



**UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI**

**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PROMOCIÓN DE LA SALUD  
MATERNA**

**TRABAJO ACADÉMICO**

**PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN PRENATAL CON ÉNFASIS EN  
VINCULACIÓN AFECTIVA PATERNA, LIMA, 2017**

**PRESENTADO POR:**

**ARNAO DEGOLLAR, VERONICA ANTOINETTE**

**ASESORA:**

**EVANGELINA RITA RAMOS CALLATA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN  
PROMOCIÓN DE LA SALUD MATERNA CON MENCIÓN EN  
PSICOPROFILAXIS OBSTÉTRICA Y ESTIMULACIÓN PRENATAL**

**MOQUEGUA – PERÚ**

**2020**

## ÍNDICE

PÁGINA DE JURADO .....	I
DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTO .....	III
RESUMEN.....	IV
CAPÍTULO I: EL TEMA O PROBLEMA.....	1
1.1. PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA .....	2
1.2. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN .....	3
CAPÍTULO II: FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	7
2.1. MARCO TEÓRICO, RELEVANCIA, INSTRUMENTOS .....	7
2.2. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA.....	26
2.3. OBJETIVO GENERAL Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	27
2.4. ACTORES .....	28
2.5. ESTRATEGIAS .....	29
2.6. RESULTADOS ESPERADOS .....	31
BIBLIOGRAFÍA .....	32

ANEXOS .....	36
--------------	----

## RESUMEN

El embarazo, estimula en cada padre gestante la necesidad de sentir, expresar, organizar y aclarar sentimientos, miedos, inquietudes o creencias, los cuales permiten comprender y dar significado a su nueva condición; los procesos educativos prenatales, en especial la Estimulación Prenatal, pueden ser un contexto ideal para ayudar los padres en este proceso y fomentar el vínculo paterno; sin embargo, en nuestro país, aún no se ha logrado su implementación adecuada. En teoría, la estimulación prenatal, persigue dos objetivos, el desarrollo cerebral del niño por nacer y la vinculación afectiva de los padres con su bebé; sin embargo, en la práctica se pone más énfasis en la vinculación materno-fetal. No debemos caer en este error, por el contrario, debemos practicar una estimulación contextualizada en el afecto, teniendo en cuenta la preparación psicológica de los futuros padres y del crecimiento sincronizado de la pareja, fomentando la participación activa del padre en todo el proceso. El objetivo del presente trabajo es diseñar un programa de estimulación prenatal con énfasis en vinculación afectiva paterna, considerando elementos conceptuales y metodológicos, técnicas de relajación, visualización, vinculación prenatal y estimulación prenatal, que fomenten la participación activa del varón, para lograr personas con un mejor desarrollo físico, mental y social, que vivan dentro de una familia saludable.

**Palabras claves:** estimulación, prenatal, vinculación, afectiva, paterna.

## **CAPÍTULO I**

### **EL TEMA O PROBLEMA**

#### **1.1. PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA**

El embarazo presenta distintas etapas que influyen en el área social, biológica y psicológica de la madre, el niño por nacer y el padre. Es importante y necesario recuperar la participación del padre en este maravilloso proceso. (1)

Existen diversos procesos educativos, que forman parte de las actividades preventivo promocionales, que se imparten durante la etapa prenatal. Dichos procesos, permiten a las gestantes y las familias entender sus necesidades físicas, psicológicas y sociales durante todo el proceso del embarazo, constituyendo una importante estrategia para la disminución de la morbilidad materna perinatal, considerando que dichas intervenciones tienen bajo costo y un gran impacto. Constituyéndose en una estrategia a priorizar e implementar a nivel mundial. (2)

En nuestro país, se lleva a cabo dos procesos de educación materna, estos son el de Psicoprofilaxis Obstétrica y el de Estimulación Prenatal. En el año 2006, se aprueba

el Reglamento de la Ley de Promoción de la Estimulación Prenatal y Temprana, Ley N° 28124, para potenciar el desarrollo físico, mental, sensorial, emocional y social del ser humano desde la concepción hasta los cinco años. (3)

En relación a la Estimulación Prenatal, presenta líneas de acción para el fortalecimiento del vínculo de la madre, el padre y el niño por nacer, incentivando el desarrollo armonioso en el aspecto psicológico y afectivo, lo cual, según diversas investigaciones es necesario para la edificación de las bases de la dinámica familiar.

Por otro lado, la Estimulación Prenatal, incentiva el desarrollo cerebral del niño por nacer, a través de una serie de actividades para conseguir respuestas neuromotoras, así como la preparación apropiada en las distintas áreas de desarrollo. (4)

El Ministerio de Salud, en el año 2012, elaboró y publicó la Guía Técnica para la Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal, que tiene como objetivo fundamental estandarizar los procesos teóricos y prácticos que debe brindarse a la gestante, pareja y familia, a partir de las 20 semanas de gestación, en los servicios de salud sexual y reproductiva del Ministerio de salud, incorporando los enfoques de género, interculturalidad, equidad y respeto a los derechos humanos. (5)

Hasta la fecha, todavía no se ha conseguido una apropiada implementación de dichos procesos educativos, en particular, de la Estimulación Prenatal, ya que en muchos lugares aún no se imparte, o se realiza solo algunas actividades como parte

de la Psicoprofilaxis Obstétrica, muchas veces sin tener en cuenta las necesidades de cada gestante y sin motivar la participación de la pareja y la familia. (6)

Por otro lado, desde tiempos memorables se ha considerado la figura del padre como un ser proveedor, de autoridad y que establece normas y valores; mientras que la mujer ha quedado relegada a las labores del hogar, y ha estado encargada de velar por el cuidado y la crianza de sus hijos. (7)

Hoy en día, esta situación se ha modificado, dando lugar a una crianza participativa del varón, la cual no solo se limita al plano material, sino también abarca aspectos emocionales, los cuales se brindan desde el embarazo, parto y durante toda la vida de sus hijos.

Por ello es necesario que el padre, tenga espacios que le ayuden a realizar esta desafiante labor, en especial la relación afectiva con su niño por nacer; siendo la Estimulación Prenatal el contexto ideal para el desarrollo de esta vinculación paterna.

