

PREMIOS ENFERMERÍA EN DESARROLLO 2015

Categoría:

5.4 Promoción del autocuidado

Título:

“Inclusión de los abuelos en una sesión de la educación maternal y paternal”

Resumen:

Los cambios que se han producido últimamente en la estructura familiar, así como el aumento de la esperanza de vida, han llevado al papel de abuelo/a como una de las piezas clave en la formación de la nueva familia.

La Familia ha evolucionado a lo largo de los últimos años y han aparecido modelos nuevos de familias. Las funciones de los nuevos padres han tenido que adaptarse a los distintos cambios.

Con esta idea, me pareció interesante que los abuelos pudiesen asistir a las clases de educación maternal y Paternal junto con sus hijos, para poder aprender nuevos cuidados de los bebés y niños, formas de crianza, en un principio diferentes a las que ellos desarrollaron en su momento, y generar estrategias para poderse comunicar eficazmente con sus hijos y saber adaptarse cada uno a su nuevo rol.

La paternidad de estos abuelos nada tiene que ver con la paternidad actual, en la que el padre, generalmente, está más implicado en los cuidados del bebé y participa más activamente durante el embarazo, parto y posparto. Los abuelos ahora, tienen la oportunidad de poder participar en los cuidados de sus nietos, intentando dejar las responsabilidades de la crianza a los nuevos padres en la medida de lo posible. Todo ello va a constituir de alguna manera, en su “segunda paternidad”.

Por otra parte, los cambios en la maternidad actual vienen mediados por la incorporación de la mujer al trabajo, sin por ello dejar de realizar las actividades relacionadas con el hogar y la crianza. Por todo ello, a las abuelas les cuenta más aceptar su papel de abuela, ya que la mayoría no renuncia a seguir “ejerciendo de madres”, de ahí que surjan más discrepancias con los nuevos padres.

En la sesión a la que acuden tanto abuelos como padres, se deja tiempo para el diálogo, para las dudas, para las vivencias de cada uno de ellos y para aclarar situaciones comunes que pueden darse en los primeros meses de vida de niño y de la nueva familia.

De esta forma los abuelos disfrutaban de un tiempo que de alguna manera no tuvieron en su momento, ya que las “clases de preparación al parto” estaban más encaminadas al parto y cuidados del recién nacido. Y a las que casi siempre solo acudían mujeres, ya que la entrada de los padres al paritorio no era lo habitual. El padre era actor secundario, y así lo relatan muchos de los abuelos que acuden a esta sesión. También comentan que la principal función del padre hace unos años era la de “llevar dinero a casa”, por lo que trabajaban mucho y no tenían apenas tiempo para dedicarlo al disfrute en familia. A las mujeres, en cambio, se les asignaba el papel de “responsables del hogar y de criar a los hijos”. Había mujeres que trabajaban, pero eran menos que actualmente.

A las abuelas que quieran también se las invita a la sesión de “lactancia materna” (quinta sesión) para poder ayudar, apoyar y aconsejar adecuadamente a la mujer que quiera dar el pecho. Ya que este también es otro motivo de conflicto y estrés para aquellas parejas que decidan esta opción.

Justificación:

La idea es desarrollar un nuevo modelo de educación maternal y paternal en la que todos los miembros de la familia participen, se sientan responsables de sus funciones y las puedan llevar a cabo de forma satisfactoria.

Los nuevos padres no solo tienen que aprender sobre cuidados en el embarazo y posparto, sobre el progreso de parto o sobre cuidados del recién nacido. Los nuevos padres, debido a los nuevos cambios sociales y familiares, demandan más espacio para la crianza con apego y la adaptación a los nuevos roles de cada miembro de la familia, ya que la mayoría de los problemas surgen de conflictos en esta etapa tan importante como es “ser padres”.

Esto no es un trabajo científico o de investigación, es una experiencia y una forma más de trabajar en educación para la salud, innovando y mejorando las herramientas para adaptarse a nuevas demandas y necesidades de la población.

Desarrollo:

“La sesión de abuelos” se realiza dentro del programa de educación maternal y paternal llevado a cabo en el Centro de Salud.

Se les invita a que acudan junto con sus hijos a la cuarta sesión (de un total de 7 que tiene el programa) en la que hablamos sobre Posparto, Familia y Abuelos. Tiene una duración de 2 horas.

Esta sesión se realiza siempre que el grupo no supere las 20 parejas debido a la capacidad de la sala donde se desarrolla.

Trabajamos con diapositivas y exposición. Lluvia de ideas. Dialogo y experiencias.

Al inicio de la sesión se les pasa a los abuelos un pequeño cuestionario, uno para abuelas y otro para los abuelos. Esto nos permite conocer la edad media de los abuelos que acuden a las sesiones y la experiencia vivida de su maternidad y paternidad, respectivamente.

Conclusión:

Conocer el papel de cada miembro de la familia en función de la época en la que a cada uno le ha tocado vivir y poder adaptarse mejor a las necesidades de los nuevos padres y abuelos.

Los hijos saben que las funciones de los abuelos es la del cuidado de los nietos, siempre que su salud y su tiempo se lo permitan, así como el disfrute de estos. Dando tiempo para que vayan adaptándose a su nuevo rol para evitar conflictos.

Los abuelos aprender a “relajarse” en su papel de padres, dejando la crianza y las decisiones relacionadas con ella a sus propios hijos, permitiendo a los nuevos padres afrontar esta etapa según sus propios criterios.

La experiencia por parte de los abuelos que acuden a las clases, tanto mujeres como hombres, es muy satisfactoria ya que ven en esta sesión la oportunidad de hablar temas que de otra manera no hubieran podido o sabido afrontar.

Para los padres es la oportunidad de evitar posibles conflictos ya que aprenden a desarrollar estrategias efectivas en comunicación y resolución de problemas. Hablan de sus ideas y necesidades como futuros padres de manera que puedan ser respetadas y no criticadas o impuestas, y de esta manera recibir la ayuda adecuada.

En la consulta posparto, cuando el bebé ya ha nacido, me cuentan que la sesión les ha ayudado a evitar conflictos o buscar soluciones consensuadas, y esto repercute en una mejor vivencia de su maternidad y paternidad y les genera mayor autoestima como padres, a la vez que seguridad en su papel.

Este trabajo y experiencia fue presentado como ponencia en el Congreso [REDACTED] de 2015.

Anexos:



