

[Inicio](#) > ¿Preparados para ser padres?

Share this Artículo

X



## ¿Preparados para ser padres?

Acabo de enterarme: estoy embarazada. Es un momento de gran felicidad, pero también lleno de interrogantes. ¿Estoy preparada para ser madre? ¿Seremos buenos padres? ¿Tendré instinto maternal? Por fortuna, tenemos nueve meses para resolver nuestras dudas y acostumbrarnos a nuestra nueva vida con el bebé.

<https://www.nestlebabyandme.com.pe/preparados-para-ser-padres-0> [1]

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## ¿Preparados para ser padres?

(0 opiniones)

Acabo de enterarme: estoy embarazada. Es un momento de gran felicidad, pero también lleno de interrogantes. ¿Estoy preparada para ser madre? ¿Seremos buenos padres? ¿Tendré instinto maternal? Por fortuna, tenemos nueve meses para resolver nuestras dudas y acostumbrarnos a nuestra nueva vida con el bebé.

Martes, Febrero 2nd, 2016

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Compartir](#)

Acabo de enterarme: estoy embarazada. Es un momento de gran felicidad, pero también lleno de interrogantes. ¿Estoy preparada para ser madre? ¿Seremos buenos padres? ¿Tendré instinto maternal? Por fortuna, tenemos nueve meses para resolver nuestras dudas y acostumbrarnos a nuestra nueva vida con el bebé.

Esperar un hijo es una experiencia extraordinaria; sin embargo, no nos convertimos en madres o padres de la noche a la mañana. Al contrario, es un proceso gradual en el que surgen interrogantes y dudas que, durante esta etapa, se pueden considerar como habituales.

### **Aprendiendo a ser mamá**

Para una mujer, el embarazo es un periodo de profundas transformaciones: el cuerpo cambia, las hormonas se alteran y, por lo tanto, nuestra sensibilidad está a flor de piel. Si a ello se suman las molestias físicas y el cansancio propio de la gestación, lo más probable es que nos invada el estrés, acompañado de episodios de excitación y euforia que, en la mayoría de los casos, terminan por afectar nuestro estado de ánimo. Incluso en los procesos de gestación más calmados, suelen ocurrir este tipo de situaciones.

Definitivamente, es un proceso normal e ineludible; pues, a través de estas experiencias, la gestante irá asumiendo poco a poco el papel de madre. De hecho, para facilitar esta laboriosa tarea, lo recomendable es recibir el apoyo y colaboración de alguna amiga, un familiar o un profesional de la salud.

### **¿Y qué lugar ocupa el padre?**

Para el padre, esta experiencia tiene sus propias resonancias; pues, aun cuando se implique activamente en el embarazo, siempre lo vivirá de forma externa. Y, a diferencia de su pareja, no podrá apoyarse en las sensaciones físicas para habituarse a la idea de ser padre sino, por el contrario, deberá emplear su imaginación.

En ese sentido, el padre puede tener dificultades para asumir los cambios de la mujer, sintiéndose desamparado e incapaz de ayudarla. Frente a este hecho, la labor de la madre es tranquilizarlo y mostrarle que él también es parte importante de este proceso. Una manera de lograr ese objetivo es a través de la participación en cursos y talleres para la preparación del parto. Así, ambos se sentirán implicados en esta fabulosa aventura.

Lo cierto es que el instinto paternal no sigue ninguna regla definida. Algunos hombres, por ejemplo, se sienten padres desde el anuncio del embarazo. Otros, a partir de la primera ecografía. Y, en más de un caso, hay quienes necesitan tener al bebé entre sus brazos para asumir su nueva condición.

Cualquiera sea la situación, la pareja se irá habituando a su papel de madre y padre a lo largo de la

gestación. Al respecto, es importante recordar que no nacemos padres, nos hacemos padres. Por lo tanto, no existe un manual de instrucciones para llegar a serlo. Cada uno debe seguir su instinto. ¡Confíen en ustedes mismos y todo se desarrollará de forma natural!

[Leer más](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origen:** <https://www.nestlebabyandme.com.pe/preparados-para-ser-padres-0>

### Enlaces

[1] <https://www.nestlebabyandme.com.pe/preparados-para-ser-padres-0>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.pe/preparados-para-ser-padres-0&media=https://www.nestlebabyandme.com.pe/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/preparados.jpg&description=preparados-para-ser-padres-0>

[3]

<https://twitter.com/share?text=%C2%BFPreparados%20para%20ser%20padres%3F&url=https%3A//www.nestlebabyandme.com.pe/preparados-para-ser-padres-0>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebabyandme.com.pe/preparados-para-ser-padres-0>

[5] <https://www.nestlebabyandme.com.pe/printpdf/7476>

[6] <https://www.nestlebabyandme.com.pe/javascript%3A%3B>