## **1.2. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN**

En nuestro país, de acuerdo con los resultados de la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH) de 2018, la población económicamente activa (PEA) ocupada femenina, es decir, aquellas que cuentan con un empleo, representan el 44.2% de la población ocupada<sup>8</sup>, estas estadísticas originan un cambio en la dinámica familiar, pues la

madre también se inserta al mundo laboral y aporta económicamente. Es así que se deja atrás el estereotipo que la madre sea considerada la cuidadora principal de la familia, y el padre el proveedor económico. (8)

Esto genera otro cambio, que es el compartir las responsabilidades del hogar entre ambos padres, que, a su vez, influyen en el modo de concebir, pensar y ejercer la paternidad, pudiendo el padre adquirir características como ser comprometido, amoroso y sensible a las necesidades de sus hijos. Para ello, es necesario fomentar espacios de reflexión y aprendizaje que permitan al padre poder obtener satisfacción y emoción de amar y participar en la crianza de los hijos, de compartir el tiempo y disfrutar de dicha relación. (9)

La presencia del padre es muy importante para lograr la salud integral de cada uno de los miembros de la familia, incluido el niño por nacer, así como también el fomento de vinculación afectiva entre la pareja, como base de la familia, y la vinculación con cada uno de los hijos.

Durante la gestación, el padre, cumple un rol fundamental en la generación de un ambiente adecuado y de apoyo para que la gestante pueda vivir esta etapa a plenitud, se sienta amada, cuidada y protegida, constituyéndose en una oportunidad para fortalecer la relación de pareja, pues también se debe considerar los sentimientos y emociones que el padre experimenta en este periodo; que también nos manifiestan Miranda y Trujillo en su trabajo, donde concluye que los hombres tienen numerosas

experiencias, cambios y adquisición de nuevos roles, por lo cual deben ser educados. (10)

Todo ello, les permitirá prepararse juntos para realizar la tarea de la maternidad y paternidad responsable, y en especial, la vinculación con su bebé, tal como Luuko concluye que el periodo de embarazo es importante en la formación de una relación de apego temprano con el bebé que continua también después del nacimiento. (11)

El varón, muchas veces, experimenta el embarazo y el parto como procesos intangibles, es importante brindarle el soporte necesario para fomentar su participación activa y consciente en dichos procesos, como nos afirman Miranda y Trujillo, en su trabajo, que conocer el sentir y pensar del hombre referente al embarazo denota la necesidad de involucrarlo en el proceso, hacerle sentir “estamos esperando un hijo” y no como, “mi mujer está embarazada”. (10)

En teoría, la estimulación prenatal, persigue dos objetivos el desarrollo cerebral del niño por nacer y la vinculación afectiva entre los padres, y de cada uno de ellos con su bebé; sin embargo, en la práctica se pone más énfasis en la vinculación materno-fetal. No debemos caer en este error, por el contrario, debemos practicar una estimulación contextualizada en el afecto, teniendo en cuenta la preparación psicológica de los futuros padres y del crecimiento sincronizado de la pareja, algo que también Eggermont afirma al decir que los padres tienen un rol fundamental en el proceso de la maternidad, pero que las parteras no los incluyen en el mismo. (12)

Los procesos de estimulación prenatal deben crear ese espacio para que los padres adquieran las herramientas y habilidades necesarias para llevar a cabo su tarea con éxito, otorgando un papel más importante al padre dentro del proceso del embarazo, tal como nos manifiesta Fernández que es necesario reestructurar los programas para incrementar la asistencia de los padres. (13)

Es importante poder recoger y responder a las necesidades particulares, muchas veces no sentidas, de nuestras gestantes, de sus parejas, y de las familias, y así poder establecer las estrategias para mejorar los procesos y procedimientos estandarizados en la Guía Técnica del Programa de Estimulación Prenatal, ajustándolos o modificándolos de ser necesario, siendo necesario involucrar a los varones en mayor medida en estos espacios, como también lo encontró Laguado en su estudio. (14)

## **CAPÍTULO II**

### **FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA**

#### **2.1. MARCO TÉORICO, RELEVANCIA, INSTRUMENTOS QUE AVALAN LA PROPUESTA**

##### **2.1.1. MARCO TÉORICO**

###### **2.1.1.1. Antecedentes**

Göbel (2019) y otros, en su trabajo “El vínculo prenatal de las parejas con el feto y a la asociación con el bienestar emocional propio y el estilo de apego romántico de la pareja”, realizaron un estudio de forma transversal, en el Centro Médico Universitario de Hamburgo-Eppendorf, Alemania, con noventa y tres mujeres embarazadas y sus parejas. Los resultados fueron, para las madres, los niveles más altos de hostilidad y la evitación relacionada con el apego se asociaron con una calidad de unión más baja. Inesperadamente, los niveles más altos de hostilidad de la pareja se asociaron con una mayor calidad de unión. Los padres con mayor

evitación relacionada con el apego informaron una menor intensidad de unión. Ni la intensidad de la vinculación materna ni la calidad de la vinculación paterna se asociaron con las variables predictoras. Se concluye que la vinculación prenatal está influenciada individualmente por el bienestar emocional y los estilos de apego romántico, con diferentes efectos en madres y padres. Los posibles estados emocionales negativos y la dinámica de pareja en el periodo periparto deben abordarse en la atención prenatal. Las clases de preparación al parto pueden ser un contexto ideal para informar a los padres sobre estos temas. Los padres angustiados podrían beneficiarse del apoyo interdisciplinario que se enfoca en la salud mental perinatal y el vínculo parenteral-fetal. (15)

