



X JORNADO DE SALUD MENTAL PERINATAL  
DE LA SOCIEDAD MARCE ESPANOLA DE SALUD MENTAL PERINATAL (MARES)  
VIERNES 6 DE MAYO DE 2022

# COPARENTALIDAD Y SALUD PERINATAL EN PADRES

Profesor Asociado Richard Fletcher Universidad de Newcastle, Australia, Dra.  
Laura Ospina Pinillos y Dr. Henry Esteban Porras Rosero, Pontificia Universidad  
Javeriana, Bogotá, Colombia y el equipo de SMS4dads



# AGRADECIMIENTOS



*Reconocemos a los propietarios tradicionales de las tierras en las que vivimos y trabajamos y presentamos nuestros respetos a todos los pueblos aborígenes e isleños del Estrecho de Torres y sus antepasados del pasado y del presente.*






# CAMBIAR LA PATERNIDAD

*De 'ayudante' y espectador a miembro comprometido del equipo de crianza*



## QUIÉN ESTÁ CAMBIANDO?

-  **ACTITUDES SOCIALES?** Sí.
-  **EVIDENCIA DE INVESTIGACIÓN?** Sí.
-  **SERVICIOS DE SALUD?** Todavía no



## ACTITUDES SOCIALES



### **Les pregunto:**

*Por qué lo hacen diferente a su propio papá?*



### **Dicen**

*a) Expectativa de la comunidad*

*b) "Ella me va a matar"*

*c) Porque quiero la conexión.*

## ACTITUDES SOCIALES



*Pero los padres no saben: cómo funciona el apego, dónde obtener información y ayuda, qué tan importantes son, cómo ser parte del equipo de crianza.*

*Padres tomando licencia después del nacimiento*

**LES PREGUNTO:** *"Cuánto tiempo libre te tomarás?"*

*Respuesta: dos semanas*

**LES PREGUNTO:** *"qué harás en ese tiempo?"*

*Respuesta: lo que ella me diga que...*



## INVESTIGACIÓN

DEPRESIÓN PERINATAL PATERNA:

*Si el padre estaba deprimido ( $K6 >12$ ). Los niños tienen tres veces más probabilidades de tener problemas de conducta. Dos veces más probable después de controlar la depresión materna temprana y la depresión paterna posterior.*

## SERVICIOS DE SALUD



*Centrarse en la salud materna, los padres relegados a 'ayudantes'.*

*No porque no le gusten los padres.*

*Debido a la política ocupada, precedente*



## EL PROYECTO SMS4DADS



*240 mensajes de texto breves*

*Tres por semana*

### TEMAS DE MENSAJES

- *Apego padre-hijo*
- *Crianza en equipo padre-madre*
- *Autocuidado del padre*

*Mensajes 'del bebé'*

## ADJUNTO



*Los bebés vienen con personalidad papá. Conocer mi personalidad puede hacer que ser mi papá sea mucho más gratificante para ti. [\*ENLACE ESTÁTICO\*].*



*Trataré de comunicarme contigo desde muy temprana edad con mi cara, mi voz y mis manos. Aprende a entender mis señales.*

## COPARENTALIDAD



*Si has estado en el trabajo todo el día, podrías ayudar a mamá llevándome a dar un paseo, papá. Esto también nos dará más tiempo de vinculación.*

*Trabajar juntos en estos primeros meses es importante. Cómo puede llegar a un acuerdo sobre lo mejor que puede hacer al cuidar a su bebé? [ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO DETÉNGASE PARA DARSE DE BAJA]*







## AUTOUIDADO



*Oye papá. Voy a triplicar mi peso en el primer año de vida. No dejes que esto te pase a ti también. [\*STATIC LINK\*]*

*4dad: Cuéntale a un compañero cómo te va. Aunque no tengan hijos. Tener un compañero que sepa lo que está sucediendo puede ayudarlo a mantenerse encaminado.*

[ENVÍE STOP A OPTOUT]

-  **80 enlaces integrados a información en línea**
-  **Salida fácil [salir en cualquier momento]**
-  **Mood Checker cada tres semanas**
-  **Escala de angustia K6/K5 escalada a PANDA**

# MOOD CHECKER

## TIENE TRES OBJETIVOS

1. *Normalizar las dificultades a las que se puede enfrentar un nuevo padre.*
2. *Sensibilizar a los padres sobre su estado físico y emocional.*
3. *Enlazar a los padres con recursos y asistencia*





## TEMAS DE MOOD CHECKER



### **PRENATAL**

Estrés prenatal. Ejercicio. Emoción. Seré un buen padre?

