si la tristeza no desaparece en este periodo o se hace más intensa puede que nos encontremos ante una depresión post-parto, que es menos frecuente, pues sólo afecta a una de cada diez mujeres.

La depresión post-parto tiene una mayor duración, es más grave y necesita una

Guía para uso individual de las familias: Promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.

La *Guía para la Promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza* (Palacios et al., 2015) tiene como objetivo ayudar al seguimiento que realizan las y los profesionales, proporcionando información complementaria a los futuros padres y madres sobre distintos aspectos relacionados con la experiencia emocional y vital del embarazo y con la llegada de un nuevo miembro a la familia. Esta guía es un documento que las madres y padres pueden consultar autónomamente, ya que se encuentra localizada dentro de la plataforma *Ventana Abierta a la Familia* de la Junta de Andalucía. Se trata de una guía sencilla que cuenta con un formato atractivo, lo que facilita la lectura a distintos niveles de profundidad e incluye orientaciones prácticas y concretas. Además, emplea un lenguaje accesible y sencillo y se enfatizan las ideas importantes y recomendaciones para favorecer su comprensión, asegurando que los futuros padres y madres, independientemente de su nivel educativo, puedan beneficiarse de ella. Con un enfoque basado en la importancia de la redundancia en mensajes complementarios recibidos desde diferentes fuentes, a través de la lectura de esta guía se complementa lo trabajado en las visitas individuales y en las sesiones grupales, con el fin de promover la autonomía, la confianza y las destrezas de las futuras madres y padres para el afrontamiento saludable del nacimiento y la crianza de su hijo o hija.

La guía (ver imagen 7) presenta dos grandes bloques: uno centrado en las dimensiones relacionadas con la persona adulta (ver imagen 8) y otro centrado en la mejora de la interacción y relaciones del adulto con la niña o el niño (ver imagen 9). Los apartados centrados en las dimensiones adultas incluyen contenidos como la autoestima, el afrontamiento del estrés y de los cambios individuales, familiares y sociales derivados del nacimiento y la crianza, la satisfacción con el rol parental (ver imagen 10) o la promoción de roles igualitarios. Por su parte, en los apartados centrados en la interacción adulto-bebé se trabajan contenidos relacionados con la vinculación prenatal y postnatal, las influencias en el feto, la interpretación y expectativas de las necesidades del bebé, la estimulación (ver imagen 10) o la organización de la vida cotidiana. Las temáticas de la guía se recogen en la Tabla 3.

Tabla 3. Contenidos sobre parentalidad positiva en la guía para familias: Promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza

Dimensiones referidas a la persona adulta	Dimensiones referidas a la interacción adulto-bebé
1. Desarrollo personal adulto	1. Apego
2. Cambios durante el embarazo	2. Influencias emocionales en el feto
3. Transición a la maternidad-paternidad	3. Interpretación de las necesidades del bebé
4. Satisfacción y bienestar parental	4. Expectativas sobre el desarrollo infantil
5. Cuidados de la madre puerperal	5. Estimulación
6. Relaciones familiares	6. Estructura y organización de la vida cotidiana
7. Apoyo formal externo a la familia	7. Diversidad familiar: implicaciones sobre el bebé

Imagen 7. Portada de la Guía para familias.



Imagen 8. Propuestas de trabajo para las dimensiones de la persona adulta de la Guía para familias

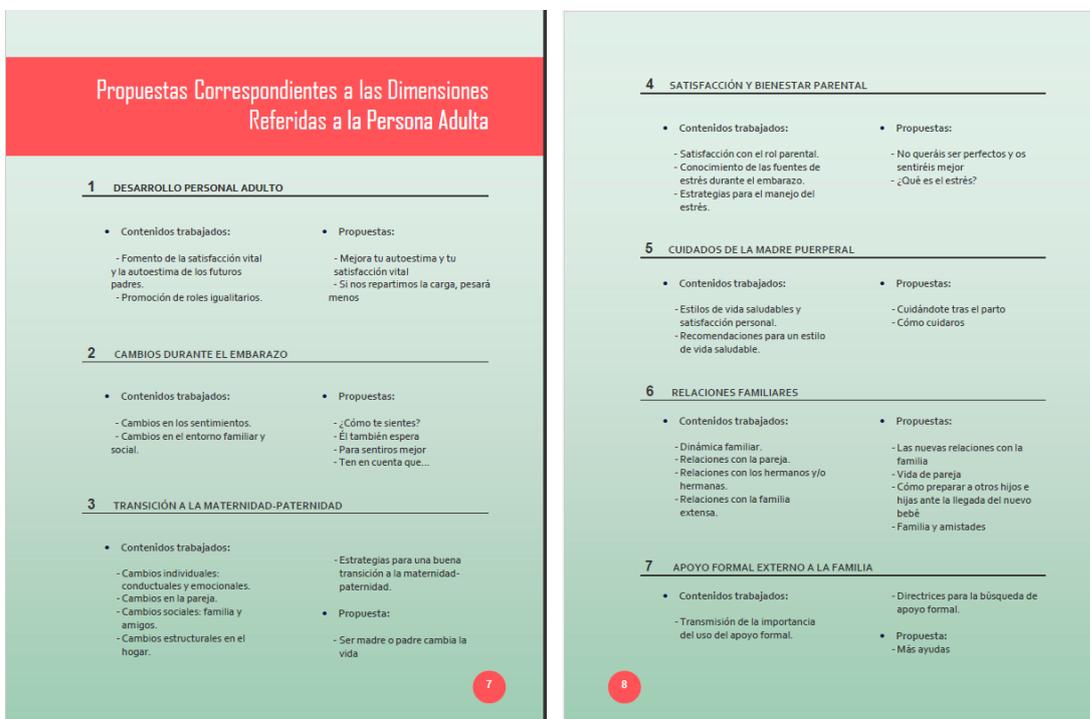


Imagen 9. Propuestas de trabajo para las dimensiones de interacción adulto-bebé de la Guía para familias

Propuestas correspondientes a las dimensiones referidas a la interacción adulto-bebé

1 APEGO

- **Contenidos trabajados:**
 - Concepto e importancia del apego.
 - Vinculación prenatal.
 - Vinculación postnatal.
- **Propuesta:**
 - Apego
 - Vuestro cariño, su mejor alimento
 - Queridos antes de llegar
 - Con todo cariño día a día

2 INFLUENCIAS EMOCIONALES EN EL FETO

- **Contenidos trabajados:**
 - Influencias de estímulos externos.
 - Influencia del estado emocional materno.
- **Propuestas:**
 - No se le ve, pero se le influye
 - Los estímulos de fuera llegan dentro
 - Emociones conectadas

3 INTERPRETACIÓN DE LAS NECESIDADES DEL BEBÉ

- **Contenidos trabajados:**
 - Cómo interpretar y calmar el llanto del bebé.
 - Adaptación al temperamento del bebé.
 - Saber actuar ante sus necesidades: interpretación de situaciones estresantes.
- **Propuestas:**
 - Entendiendo al bebé
 - El lenguaje del llanto
 - Cada bebé es diferente
 - Cómo interpretar y actuar ante la conducta del bebé en situaciones estresantes

4 EXPECTATIVAS SOBRE EL DESARROLLO INFANTIL

- **Contenidos trabajados:**
 - Conocimiento y expectativas parentales sobre el desarrollo infantil.
 - Estereotipos sexuales con los bebés.
- **Propuestas:**
 - Tan pequeños, tan capaces
 - Capacidades del recién nacido
 - Niña igual a niño

5 ESTIMULACIÓN

- **Contenidos trabajados:**
 - Estimulación físico-sensorial y socio-emocional.
 - Masajes infantiles.
- **Propuestas:**
 - Estimular para desarrollar
 - Masajes infantiles

6 ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA

- **Contenidos trabajados:**
 - Estructura y organización de la vida cotidiana
- **Propuestas:**
 - El día a día y sus rutinas

7 DIVERSIDAD FAMILIAR

- **Contenidos trabajados:**
 - Diversidad familiar
- **Propuestas a incluir en la Guía:**
 - Familias diferentes, todas familia

Imagen 10. Contenidos sobre “Satisfacción y bienestar parental” y “Estimulación”.