Luuko (2019), en su estudio “Las asociaciones entre el funcionamiento reflexivo parenteral prenatal, el apego fetal y la unión posparto de los padres” realizó un estudio con una muestra de 917 padres. Los padres completaron la escala de inserción fetal paterna (PFAS) en las semanas de gestación 24 y 34, el cuestionario de funcionamiento reflexivo parental prenatal (P-PRFQ) en la semana de gestación 34 y el cuestionario de unión posparto (PBQ) tres meses después del parto. El funcionamiento reflexivo parental prenatal más alto de los padres se asoció con la intensidad general del apego fetal de los padres y explicó el 32.7% de la variación en el nivel de apego fetal entre los padres. El funcionamiento reflexivo parental prenatal más alto de un padre también se asoció con un mayor aumento en su apego fetal desde mediados hasta fines del embarazo, pero este efecto fue muy débil. La unión fetal más fuerte de los padres en las semanas 24 y 34 de gestación predijo una unión más fuerte hacia el bebé tres meses después del parto, mientras que el

funcionamiento reflexivo no predijo la unión individualmente cuando se evaluó junto con la unión fetal. Se concluye que estos hallazgos sugieren que, para los padres, el período de embarazo es importante en la formación de una relación de apego temprano con el bebé que continúa también después del nacimiento. (11)

Laguado (2019), en su estudio “Experiencias de participación de los hombres en el cuidado de su pareja gestante”, realizó un estudio cualitativo fenomenológico con nueve hombres entre 19 y 36 años en un programa materno de Cúcuta, que buscó comprender sus experiencias de participación en el cuidado de su pareja gestante. En las narrativas emergen construcciones frente al embarazo y su aceptación, emocionalidad, cambios asociados, significados en torno a la paternidad y al cuidado, enmarcados en el deber ser masculino. Cuidar a su pareja les genera satisfacción porque cumplen con el rol social esperado. Emergen significados del cuidado a su pareja asociados a “responsabilidad” y “deber”, sustentados en el rol de proveedores y protectores de su pareja gestante y del hijo por venir. Los hombres vivencian diversos cambios: suspenden proyectos planteados, se reconocen más tiernos, maduros y vinculados a sus parejas, reducen sus espacios sociales y perciben transformaciones en la gestante y en la relación afectiva y sexual. Actúa como barrera principalmente su trabajo, debido a horarios, condiciones laborales y autoexigencia. Se hace necesario involucrar a los hombres en mayor medida en los espacios. (14)

Eggermont (2017), en su estudio “Needs of fathers during labour and childbirth”, realizado en Bélgica, afirma que los padres tienen un rol fundamental en el proceso

de la maternidad, pero que las parteras no los incluyen en el mismo. Se buscó encontrar cuál es la necesidad del padre en cada uno de los procesos. Los datos se recogieron durante un estudio transversal, en dos salas de maternidad en Bélgica, donde se utiliza un modelo dirigido por médicos. Los padres presentes durante el parto natural fueron reclutados por muestreo consecutivo. Según los análisis multivariados, los padres con un nivel educativo más alto y los padres múltiparos necesitaron menos información sobre el proceso de nacimiento en comparación con los padres menos educados ( $p < 0,05$ ; OR = 4,08; IC del 95% = 1,02-16,31) o padres primerizos ( $p < 0,001$ ; OR = 0,04; IC del 95% = 0,01-0,18). Para los padres múltiparos, un recorrido por la sala de partos fue menos importante que para los padres primíparos ( $p = 0,005$ ; OR = 0,14; IC del 95% = 0,03-0,54). Los padres casados necesitaron menos información sobre cómo apoyar a sus parejas físicamente ( $p < 0,005$ ; OR = 0,18; IC del 95% = 0,06-0,59) y emocionalmente ( $p = 0,01$ ; OR = 0,24; IC del 95% = 0,08-0,72) en comparación con padres que cohabitan. Las necesidades de información son más importantes para los padres en comparación con las necesidades centradas en la experiencia del parto o su participación. Las variables sociodemográficas como el nivel educativo, la paridad y el estado civil se asociaron con las necesidades de los padres. Las parteras deben estar al tanto de las necesidades de los padres durante el proceso de nacimiento y satisfacer estas necesidades de manera apropiada. (12)

Hernández (2016), en su trabajo “La estimulación prenatal: Evolución y beneficios” realizó una investigación sobre dicho tema, entendiendo la misma como una serie de acciones auditivas, táctiles, visuales y motoras; que buscan la comunicación con

la persona por nacer, su aprendizaje y potenciar su desarrollo físico, sensorial y mental. El estudio fue de tipo documental, encontrando que la estimulación prenatal tiene una historia relativamente reciente a nivel mundial. En la República de El Salvador, a pesar que las personas desde la vida uterina son sujetos de derechos constitucionales (la protección de la salud física y mental; la educación, asistencia y desarrollo integral), el sector público de salud no aplica ningún método de concientización, divulgación y uso de la estimulación prenatal. El sector privado de salud (hospitales o clínicas con servicios ginecológicos y obstétricos) no cuenta con una amplia alternativa y cobertura que garantice la concientización, enseñanza y aplicación de la estimulación del nonato. (16)

Fernández (2014), en un estudio en España sobre “Características de los programas de educación maternal de atención primaria de la Comunidad de Madrid (España) y de sus asistentes”, busca describir los programas de educación prenatal que se brinda en los centros de atención primaria y quien es la población que se atiende. Respecto a años previos, la asistencia a sesiones del primer y segundo trimestre han disminuido un 26.5%, se mantienen las del tercer trimestre, las de puerperio han aumentado un 22.5%, hay mayor asistencia de parejas 48.5%. Este estudio permite valorar el incremento de la asistencia a los programas educativos de los padres, ello nos brinda ideas de como reestructurar los programas para incrementar la asistencia de los mismos. (13)

Vreeswijk y otros (2014), en su trabajo “Experiencias de los padres durante el embarazo: apego prenatal paterno y representaciones del feto”, realizaron un

estudio exploratorio donde se investigan las experiencias de los padres durante el embarazo, centrándose en su relación con el bebé nonato. A las 26 semanas de edad gestacional, los futuros padres de una muestra comunitaria holandesa (N= 301) completaron cuestionarios sobre sentimientos de apego al feto y el bienestar psicológico. Los resultados muestran que la calidad del apego prenatal de los padres y sus representaciones del feto estaban interrelacionadas. Los padres que informaron una mayor calidad de apego prenatal tenían más probabilidades de tener representaciones equilibradas de sus hijos no nacidos, mientras que los padres con una menor calidad de apego tenían más probabilidades de mostrar representaciones desconectadas. Además, la calidad del apego prenatal autoinformado por los padres fue mayor cuando los padres experimentaron menos síntomas de depresión y ansiedad durante el embarazo, cuando eran más jóvenes y cuando esperaban su primer hijo. Estos factores no estaban significativamente relacionados con las representaciones internas del feto de los padres. Se necesita más investigación para examinar los efectos de la relación prenatal padre-bebé sobre el apego postnatal padre-niño, el comportamiento infantil, y desarrollo infantil. (17)