### **POSTNATAL**

Conexión. Llanto. Adjunto archivo. Responsabilidad. Dormir. Intimidad. Equilibrio trabajo-vida. Emoción II. Conexión social. Dormir II. Negociando

LAS OPCIONES INCLUYEN "en problemas, nadie con quien hablar" vaya a  
MENSLINE

## ESCALADA



### **ANTENATAL**

Puntuación K6 > 13 al momento de la inscripción. Envía un mensaje de texto preguntando:

*Hola papá, tus respuestas en el Cuestionario de salud parecen que las cosas son difíciles y queríamos verificar que estabas bien y que tenías suficiente apoyo.*

Envíe un mensaje de texto 1 = Todo bien, 2 = Tengo a alguien con quien hablar y sé dónde obtener ayuda 3 = Me gustaría recibir ayuda ahora. Equipo SMS4dads"

Si "Me gustaría ayuda ahora," escalado a PANDA.

SMS4dads





# MENSAJES DE LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS NEONATALES (UCIN)



## TRES TEMAS

- vulnerabilidad del padre (autocuidado)
- proximidad al infante (vínculo)
- y comunicación. (con su pareja y el personal de la UCIN) bebés prematuros

*Adecuado para papás con bebés de 34 semanas o menos*

## MENSAJES DE LA UCIN



*Te necesito en el equipo, papá. Si te sientes excluido habla para que te involucres.*



*Sé que me veo muy pequeño, papá, pero si estoy lo suficientemente bien, me encantaría que me tocaras o me abrazaras. Hágale saber al personal que es importante para usted.*



*Está bien emocionarse, papá. Esto no es lo que esperabas y probablemente estés preocupado por mí. Este enlace es solo para ti, papá [ENLACE A INFORMACIÓN EN LÍNEA].*

## MENSAJES ESPECIALIZADOS Y PROMOCIÓN



**Papás indígenas**



**Papás cuyas parejas con depresión o ansiedad**



**Papás donde hay aborto espontáneo** (*hasta o 20 semanas/400 gramos*) **o muerte fetal**





*Comentarios en  
SMS PAPÁS de  
papás colombianos*

OPPOSITE RISER KEY-  
SLOT, CABLE OVER  
POST HOOK, AND  
TIGHTEN WINCH

WARNING

DO NOT

CAR UN

TIEDOW

SECUR

KEY



## Comentarios en SMS PAPÁS de papás colombianos Papa 1



### Entrevistador

*Podría darme un ejemplo de cómo los mensajes fueron útiles, por favor?*

### Papá 1

Bueno, digamos que te dieron consejos útiles sobre cosas que realmente no sabes como papá y se centran, por ejemplo, en los diferentes llantos que hace el niño, la atención que le tienes que dar, a veces. Lo escuché llorar y a veces en tu rol de padre dices “es mejor dejarlo solo para despegarlo un poco”, pero ahí decían que necesitan un poco más de atención, entonces los mensajes realmente fueron muy útiles.

## COMENTARIOS EN SMS PAPÁS DE PAPÁS COLOMBIANOS PAPA 2



**Entrevistador**

*Le mostraste los mensajes a alguien?*

**Papá 2**

Ella



**Entrevistador**

*Qué te dijo sobre los mensajes?*

**Papá 2**

Que por ejemplo eso de poner al bebe boca abajo por cierto tiempo, ella no sabia eso, pensaba que habia que esperar a que el bebe fuera mayor y esas cosas. Fueron realmente - fueron muy útiles.



## COMENTARIOS EN SMS PAPÁS DE PAPÁS COLOMBIANOS PAPA 3







**Entrevistador**

*OK, hablaste con la mamá sobre los mensajes, me acabas de decir eso, ¿qué te dijo?*

**Papá 3**

Que el programa y lo que estaban haciendo era muy bueno. Porque a los hombres nos ayuda a conectar, un hombre es más distante, o no más distante, pero sí, un poco más distante con los niños. Un hombre es como el que se encarga de darles de comer, llevarles la comida, pagar la renta y todo, no somos como el 100 por ciento cuidándolos, entonces esos mensajes nos ayudan a conectarnos más con nuestros hijos, como crear un vínculo más afectivo de padre a hijo.

## PARA LOS MEDICOS

-  **Tenga en cuenta lo que los padres no saben**
-  **Supongamos que está interesado**
-  **Apoye su relación con el bebé**
-  **Ayuda a las parejas a comunicarse porque él es su primera línea de apoyo**

**SMS4dads** 

*Gracias*

