

COMPARTIR LAS TAREAS DEL HOGAR

Por: Marcela Stieben

Nace el bebé, y la pareja lo recibe con alegría ... Durante nueve lunas esperaron su llegada para conocer su rostro, ponerle un nombre, verlo crecer y soñar que sonría y que diga mamá y papá, para abrazarlo, sacarlo a pasear e imaginar un futuro en familia. Sin embargo, el bebé viene con un montón de trabajo a cuestas y no siempre trae el pan debajo del brazo.

¿Qué puede hacer el matrimonio para consolidar la pareja y compartir las nuevas tareas? ¿Cuáles son los tiempos de cada uno? ¿Es normal que los padres sientan que las responsabilidades los sobrepasan? ¿Cómo se incrementa la solidaridad en la familia? La paternidad es una prueba, ya que ambos deben enfrentarse a nuevas prioridades y deben poner a prueba sus expectativas con la realidad. Por esta razón hay que reservar un espacio para las necesidades de la pareja, además de ocuparse del niño. Los padres primerizos pueden subestimar la cantidad de trabajo y de interrupciones que implica el cuidado de un bebé, y el grado en que estas cosas pueden afectar la relación entre ellos. Muchas parejas se sorprenden al ver que el bebé, en lugar de acercarlos, ha acentuado las diferencias que los separaban. Esto es normal y es parte del crecimiento de una pareja en la función paterna. En ese momento se sientan las bases de la nueva relación parental con el bebé y entre ellos. El nuevo integrante de la familia necesita el amor y la protección de ambos padres; compartir los cuidados diarios ayudará a que cada uno comprenda las necesidades y los sentimientos del otro. Para esto hay que conocer los diferentes tipos de relación: mientras que dos tercios de las madres se sienten unidas con sus hijos inmediatamente o al cabo de unos pocos días, muchos padres admiten que los sentimientos parentales intensos han tardado mucho más tiempo en desarrollarse en ellos. En el capítulo "La ayuda mutua" del libro *Padres de hoy*, la doctora Miriam Stoppard (Grupo Zeta) autora de varios libros sobre padres e hijos que llevan vendidos millones de ejemplares en el mundo, dice que muchas madres se sienten abrumadas por la profundidad de sus sentimientos hacia el bebé.

Lamentablemente algunos padres sienten que se trata de una obsesión, y son poco comprensivos, ya que lamentan que ella los excluya de su atención y su afecto. Un hombre cuya pareja está amamantando siente que puede dejar de ocuparse del hijo y crea una distancia entre él y el bebé. Los hombres que participan en el cuidado diario de su bebé fortalecen el lazo paternal en las primeras semanas y evitan la disparidad de sentimientos entre padres y madres en relación con el niño. Dividir el trabajo es muy importante. La gran mayoría de las discusiones entre padres primerizos se refieren a cómo comparten el cuidado del bebé y a la carga de trabajo que esto implica. Solo uno de cada 12 padres se hace cargo del 50% de esa carga (aun en los casos en que la mujer además trabaja fuera de la casa). Es frecuente que aun cuando las madres retoman un trabajo de tiempo completo deban hacerse cargo de más de la mitad o de prácticamente todo el cuidado del bebé y de las tareas domésticas fuera de los horarios de trabajo. Algunos padres se ocupan de las tareas más divertidas y gratificantes, como bañar al bebé o leerle cuentos antes de dormir, pero son menos entusiastas cuando se trata de cambiar los pañales lavar la ropa o levantarse en medio de la noche. También es cierto que a veces son menos proclives a hacer cambios y sacrificios con respecto al estilo de vida, como dejar de lado un hobby o pasar menos tiempo con los amigos. Esta actitud es inadecuada: ser padres es una labor conjunta y el hombre debe cuidar de no perder parte del valioso tiempo que puede compartir con su hijo. Es necesario encontrar modos de compartir los problemas y los encantos del cuidado del bebé.

La doctora Miriam Stoppard no se cansa de repetir, en los programas de radio y televisión en los que participa, que es muy importante tener paciencia, comprender, escuchar, amar...

Muchos hombres cuentan que, a partir de haberse hecho cargo de una tarea concreta en el hogar, descubrieron lo gratificante que puede ser compartir con su pareja las obligaciones cotidianas. "Yo siempre traté de escaparme de todo lo que fuera la casa. Mi mujer también trabaja fuera y los dos aportamos el dinero necesario para la familia, pero cuando volvemos ella hace la comida mientras vigila que los chicos terminen los deberes... Ahora estoy haciendo yo las cosas de la casa porque mi mujer empezó a tener insomnio y dolores en el pecho, supongo que por la sobrecarga de tareas. El médico le dio vitaminas y recomendó que descansara cuando vuelve, y como me asusté, porque la vi mal, empecé a arremangarme. Ahora que estoy más tiempo con mis hijos, que les miro los cuadernos, que ayudo con las cosas de la casa, me di cuenta de todo lo que me perdí durante estos años: hablo más con los chicos, y con el benjamín nos llevamos de maravillas; cuando me ve se ríe..." ----dice Ricardo (43), casado, con tres hijos y una esposa que se está recuperando de una crisis de estrés.

Muchas mujeres que creían que sólo ellas podían cambiar al bebé, ayudar a sus hijos para que hagan la tarea escolar, hablar con la maestra, llevarlos a la casa de un amiguito e ir a buscarlos, enseñarles a comer bien o asistir a la reunión de padres, de -pronto descubren, con alegría, que su compañero también puede realizar estas tareas, y que si las comparten ambos disfrutan a los hijos y ambos tienen más tiempo para sus cosas: leer un libro, hablar con un amigo, bañarse con calma, escuchar música, escribir, soñar, estudiar o mirar las estrellas.