

Martes
23
de noviembre

Quinto de Primaria **Ciencias Naturales**

Ya tenemos un bebé, ¿qué sigue?

Aprendizaje esperado: Describe el proceso general de reproducción en los seres humanos: fecundación, embarazo y parto, valorando los aspectos afectivos y las responsabilidades implicadas.

Énfasis: Valorar los vínculos afectivos entre la pareja y su responsabilidad ante el nacimiento.

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás a valorar los vínculos afectivos entre la pareja y su responsabilidad ante el nacimiento del bebé.

¿Qué hacemos?

El objetivo de esta clase es valorar los vínculos afectivos entre la pareja y su responsabilidad ante el nacimiento. Para ello te invito a que consultes tu libro de texto de Ciencias Naturales en la página 40, ya que te servirá de apoyo para el desarrollo del tema.

En la clase anterior el reto fue escribir tres responsabilidades que Raúl y Valeria deben cumplir, ahora que su bebé ya nació.

1. Cuidar la alimentación del bebé.
2. Llevar al bebé al médico.

3. Cumplir con el esquema de vacunación.

Lo que sigue después del parto, se le conoce como “Post-parto”, el período en el que los nuevos padres se van adaptando a los cambios, tras el embarazo y la llegada del bebé.

Durante este período el estado físico de la madre es muy vulnerable y sensible. Entre los principales cambios se encuentra el reinicio del ciclo menstrual, lo cual se deriva de un cambio en la producción de hormonas; también pueden observarse secuelas físicas.

Por lo que es necesario que la mamá:

- a. Se alimente sanamente, practicando una dieta equilibrada y balanceada.
- b. Evite consumir sustancias nocivas o dañinas, como alcohol, tabaco o inhalantes.
- c. Mantenga reposo y evite movimientos bruscos o actividades que demanden esfuerzo.
- d. Lleve a cabo cuidados de higiene personal.
- e. Asista al médico en caso de complicaciones o malestares.

Veamos algunas acciones responsables en cuestiones de salud.

Al bebé hay que darle atención y ciertos cuidados, por ejemplo, debe recibir las primeras vacunas y continuar con el sistema de vacunación conforme lo indique el médico y la revisión del crecimiento adecuado del bebé de acuerdo a la edad.

Otras acciones responsables para cuidar al bebé son:

- Evitar llevarlo a lugares donde haya muchas personas y ruidos fuertes.
- Se recomienda que los bebés se alimenten exclusivamente de leche materna. En ocasiones, es posible que la madre no produzca leche, por lo que puede acudir al médico para que le brinde orientaciones. La leche materna constituye el alimento ideal para el recién nacido; cubre todas sus necesidades nutrimentales y además lo protege de enfermedades.
- El recién nacido debe ser examinado por un médico con el fin de verificar su recuperación ante el estrés del parto y su capacidad para adaptarse a la vida fuera del útero de la madre y al ambiente.
- Detectar y evaluar anomalías graves y malformaciones que pueden poner en riesgo su salud.

Aunque en el postparto la mamá es quien se encarga principalmente del bebé, sobre todo si lo amamanta, hay muchas formas en las que el papá o algún otro familiar puedan participar para colaborar con acciones responsables al cuidado del bebé.

Se puede apoyar por ejemplo: acompañar o llevar a la mamá y al bebé al médico para sus revisiones, evitar hacer ruidos fuertes en casa, mantener aseada y limpia la casa, procurar abastecer de alimentos naturales y nutritivos, entre otras acciones.

Como parte de las emociones, después del embarazo, surge algo muy importante que se conoce como “apego”, desde el embarazo se inicia un proceso de relación entre la madre y el feto que se denomina conducta de apego, una tendencia humana básica que permite establecer lazos emocionales.

Estos primeros vínculos se desarrollan a partir de las imágenes que la madre tiene del bebé cuando aún no nace, como las características físicas y emocionales que le atribuye. Por ejemplo, cuando le hacen un ultrasonido y lo conoce por primera vez se forma una idea sobre el nuevo ser.

Vamos a ver más a fondo estos afectos.

El tipo de apego que la madre desarrolla hacia su bebé se ve influido por diversos factores, como el inicio e intensidad de los movimientos del feto, la historia del embarazo e, incluso, el apego de la mujer embarazada hacia su madre. El apego positivo de la mujer embarazada hacia el feto se manifiesta a través de conductas de cuidado adecuadas, como llevar una buena alimentación y preparación física durante la etapa prenatal. Tras el nacimiento, se fortalece el vínculo entre madre e hijo durante los primeros meses de vida.