No queráis ser perfectos y os sentiréis mejor

El que sintáis orgullo con vuestra actuación como padres y madres es importante, tanto para vuestro propio bienestar como para el de vuestro hijo o hija.

No sentirse satisfecho con las responsabilidades de ser padres y madres puede afectarnos negativamente, tanto a vosotros como a vuestros hijos. Por el contrario, una adecuada satisfacción parental os permitirá estar más satisfechos con vuestra vida y con vuestra pareja, y os ayudará a ser mejores padres y madres.

Recuerda

Una manera de sentirnos mejor como padres y madres es no exigiros a vosotros mismos ser perfectos.

Si lográis sustituir la idea de perfección por una visión más realista y flexible de lo que supone ser padre o madre, os sentiréis más satisfechos.



Estimular para desarrollar

La estimulación temprana es el conjunto de actividades y juegos que sirven para potenciar al máximo las enormes capacidades infantiles (en su desarrollo corporal, en su inteligencia, su lenguaje, su desarrollo emocional y social).

Durante el **embarazo**, los sentidos del bebé se van desarrollando y le permiten captar estímulos desde antes de nacer. Lo más importante para vosotros es saber que podéis **estimular a vuestro hijo o hija desde antes de nacer**. Los bebés estimulados antes de nacer tienen luego un mayor desarrollo sensitivo y tal vez una mayor capacidad de aprendizaje.

Podéis **estimular la capacidad auditiva** de vuestro bebé a través de la exposición a diferentes sonidos, voces o músicas de diferente intensidad, ritmo y melodía, así como hablarle e incluso cantarle. Podéis también **estimular su desarrollo táctil** acariciando con suavidad el vientre materno.

Después de su nacimiento, su capacidad de aprendizaje es todavía mucho mayor, pues todos sus sentidos están ya receptivos y su cerebro está preparado para recibir mucha estimulación. Cada vez que le habláis, que le estimuláis, que le acariciáis, que le cantáis, que le besáis, cada vez que le bañáis con cariño y cuidado mientras le decís cuánto le queréis, cada vez que le sacáis de paseo, le hacéis oír música o ruidos, le dejáis ratos a solas con sus manitas, cada vez que le cambiáis los pañales aprovechando para darle otro baño de lenguaje y cariño, cada vez que alimentáis mientras le mecéis suavemente de vez en cuando, cada vez que le explicáis cosas que aún no entiende, pero que le van preparando para entenderlas más adelante... cada vez que hacéis esas cosas y otras muchas que surgen en el día a día, le estáis dando la estimulación que necesita para desarrollarse mejor y para sacar todo su potencial de desarrollo y aprendizaje.

Vídeos para las familias: Vídeos para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.

En el marco del Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza se han diseñado seis vídeos dirigidos a madres y padres que complementan los materiales elaborados en las guías (Palacios et al., 2014d). Estos vídeos están destinados a ser utilizados en las sesiones grupales, pero también se encuentran disponibles para el uso individual que las familias deseen hacer. Los vídeos incluyen imágenes y mensajes audiovisuales, son de corta duración y están diseñados para transmitir la información de manera clara y directa. Los contenidos de los vídeos se pueden consultar en la Tabla 4.

Tabla 4. Vídeos sobre parentalidad positiva dirigidos a familias: Promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza.

1. Apego y vinculación prenatal
2. Diversidad familiar
3. Masajes y estimulación infantil
4. Cómo organizar la vida cotidiana
5. Parentalidad positiva. Estrategias para favorecer la seguridad en el apego
6. Parentalidad positiva. Sensibilidad parental

Imagen 11. Captura del vídeo sobre estrategias para favorecer la seguridad en el apego.



Discusión y conclusiones

La familia constituye un contexto esencial para el desarrollo de los niños y las niñas, por lo que resulta fundamental preparar a los futuros padres y madres para afrontar tanto los retos de la transición a la maternidad y la paternidad como de la crianza. En este trabajo se han descrito las principales características del *Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza*, diseñado por un equipo del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla en coordinación con la Consejería de Salud y Consumo de la Junta de Andalucía. Este programa representa una propuesta de intervención innovadora desde la que se han elaborado diversos recursos para profesionales sanitarios y para familias que esperan la llegada de un hijo o hija con el objetivo de promover tanto la satisfacción, la capacitación parental y el bienestar de la familia como el desarrollo integral de los niños y de las niñas.

