

## Actividades diarias para hacer con papá



Los papás de hoy participan más que nunca en la crianza. Desde cambiar pañales, hasta bañar al bebé e ir al supermercado, el padre juega un papel muy activo en el desarrollo del niño.

### Los papás pueden ...

**Vestir al niño** — Encargarse de prepararlo para comenzar el día. El padre puede crear su rutina propia, diferente de la de la madre.

**Informarse** — Busca información sobre la etapa evolutiva de tu hijo, independientemente de la edad que tenga. Aprende a cambiar pañales, preparar el cuarto, calmar un berrinche o escoger los juguetes adecuados para su desarrollo. Infórmate también sobre el papel del padre en la vida de su hijo.

**Leer con tus hijos** — Reserva un tiempo para leer con tu hijo, ya sea todos los días o todos los sábados; lo importante es que el niño sepa que puede sentarse con papá a leer o escuchar cuentos. Llévalo a la biblioteca o a la librería y muéstrale distintos libros, para así saber qué le gusta leer.

**Reservar una mañana durante el fin de semana** — Declara la mañana del sábado o domingo como la mañana con papá. Aprende bien la rutina matinal de levantar al niño, vestirlo y darle de comer sin ayuda de mamá, y llévalo a un sitio divertido. O llévalo a desayunar afuera, sólo con papá. Será un momento muy esperado por el niño y ... ¡también por la madre!

**Aprender a hacer las compras** — Aprende qué alimentos y provisiones necesitan los niños y ofrécete para ir a comprarlos. Lleva una lista y pídele al niño que te ayude a buscar las cosas en el supermercado.

**Ayudar con los problemas de sueño** — Túrname con la madre para atender al niño durante la noche, ya sea un bebé que todavía no duerme de corrido o un niño pequeño que sufre pesadillas. Aunque estés cansado, es una oportunidad valiosa para estrechar el vínculo con tu hijo.

## Actividades diarias para hacer con papá, página 2

**Quedarse un tiempo en casa** — Especialmente cuando hay que cuidar a un bebé. Las primeras semanas y meses son cruciales para establecer el vínculo entre el bebé y la persona que lo cuida, y para estrechar el lazo familiar. Resérvate días de vacaciones y tómatelos cuando nazca el bebé, investiga la posibilidad de pedir licencia por paternidad y, si puedes, organízate para trabajar desde casa varios días a la semana.

**Mantener la comunicación con la persona que cuida al niño** — Habla con la niñera o las maestras de la guardería. Los papás que conocen a quien cuida de sus hijos están más enterados de lo que le ocurre al niño durante el día (comportamiento, estados de ánimo, actividades, etc.). Preguntas simples como cuánto comió, cuánto durmió, o con qué jugó, te mantendrán informado.

### Consejos para papás de niños pequeños

#### Los papás pueden ...

**Llevarlos a la escuela** — Llevar al niño a la escuela, tanto a pie como en automóvil, es una excelente manera de compartir un buen momento a diario. Esto permite al padre conversar con el niño y también con la maestra.

**Darles el desayuno** — Huevos revueltos, torrijas, panqueques con chocolate ... piensa en algo que le guste comer y hazlo parte del menú exclusivo de papá. El niño puede ayudarte a prepararlo.

**Llevarlos al trabajo** — Nada le gusta más a un niño pequeño que ir a trabajar con papá. Elige un momento tranquilo para mostrarle tu lugar de trabajo y hacerlo sentirse importante.

*Born Learning*<sup>SM</sup> es una campaña de participación pública que ayuda a los padres, a los que cuidan a los niños y a las comunidades a crear oportunidades de aprendizaje temprano para niños pequeños. Diseñada para apoyarte en el importante papel como el primer maestro del niño, los materiales educativos de *Born Learning* están disponibles gracias a los esfuerzos de United Way, United Way Success By 6 y Civitas. Para más información, visítanos en línea en [www.bornlearning.org](http://www.bornlearning.org).



Este instrumento de Civitas ha sido adaptado para la campaña de *Born Learning*.

© 2006 Civitas

PT/S/0207