Miranda y Trujillo (2014) en su trabajo “Experiencia de los hombres durante el embarazo de su esposa y nacimiento de su hijo(a)”, realizaron un estudio cualitativo mediante entrevistas individuales a 20 hombres que esperaban el nacimiento de su hijo(a). Los resultados muestran que las experiencias del hombre durante el embarazo de su compañera son variadas, sin embargo, cuando hay deseos de ser padre se involucra más en apoyar a su esposa, el hombre apoya más en actividades del hogar y menos al asistir al control prenatal. Al existir unión sentimental, y una

relación estable, son más frecuentes los signos y síntomas psicológicos o fisiológicos; con el pasar de los meses el hombre se va absteniendo de las relaciones sexuales. Se concluye que los hombres tienen numerosas experiencias, cambios psicológicos, fisiológicos y adquisición de nuevos roles, desean ser parte del embarazo por lo cual deben ser educados referente al mismo. (10)

#### **2.1.1.2. Bases Teóricas**

##### **Estimulación Prenatal**

###### **a) Definición**

En nuestro país, según la Ley No 28124, Ley de Promoción de la Estimulación Prenatal y Temprana, la Estimulación Prenatal es definida como el conjunto de procesos y acciones que potencian y promueven el desarrollo físico, mental, sensorial y social de la persona humana, desde la concepción hasta el nacimiento; mediante técnicas realizadas a través de la madre con la participación activa del padre, la familia y la comunidad. Es una intervención que busca la reducción de factores riesgo de tipo social, psicológico y sobre todo biológico, las cuales puedan intervenir desfavorablemente en el desarrollo, crecimiento y maduración de niño por nacer. (5)

La estimulación prenatal posibilita que el niño por nacer aprenda, se sienta querido, protegido y que pueda ir desarrollando su personalidad, a través de las

experiencias que recibe su madre. Para los padres, es importante saber, que sus hijos reciben información desde su concepción y por ello deben evitar la violencia y proporcionar un entorno saludable que permita el desarrollo favorable, respetando su evolución natural y su propia dinámica, buscando el bienestar para su hijo. (18)

### **b) Bases neurológicas**

Según el Atlas de Histología de Gartner, la estimulación prenatal está basada en el desarrollo y maduración del sistema nervioso central (centro del control de las vivencias del niño y del futuro adulto), y en particular del cerebro, el que está constituido por millones de neuronas, las que se interrelacionan entre sí formando las sinapsis, a nivel de las cuales actúan los neurotransmisores eléctricos, cuya función es integrar cada una de las neuronas a un sistema nervioso complejo que definirá el futuro del niño por nacer, ya permite a las neuronas se comuniquen una con otra y con células efectoras (músculos, glándulas, etc.). (16)

### **c) Inicio de la estimulación prenatal**

La estimulación prenatal se debe iniciar lo más pronto posible, debido a que al favorecer desde muy temprano la formación de sinapsis, permitirá aumentar las comunicaciones entre las neuronas, contribuyendo a un óptimo desarrollo cerebral y del sistema nervioso del niño por nacer. <sup>19</sup>

Es a través de las experiencias, conscientes o inconscientes, que viva la madre, que el niño por nacer recibirá la información que repercutirá favorable o desfavorablemente en su desarrollo, siendo la pareja una de las personas más influyentes en brindar un entorno saludable para su pareja y su bebé.

#### **d) Beneficios de la estimulación prenatal**

Los niños por nacer, que reciben adecuados estímulos por parte del padre y la madre, establecen vínculos afectivos que permitirán fortalecer la unión entre ellos, y durarán toda la vida.

Al mismo tiempo, proporciona recién nacidos relajados, que lloran menos, hacen una siesta mejor, se pueden concentrar mejor, presentan un mejor coeficiente intelectual, favoreciendo el aprendizaje; presentan también un mejor desempeño en el área del lenguaje, la creatividad y la música. Son muy diversas las formas como se pueden estimular al bebé, estos deben ser eficaces, agradables y brindados de manera organizada. (20)

Los beneficios, a largo plazo, son que el niño sea más despierto, desarrolle la curiosidad y tienda a investigar todo lo que le rodea. También contribuye a su desarrollo social, pues será capaz de interrelacionarse adecuadamente con los demás.

Todo ello contribuirá a evitar problemas sociales de relevancia en la salud pública como embarazos adolescentes, pandillaje, drogadicción, entre otros, relacionados con carencias afectivas, en especial, en el entorno familiar.

#### **e) Técnicas de estimulación prenatal**

Conjunto de procedimientos o recursos organizados para brindar una adecuada estimulación de los sentidos, lo cual, fomenta el desarrollo cerebral del niño por nacer. A continuación, describiremos brevemente cada una de ellas. (5)

- **Técnica táctil:**

Realizada desde de la sexta a décima semana de embarazo, utilizando recursos que presenten diversas texturas y presiones; los cuales se aplican en el abdomen materno, a nivel del dorso del bebé; produciendo vibraciones que son transmitidas por el líquido amniótico a los nervios periféricos de la piel del niño por nacer, y llegar a la corteza cerebral. (16)

- **Técnica visual:**

Tiene mayor impacto desde el cuarto mes de embarazo, a través del uso de luz natural y artificial aplicada en el abdomen materno (siempre y cuando no sea tan cerca). Este estímulo, a través de la retina ocular, llega al nervio óptico, y finalmente al cerebro fetal. (16)

- Técnica auditiva:

Se realiza desde las catorce semanas de embarazo, cuando el niño por nacer capta los sonidos tanto internos como externos. Este estímulo funciona como una sustancia interactiva que va a actuar en forma directa sobre el sistema nervioso autónomo e hipófisis del niño por nacer. (16)

- Técnica motora:

Es aplicada desde la décima semana de embarazo, todos los movimientos y posiciones que realiza la gestante, en especial la gimnasia obstétrica, van a viajar a través de los conductos semicirculares en el oído interno hasta el centro del equilibrio a nivel cerebral, que lo pone vigilante. (16)

#### **f) Técnica de relajación**

Existen diversos métodos, como el de Jacobson, Schultz, y la Sofrología, los cuales permiten percibir, conocer y controlar progresivamente cada parte del cuerpo, a través de actividades físicas y psíquicas, estimulando la producción de hormonas que repercuten favorablemente en la salud de la gestante y también de la pareja, logrando su estabilidad emocional y su relajación. Todo ello favorece un entorno adecuado para el desarrollo del niño por nacer.

### **g) Técnica de visualización**

Es aplicada mientras la gestante está en un estado de relajación profunda, escuchando una voz pausada y tranquila, que describirá distintas representaciones mentales que incentiven la tranquilidad de la madre y el niño por nacer. Por ejemplo, la gestante puede imaginarse en un ambiente como la playa, el campo, describiendo cada detalle de estos ambientes (color, aromas, sensaciones, etc.), que le brinden bienestar y confort.

También se puede agregar en estos escenarios la aparición de su bebé, pudiendo producirse la interacción, acariciándolo, besándolo, diciéndole lo mucho que lo ama. Es importante que la pareja también pueda participar de este tipo de técnicas para sentirse conectado con su bebé. La obstetra entrenará a la gestante y su pareja en cada una de las sesiones para que pueda lograrlo.

## **Vinculación prenatal**

### **a) Definición**

Es la relación cálida, continua y frecuente de la madre con su bebé, donde también puede incluirse al padre, desde la etapa del embarazo hasta el nacimiento, fortaleciéndose los lazos afectivos para toda la vida. (5)

## **b) Cuando se inicia**

Se puede iniciar desde cualquier momento del embarazo, cuando alguno de los padres o los dos comienzan a cambiar su rutina para adecuarse a la llegada de su bebé, considerándolo un ser humano independiente de la madre.

## **c) Técnicas de vinculación prenatal**

Conjunto de procedimientos organizados que se utilizan para favorecer el fortalecimiento del vínculo prenatal, incluye: armonización, trascendencia, afirmación y expresión.

- **Armonización:** Busca empoderar a la madre, que adquiera seguridad en sí misma y confíe que su cuerpo realizará lo necesario para llevar una gestación y embarazo exitoso; ello sentará los cimientos para un desarrollo físico, emocional y mental óptimo del futuro bebé.
- **Trascendencia:** Busca atravesar algún tipo de límite, en nuestro caso, la gestante luego de empoderarse y sentirse bien, podrá transmitir esos sentimientos y emociones positivas a los demás, en especial a la pareja, a la familia y a su niño por nacer. Al transformar profundamente a la madre gestante, se está impactando también en su pareja y su familia.
- **Afirmación:** A través de esta actividad se busca afianzar comportamientos adecuados, a través de la repetición de pensamientos positivos, los cuales se

irán introduciendo a la conciencia, para alcanzar las metas deseadas, desde una adecuada relación de pareja, hasta una vinculación adecuada con el niño por nacer.

- **Expresión:** es una manifestación de los pensamientos positivos que has construido, los cuales se pueden dar a través del lenguaje verbal o no verbal.

## **Vinculación paterna**

### **a) Paternidad**

Aún se están realizando investigaciones sobre el vínculo entre el padre y su bebé, y las repercusiones en la vida de ambos, sin embargo, cada vez más los padres se han incorporado en la participación activa en la crianza de los hijos, es más, al incorporarse la madre al mundo laboral, hay padres que lo asumen por completo.

### **b) Correlaciones biológicas de la conducta paterna**

Está demostrado que las conductas paternas, tales como mostrar ternura y cargar al bebé cuando éste llora, están relacionadas con componentes hormonales. Se conoce que la variación de los niveles hormonales que experimentan los varones, cuyas parejas se encuentran en periodo de gestación, incluyen disminución de la testosterona (relacionada con la ternura y el mayor interés en

el bebé), el incremento de la prolactina (relacionado con la mayor sensibilidad y ternura) y el aumento de cortisol (relacionado con la mayor concentración en el parto y el aumento de interés en el bebé). Dependen de muchos factores el desarrollo de estos niveles óptimos de hormonas en los padres, pudiendo ser fomentados en las sesiones de Estimulación Prenatal.

### **c) Factores culturales en la conducta paterna**

La cultura influye en forma determinante en el significado de la palabra padre, esta podría tener múltiples respuestas. Ello mismo sucede cuando queremos conocer y determinar cómo debe ser el comportamiento de un padre y cuál es su rol o función que cumple en la vida emocional del hijo. Entre las diversas culturas, este rol varía desde un papel preponderante en el cuidado de los hijos, incluyendo el aspecto emocional, incluso mayor que la propia madre, por ejemplo, los pigmeos; hasta un rol exclusivo de proveedor, y con poco involucramiento e interés en el desarrollo emocional del niño; existiendo una gran gama de posibilidades entre estos dos comportamientos descritos.

### **d) El padre y el embarazo**

Todos los padres desarrollan un sentido de ambivalencia al esperar el embarazo: ansiedad respecto a su propia madurez, pues a pesar de ser adultos, está la inseguridad de hacerlo bien y, en otros, que son adolescentes, y todavía manifiestan conflictos internos, de cómo será su rol. Una parte de su ser a nivel

consciente está muy feliz con lo que viene y con el prospecto de ser padre, pero también es común la presencia de temor y ansiedad. Hay muchos futuros padres que han tenido conflicto con sus progenitores y el reto es como evitar poder transformarse en alguien como su padre, y evitarán de manera subconsciente la manera de ser igual o similar a su progenitor. En algunos casos también se pueden generar sentimientos de competencia y de lucha hacia el niño por nacer. Algunos factores de estrés adicional son las expectativas de la sociedad e incertidumbre, lo cual puede hacer que los varones experimenten sensación de confusión y presentación de conflictos en relación a lo que se espera de ellos en el proceso de gestación, parto y pos parto. (21)

En la mayoría de los casos la noticia de la gestación es recibida con beneplácito, aunque muchos padres tienen que afrontar dicha noticia con estoicismo, pues la mujer tiende a buscar la atención desde etapas muy tempranas; en general, los varones que van a ser padres por primera vez muestran mayor depresión y ansiedad. Al final del embarazo, el padre es dejado de lado, pues es la madre y el bebé son quienes reciben todo el interés.

#### **e) Tareas psicológicas de la paternidad**

Según la literatura existen diferentes formas de reaccionar y de comportamiento ante el embarazo, los cuales pueden variar con el curso del mismo. Se distinguen tres tipos de comportamientos: el observador, el reactivo o expresivo y el instrumental. (22)

El “observador” como su nombre lo indica es el que espera a ver qué pasa, no indica que no le interese, presenta un gran dominio de sí mismo, pero elige sólo observar sin actuar, a pesar de estar feliz con el embarazo.

El segundo, es el “expresivo”, a este le gusta estar presente y participar activamente en cada momento.

El “instrumental” está relacionado con la persona que le gusta ayudar para que todo salga bien, no expresa sus emociones ni sentimientos con el lenguaje verbal, pero se encarga de las situaciones que se puedan presentar. (23)

#### **f) El padre y el parto**

La presencia del padre, en el momento del parto, y el contacto precoz con su bebé, son indicadores que pueden predecir una adecuada vinculación entre el padre y su bebé. Por lo que nuestro sistema de salud debe fomentar las interacciones tempranas entre el padre, la madre y el bebé, así como también brindar el soporte emocional al padre, para afrontar esta situación. (24)

#### **g) El padre y la etapa posnatal**

Luego del nacimiento, el padre puede contemplar a su bebé, y diferenciarlo de otros, aun estando con los ojos vendados y sin olerlos. También en los padres

se pueden producir variaciones fisiológicas, en relación al estrés del bebé, pudiendo mostrar un enorme deseo de interactuar con él.

Lamb identifica tres áreas principales del comportamiento paterno: interacción, accesibilidad al hijo o hija y responsabilidad.

La primera se refiere a los intercambios directos entre el padre y los hijos, observables de primera mano. La accesibilidad consiste en la disponibilidad (real y psicológica) del padre en cuanto a la vida y emociones del menor. Responsabilidad es la capacidad del padre para mantener un nivel constante de cuidados, satisfactores y otras necesidades de los hijos y la familia.

También se ha observado que cuando el padre tiene un estilo de interacción con el niño pequeño en el que hay sensibilidad, ternura y respuestas a sus comunicaciones, hay mayor posibilidad de que ocurra un “apego seguro” en el niño o niña. (21)

### **2.1.2. RELEVANCIA**

La Estimulación Prenatal constituye una poderosa inversión para el país, tanto en el ámbito económico como en el ámbito social, pues facilita el desarrollo potencial de los niños por nacer, lo cual no sólo repercutirá en forma favorable para ellos y su entorno familiar, sino también para la nación peruana, al brindar mejores ciudadanos.

Es lamentable, que aún, la responsabilidad sobre el cuidado de los hijos, incluso desde el embarazo, recaiga exclusivamente en la madre, por diversas costumbres o creencias, creando un distanciamiento con el padre, no permitiéndole su participación activa en esta nueva etapa.

Es importante desarrollar en las sesiones de estimulación prenatal, los aspectos emocionales, afectivos y socio familiares, en especial, la relación de pareja, cuando existe, pues son elementos que fomentan la vinculación de la familia, lo cual repercute favorablemente en el desarrollo físico, mental y social del niño por nacer. Evitando, a largo plazo, efectos sociales negativos como el fracaso escolar, la delincuencia, el embarazo adolescente, entre otros.

A pesar de los grandes beneficios de estos procesos educativos, aún quedan muchos aspectos pendientes, para alcanzar una adecuada implementación, que considere la participación activa del varón en todo este proceso.

Por todo ello, es importante la realización del presente trabajo académico, para poder brindar una herramienta estratégica, que permita la participación activa del varón en los procesos educativos de Estimulación Prenatal, teniendo en cuenta las características del mismo, el tiempo y otros factores.

### **2.1.3. INSTRUMENTOS QUE AVALAN LA PROPUESTA**

El principal instrumento lo constituye la Guía Técnica para la Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal, aprobada por el Ministerio de Salud, que es de aplicación en todos los establecimientos del Ministerio de Salud a nivel nacional, pudiendo aplicarla o tomarla de referencia para la elaboración de sus propias guías lo demás establecimientos del sector (Sanidad de la Fuerzas Armadas, Policía Nacional del Perú, Clínicas y otros del sub sector privado).

Además, para el desarrollo de las sesiones es importante contar con:

- Ficha de datos de la gestante y su pareja (Ver Anexo 1).
- Cartilla de Estimulación Prenatal (Ver Anexo 2).
- Encuesta de Satisfacción (Ver Anexo 3).
- Escala PeMViPP de Percepción materna del Vínculo Prenatal del padre (Ver Anexo 4).

### **2.2.OBJETIVOS DE LA PROPUESTA**

La Estimulación Prenatal busca potenciar el desarrollo físico, mental, social y sensorial del niño por nacer, y a su vez, generar un vínculo más íntimo con la madre y el padre. Las técnicas de relajación, visualización, vinculación prenatal y estimulación prenatal (táctil, visual, auditiva y motora), buscan brindar un

ambiente de tranquilidad y relajación en este periodo tan especial, así como optimizar el desarrollo cerebral, asegurando la salud integral del niño por nacer.

Teniendo en cuenta que la Estimulación Prenatal, debe integrar lo cognitivo y lo afectivo, y donde se considera no sólo al niño por nacer y su madre, sino también al padre y a la interrelación entre todos ellos, el objetivo, de las sesiones de estimulación prenatal propuestas, no sólo será fomentar el desarrollo intelectual del niño por nacer, sino también estimular a la gestante y su pareja, procurar bienestar físico y psicológico a ambos, potenciar y fortalecer los vínculos afectivos, la armonía de la pareja y la cohesión familiar, y proporcionar información y estrategias para afrontar adecuadamente todos los cambios que se avecinan, poniendo énfasis en la vinculación paterna.

### **2.3.OBJETIVO GENERAL Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

#### **a) Objetivo General**

Diseñar un programa de estimulación prenatal con énfasis en la vinculación afectiva paterna, en un Hospital Nacional de EsSalud, 2017.

#### **b) Objetivos Específicos**

- Elaborar los elementos conceptuales de las sesiones de estimulación prenatal con énfasis en la vinculación afectiva paterna, en un Hospital Nacional de EsSalud, 2017.

- Elaborar los elementos metodológicos de las sesiones de estimulación prenatal con énfasis en la vinculación afectiva paterna, en un Hospital Nacional de EsSalud, 2017.
- Elaborar las técnicas de relajación y visualización de las sesiones de estimulación prenatal con énfasis en la vinculación afectiva paterna, en un Hospital Nacional de EsSalud, 2017.
- Elaborar las técnicas de vinculación prenatal de las sesiones de estimulación prenatal con énfasis en la vinculación afectiva paterna, en el Hospital Nacional de EsSalud, 2017.
- Elaborar las técnicas de estimulación prenatal de las sesiones de estimulación prenatal con énfasis en la vinculación afectiva paterna, en el Hospital Nacional de EsSalud, 2017.

#### **2.4.ACTORES**

La Obstetra será la responsable de conducir los procesos de educación materna, como la Estimulación Prenatal, en las instituciones que se encargan de la promoción y el cuidado de la salud de la gestante durante el embarazo, parto y pos parto, como consta dentro de las funciones de su perfil profesional.<sup>25</sup>

Sin embargo, dichas actividades pueden complementarse con el aporte de otros profesionales de la salud que participan de la atención integral de la gestante como nutricionista, psicólogo u otros.

## **2.5. ESTRATEGIAS**

Debemos de sensibilizar a nuestras autoridades, para obtener su ayuda, sobre la importancia de la participación de las gestantes y sus parejas en los procesos educativos de estimulación prenatal.

Se deben realizar mayores esfuerzos para aumentar la asistencia de los padres a dichos procesos educativos, con una mejor oferta de horarios y con actividades de captación para lo cual será necesario el involucramiento de todo el personal de salud, desde el personal de vigilancia que recibe en la puerta, los profesionales de la salud que forman parte de la atención integral de la gestante, incluyendo los que realizan la atención prenatal.

Es necesario conocer las características de los padres para planificar las sesiones adecuándolos a sus necesidades e inquietudes. Esta propuesta puede servir de base para poder desarrollar nuestras sesiones de Estimulación Prenatal donde se cuente con la presencia de la pareja, pudiendo ser mejorada o reestructurada, según las nuevas necesidades y expectativas que puedan presentarse.

Para ello, se ha diseñado un programa de Estimulación Prenatal con énfasis en vinculación paterna, que comprende 4 sesiones, teniendo en cuenta que la edad gestacional ideal para la estimulación es a partir de las 24 semanas (5) y que el padre muchas veces por el trabajo no dispone de tiempo, para poder acudir a las sesiones de estimulación prenatal.

Este diseño incluye, además del desarrollo de los contenidos teóricos propuestos en la Guía Técnica de Estimulación Prenatal; en la primera sesión, fomento de la unión de la pareja; en la segunda sesión, se pone más énfasis en la relación de la madre y el niño por nacer, pero con participación activa del padre; en la tercera sesión, se promueve la relación del padre con su bebé; y en la cuarta sesión, se fomenta la vinculación de la familia.

Empleamos para ello diversas actividades que incluyan dinámicas de integración, desarrollo de contenidos teóricos, desarrollo de técnicas de relajación, visualización y vinculación realizadas de manera vivencial, que responden a esa necesidad de generar lazos afectivos entre los padres y su niño por nacer. Es importante recalcar que en el diseño no se deja de lado las técnicas de estimulación prenatal que fomentan el desarrollo integral del niño por nacer.

Es importante realizar la aplicación de este Diseño Propuesto de este programa de estimulación prenatal (Anexo 5) y evaluar el impacto en la vinculación paterna con el niño por nacer (Anexo 4).

## **2.6.RESULTADOS ESPERADOS**

Al culminar el programa de estimulación prenatal con énfasis en vinculación paterna se espera:

- a) Fortalecer el vínculo en la madre hacia su niño por nacer.

- b) Fortalecer el vínculo del padre hacia su niño por nacer.
- c) Mejorar la práctica de hábitos y estilos de vida saludable.
- d) Mejorar la responsabilidad materna y paterna en el cuidado de su bebé.
- e) Mejorar y consolidar la relación de pareja y familia.

La presente propuesta permite una participación activa del varón, con el fin de lograr niños con un mejor desarrollo físico, mental y social; que vivan dentro de una familia saludable, evitando, a largo plazo, efectos sociales negativos como la delincuencia, el embarazo adolescente entre otros.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rodríguez A. Adaptación de la pareja al embarazo como proceso y promoción de la salud infantil. Tesis doctoral. Universidad de Murcia. 2010.
2. Guijarro C, Martínez-Lorca M, González J, Zabala-Baños C, Martínez-Lorca A. Conocimiento de la estimulación prenatal en los programas de educación maternal en Atención Primaria por parte de las mujeres gestantes. *Revista Clínica de Medicina de Familia*. 2016. Vol 9(2); 83–90.
3. Ministerio de Salud. Ley No 28124. Ley de Promoción de la Estimulación Prenatal y Temprana. Normas legales del Diario El Peruano. 2006.
4. Palacios J, Castañeda E. La primera infancia (0 - 6 años) y su futuro. Madrid. Fundación Santillana; 2009.
5. Ministerio de Salud. Guía Técnica de Psicoprofilaxis Obstétrica y Estimulación Prenatal. Lima; 2013.
6. Morales S, García Y, Agurto M, Benavente A. La Psicoprofilaxis Obstétrica y la Estimulación Prenatal en diversas regiones del Perú. *Horizonte Médico*. 2014. Vol 14(1); 42-48.
7. Montesinos R. La nueva paternidad: expresión de la transformación masculina. *Polis: Investigación y Análisis Sociopolítico y Psicosocial*. 2004. Vol 2(4); 197-200.
8. INEI. Encuesta Nacional de Hogares (ENAHOG). 2018.
9. Salguero Velásquez A, Córdoba D, Saipán S. Masculinidad y paternidad: los riesgos en la salud a partir de los aprendizajes de género. *Psicología y Salud*. 2018. Vol 28(1); 37-44.

10. Miranda V, Trujillo D. Experiencia de los hombres durante el embarazo de su esposa y nacimiento de su hijo(a). *Rev Cient Esc Cien Salud*. 2014. Vol 1(2); 17-24.
11. Luukko M. The associations between prenatal parental reflective functioning, fetal attachment and postpartum bonding of fathers. University of Turku. 2019.
12. Eggermont K, Beeckman D, Van A. Needs of fathers during labour and childbirth: A cross-sectional Study. Elsevier. 2017. Vol 30(4); 188-97.
13. Fernández M. Características de los programas de educación maternal de atención primaria de la Comunidad de Madrid (España) y de sus asistentes. *Matronas Profesionales*. 2014. Vol 15(1); 20-26.
14. Laguado T, Lafaurie M, Vargas L. Experiencias de participación de los hombres en el cuidado de su pareja gestante. *Duazary*. 2019. Vol 16(1); 79 – 92.
15. Göbel A. et al. Couples' prenatal bonding to the fetus and the association with one's own and partner's emotional well-being and adult romantic attachment style. *Midwifery*. 2019. Vol 79; 102549.
16. Hernández K. La estimulación prenatal: Evolución y beneficios. Universidad Católica de El Salvador. *Anuario de Investigación*. 2016. Vol 5; 361 – 76.
17. Vreeswijk C, Maas J, Rijk C, Bakel H. Father's experiences during pregnancy: paternal prenatal attachment and representations of the fetus. *Psychology of Men & Masculinity*. 2014. Vol 25(2); 129.
18. Aguaiza L, Tapia A. Implementación de la Estimulación Prenatal en Adolescentes Gestantes que acuden al Subcentro de Salud Sur de la Ciudad de Tulcán. Tesis. Universidad Politécnica Estatal del Carchi; 2012.

19. La Fuente B. Programas de estimulación prenatal en adolescentes embarazadas. Tesis. Hospital Central Universitario Antonio María Pineda. Tesis para especialización. Venezuela. Universidad Centrooccidental Lisandro Alvarado; 2010.
20. Benalcázar L, Bermeo J. Influencia de la Estimulación Prenatal en el Desarrollo Sensorial del Bebé. Quito. Universidad Estatal del Milagro; 2015.
21. Sánchez I. La vinculación afectiva y el camino de la vida. Apego, pérdida y psicopatología infantil. 2013. Vol XIV.
22. Fernández M, Fernández I. Explorar el concepto de empoderamiento y el papel de los programas de educación maternal en el empoderamiento de las mujeres y sus parejas. Anales de Psicología. 2017. Vol 2(1); 3-20.
23. Gómez R, Alonso P, Rivera I. Relación materno fetal y establecimiento del apego durante la etapa de gestación. International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología. 2011. Vol 1(1); 425-34.
24. Tristán P. El Feto Agresivo. Parto, Formación de la persona y Mito-Historia en los Andes. Revista de Estudios Atacameños, Universidad Católica del Norte San Pedro de Atacama, Chile. 2002. Vol 1(2); 127-55.
25. Colegio de Obstetras del Perú. Compendio de Normas. Reglamento de la Ley 27853, Ley de Trabajo de la Obstetriz. VI Edición. Lima; 2012.
26. Lecannelier F. El padre en la etapa perinatal. Revista de Perinatología y Reproducción Humana. 2008. Vol 22(2); 145-54.
27. Blanco L, Martínez J, Villate E. Fortalecimiento del Vínculo Afectivo de la Triada Padre-Hijo-Madre a través del Curso de Preparación para la Maternidad

- y la Paternidad “Un Proyecto De Vida”: Un estudio de caso. Tesis de pregrado. Universidad Nacional de Colombia; 2014.
28. Tello C, Mazur A, Vidal J. Vinculación Afectiva Prenatal. Cuadernos de Bioética. 2009. Vol 20(3); 548-50.
  29. Romero F. La Construcción Social de la parentalidad y los procesos de vinculación y desvinculación padre - hijo. El Papel del Mediador Familiar. Ciencias Psicológicas. Nov 2007. Vol 1(2); 119-32.
  30. Becerril E, Álvarez L. La teoría del apego en las diferentes etapas de la vida. Trabajo Fin de Grado. Cantabria. Universidad de Cantabria; 2012.
  31. Viloria C. La Implicación de los padres en atención temprana y su repercusión en la práctica. Tesis doctoral. Madrid. Universidad Autónoma de Madrid; 2011.
  32. Lantarón C. La importancia del apego en la etapa infantil. Monografía. Fundación de Enfermería de Cantabria. Nuberos Científica; 2014.
  33. Maldonado M, Lartigue T. La prevención de los problemas emocionales y conductuales en la etapa perinatal. Revista de Perinatología y Reproducción Humana. 2008. Vol 22(2); 79-89.
  34. Ramírez H, Rodríguez I. Beneficios del acompañamiento a la mujer por parte de su pareja durante el embarazo, el parto y el puerperio en relación con el vínculo paterno filial. Matronas Profesionales. 2014. Vol 15(4); e1-e6.
  35. Sukkarieh S, Velasco M, Gómez S, Carrobles A. La evolución de los tiempos: Adaptación del rol paterno. Paraninfo Digital; 2012.
  36. Vreeswijk C. From pregnancy to parenthood: Father's and mother's representations of their (unborn) infants. Riderkerk: Ridderprint; 2014.