Este programa sigue la línea de las estrategias internacionales de promoción de parentalidad positiva basadas en evidencias, parte del reconocimiento de las capacidades y competencias de mujeres y hombres que esperan un hijo o hija y busca optimizar el desempeño parental fomentando su autonomía en la tarea de ser padres y madres y creando en ellos y ellas un sentido de competencia personal en la tarea educativa. Con este objetivo, el programa ofrece tanto recursos dirigidos a las y los profesionales sanitarios con el fin de sensibilizar, formar y proporcionar herramientas para el trabajo con familias que esperan la llegada de un hijo o una hija, como materiales dirigidos directamente a las familias orientados a la promoción de la parentalidad positiva. De esta manera, el programa proporciona una intervención integral desde tres planos diferentes, con recursos para el trabajo de las y los profesionales en las visitas individuales y en las sesiones grupales y con materiales para que las familias los puedan consultar en sus hogares. Cada recurso está adaptado en formato y contenido a las necesidades de la población a la que va dirigido, con un contenido más sencillo y atractivo que favorece la reflexión en el caso de los materiales para madres y padres, y con material de apoyo metodológico y teórico en el caso de los recursos para profesionales. En lugar de seguir un enfoque tradicional basado en limitaciones y déficits, las distintas actuaciones se basan en un enfoque positivo que parte de las potencialidades existentes en las familias.

Dado que para asumir de forma competente la tarea de ser padre o madre se requieren tanto habilidades específicamente educativas como otras más generales de índole socio-personal, el programa para la promoción de la parentalidad positiva proporciona a madres y padres conocimientos y habilidades educativas y, al mismo tiempo, aspira a promover en ellos la seguridad y la satisfacción con el rol parental necesarias para desarrollar las habilidades más relacionadas con su desarrollo adulto. Por ello, los contenidos y materiales del programa están centrados tanto en las necesidades infantiles como en las adultas.

En el marco del programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza se han venido desarrollando iniciativas de sensibilización y capacitación, unas dirigidas a padres y madres y otras destinadas a profesionales responsables de las tareas asistenciales ligadas a la preparación al nacimiento y la crianza. En el caso de la

ciudadanía, además del contacto que, a demanda o de manera programada, mantiene con los servicios de salud y sus profesionales, la propuesta más relevante es la plataforma *Una ventana abierta a la familia* (<https://www.ventanafamilias.es/>). En esta se ofrece un amplio catálogo de recursos informativos en distintos formatos que incluye todas las dimensiones y orientaciones contempladas en los contenidos elaborados para un ejercicio positivo de la parentalidad. Igualmente, dirigidas a los profesionales sanitarios, la Consejería de Salud y Consumo, en colaboración con la Escuela Andaluza de salud Pública y con la línea IAVANTE de la Fundación Progreso y salud, está desarrollando distintas actividades formativas para la capacitación profesional.

En definitiva, el *Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza* se basa en un sólido marco conceptual y supone una propuesta innovadora con un enfoque psicoeducativo, proactivo y capacitador en el ámbito de la promoción y prevención primaria que ofrece recursos que complementan el trabajo que las y los profesionales sanitarios en la atención a las familias que esperan un hijo o una hija en Andalucía. Los contenidos trabajados en el programa tratan de favorecer la sensibilidad de madres y padres, promover el desarrollo de un vínculo seguro de apego desde la etapa prenatal, proporcionar conocimientos y ajustar expectativas para una mejor comprensión del desarrollo infantil, así como dotar a madres y padres de estrategias para que se sientan y actúen de forma más competente. Con todo ello, se espera mejorar el bienestar de la familia y, en definitiva, optimizar el desarrollo de los niños y las niñas. La formación continua de las y los profesionales, la coordinación de distintos servicios y la creación de redes de apoyo serán fundamentales para lograr una intervención efectiva y sostenible en el tiempo.