Generalmente, cuando se habla de apego o de crianza, se hace hincapié en el vínculo del bebé con la madre. Esto es así por dos razones: porque es ella la que le ofrece los primeros cuidados a través de la lactancia y porque culturalmente se le suele adjudicar el papel de única cuidadora. Sin embargo, actualmente y debido a importantes cambios ocurridos en la sociedad, se reconoce que el padre también desempeña un papel fundamental en el cuidado y bienestar del hijo o la hija, incluso desde la etapa del embarazo.

En los últimos años hemos visto a muchos padres involucrados en la crianza desde que sus hijos son muy pequeños.

Así como la mamá, el papá debe desarrollar un vínculo de apego con su hijo desde la gestación y continuarlo durante la infancia y la adolescencia. En la etapa prenatal, el feto es muy sensible a los estímulos de su ambiente, por lo que es muy importante que el padre le hable y lo acaricie a través del vientre de la madre, para así comenzar un vínculo afectivo. De igual manera, su papel es muy significativo durante los primeros cuidados del recién nacido, al bañarlo, cambiarlo y alimentarlo, en esta etapa se inicia una relación con el bebé; así la madre no carga sola con toda la responsabilidad.

Y cuando estos procesos se llevan a cabo de manera responsable, todos se ven beneficiados. Otra de las acciones responsables es crear un ambiente de sana convivencia para que emocionalmente la familia, incluyendo al bebé, esté bien.

Cuando el padre participa en estos primeros cuidados no sólo favorece su vínculo afectivo con el bebé, sino que también ayuda a fomentar el apego del niño hacia su madre y el bienestar de todos los que integran la familia.

Es importante reflexionar que, tanto el embarazo como el nacimiento, no son procesos que experimente sólo la mamá con el bebé, también importa los vínculos que se establecen con otras personas y los cuidados para el bebé.

- ¿Te gustaría saber el final de la historia de Valeria y Raúl?

Al llegar a casa y con el nuevo integrante de su familia, Raúl y Valeria se dieron cuenta que aún había factores que debían tomar en cuenta para cuidar el bienestar de su bebé. Sin embargo, en esta nueva etapa de su vida recibieron mucho apoyo de sus familiares más cercanos, lo cual les ayudó a adaptarse a los cambios derivados de tener un bebé. Gracias al apoyo recibido, Valeria y Raúl pudieron cumplir con sus responsabilidades en todos los ámbitos de su nueva vida, sus trabajos, sus labores domésticas y brindarle atención a su familia.

-Raúl: "No ha resultado nada fácil cumplir con nuestras nuevas obligaciones, pero me alegra que hayamos tomado esta decisión con responsabilidad, así estamos más preparados para las situaciones que conlleva formar nuestra familia".

-Valeria: "Tienes mucha razón, pero apoyándonos mutuamente y acudiendo a los especialistas para informarnos adecuadamente, estoy segura que haremos un buen equipo para cuidar al bebé".

Después de conocer la historia de Valeria y Raúl, te das cuenta de cuántas cosas pasan una pareja cuando tienen un hijo o una hija. No sólo son cambios físicos, también afectivos y, sobre todo, la pareja debe estar preparada para asumir nuevas responsabilidades.

Observa el siguiente video del minuto 03:05 al 03:31.

1 ¿Qué pasa cuando llega un hijo?

<https://youtu.be/M0TCJNep3V0>

Como hemos visto, el embarazo es un proceso que además de tener características biológicas, es un proceso que va acompañado de la planificación familiar según nuestro proyecto de vida.

En relación con la reproducción humana, es importante señalar la importancia de planificar en qué momento de nuestras vidas queremos tener un hijo y cuántos hijos queremos tener; incluso, si queremos asumir la responsabilidad de ser madres o

padres. Como parte de la planificación familiar es importante pensar y llegar a acuerdos con nuestra pareja, o bien, reflexionar si se quiere asumir solo o sola esa responsabilidad. Para ello, es importante considerar la situación económica y nuestra maduración emocional, también debemos considerar que el uso de métodos anticonceptivos es una de las acciones vinculadas a la planificación familiar.

Por eso los adolescentes, aunque estén en proceso de maduración sexual, aún no están listos para ser mamás o papás. A los adolescentes aún les falta vivir más experiencias y sobre todo, madurar emocionalmente y económicamente para cuidar al bebé.

El reto de hoy:

¿Recuerdas que durante el tema de sexualidad estuvimos respondiendo algunas dudas que escribiste y guardaste en un buzón?

Ahora lo que tienes que hacer, es escribir nuevas dudas que tengas respecto al tema de la sexualidad humana, y guárdalas en tu buzón. En los siguientes años escolares, cuando estudien el tema de sexualidad, abre tu buzón y ve cuáles dudas se han resuelto y cuáles aún no. También puedes compartir tus dudas con tu mamá o papá.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo

Para saber más:

Consulta los libros de texto en la siguiente liga.
<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/primaria.html>