Referencias

- Consejo de Europa (2006). *Recomendación Rec(2006) 19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad*. Recuperado del Consejo de Europa. <http://www.coe.int/es>
- Estévez, R., Román, M., Moreno, C., & Palacios, J. (2016). Programa andaluz para la promoción de la parentalidad positiva en nacimientos prematuros. *Apuntes de Psicología*, 34(2-3), 107-112. <https://doi.org/10.55414/ap.v34i2-3.601>
- Garrido, A., Padial, M., Palacios, J., Moreno, C., González, M. M., Oliva, A., Hidalgo, V., Jiménez, J., Román, M., Jiménez, L., Antolín-Suárez, L., & López, F. (2019). *El bienestar emocional en la infancia. Guía para padres, madres y profesionales*. Consejería de Salud y Familias, Junta de Andalucía. https://www.juntadeandalucia.es/sites/default/files/2022-10/Bienestar_emocional_infancia_2019.pdf
- González, J. D. (coord.) et al. (2022). *Guía orientadora para la preparación al nacimiento y crianza en Andalucía*. Consejería de Salud y Familias, Junta de Andalucía. https://www.juntadeandalucia.es/sites/default/files/2022-09/Guia_orientadora_para_el_nacimiento_2022.pdf
- Hidalgo, V., Jiménez, L., González, M., Jiménez-Morago, J., Moreno, C., Oliva, A., Antolín-Suárez, L., López-Gaviño, F., Román, M., & Palacios, J. (2016). Programa Apego. Una experiencia de promoción de parentalidad positiva desde el contexto sanitario. *Apuntes de Psicología*, 34(2-3), 101-106. <https://doi.org/10.55414/ap.v34i2-3.597>
- Junta de Andalucía. (2023). *Plan estratégico de salud de la infancia y la adolescencia de Andalucía 2023-2027*. Consejo de Gobierno de la Junta de Andalucía. <https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyfamilias/areas/saludinfantil/Paginas/Planes-y-programas.aspx>
- Palacios, J., Oliva, A., Moreno, C., González, M., Hidalgo, V., Jiménez-Morago, J., Antolín-Suárez, L., Jiménez, F., López, M., Román, M., Estévez, R., Mena, A., Ortega, M., & Pascual, D. (2014a). *Proyecto Apego sobre "evaluación y promoción de competencias parentales en el Sistema Sanitario Público Andaluz"*. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, Junta de Andalucía. https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/salud_5af9587b0c840_Apego2.pdf
- Palacios, J., Moreno, C., Oliva, A., Román, M., Antolín-Suárez, L., Estévez, R., & Pascual, D. (2014b). *Evaluación y promoción de competencias parentales en el Sistema Sanitario Público Andaluz. Proceso asistencial integrado: Embarazo, parto y puerperio*. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, Junta de Andalucía. <https://repositoriosalud.es/rest/api/core/bitstreams/87911ef8-3535-4c20-9503-542b6f76b692/content>
- Palacios, J., Moreno, C., Oliva, A., Román, M., Antolín-Suárez, L., Estévez, R., & Pascual, D. (2014c). *Guía orientadora para la preparación al nacimiento y crianza en Andalucía: Promoción de la parentalidad positiva*. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales Junta de Andalucía. <https://www.ventanafamilias.es/preparacion-al-nacimiento/>

- Palacios, J., Moreno, C., Oliva, A., Román, M., Antolín-Suárez, L., Estévez, R., & Pascual, D. (2014d). *Vídeos para la promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza*. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales Junta de Andalucía. <https://www.ventanafamilias.es/preparacion-al-nacimiento/>
- Palacios, J., Moreno, C., Oliva, A., Román, M., Antolín-Suárez, L., Estévez, R. M., & Pascual, D. M. (2015). *Promoción de la parentalidad positiva durante la preparación al nacimiento y la crianza*. Sevilla. Consejería de Salud, Junta de Andalucía. https://www.ventanafamilias.es/wp-content/uploads/2020/04/promocion_parentalidad_positiva_nacimiento_crianza.pdf
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., & Martín, J. C. (2010). *Parentalidad positiva y políticas locales de apoyo a las familias*. MSSSI-FEMP. <http://www.femp.es/files/566-922-archivo/folleto%20parentalidad%201.pdf>
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Martín, J. C., Byrne, S., & Rodríguez, B. (2015). *Manual práctico de parentalidad positiva*. Síntesis.



Junta de Andalucía
Consejería Salud y Consumo