

MANUAL por una crianza respetuosa de niñas y niños

Autoras:

Alma Yereli Rolander Garmendia

Andrea Márquez Guzmán

Brenda Montes Betancourt

Con la colaboración de:

Norma Angélica Pérez Alba



MANUAL por una crianza respetuosa de niñas y niños

Autoras:

Alma Yereli Rolander Garmendia

Andrea Márquez Guzmán

Brenda Montes Betancourt

Con la Colaboración de:

Norma Angélica Pérez Alba

Título de la obra:

Manual por una crianza respetuosa de niñas y niños.

Año y lugar de edición:

Ciudad de México, 2017

Diseñadora:

Martha Laura Saavedra Pérez

Foto de portada

Martha Laura Saavedra Pérez

Nombre y dirección de la organización:

Instituto Mexicano de derechos Humanos y Democracia A.C.

Calle 9 No. 90 Col. San Pedro de los Pinos C.P. 03800 Ciudad de México

Centro Interdisciplinario de Derechos Infancia y Parentalidad A.C.

Paseo Río Churubusco 464 Col. Paseos de Taxqueña C.P. 04250 Ciudad de México

Autoras:

Alma Yereli Rolander Garmendia

Andrea Márquez Guzmán

Brenda Montes Betancourt

Colaboradora:

Norma Angélica Pérez Alba

“Por una crianza respetuosa de niñas y niños”, financiado por el Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia de la Ciudad de México, DIF-CDMX, en el marco del Programa Coinversión para el Desarrollo Social de la Ciudad de México 2017”.

“Este programa es de carácter público, no es patrocinado ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes. Está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos. Quien haga uso indebido de los recursos de este programa en la Ciudad de México, será sancionado de acuerdo con la ley aplicable y ante la autoridad competente”.



Indice

Agradecimientos	7
Introducción	9
I. Marco general para la crianza respetuosa de niñas y niños	11
I.I Derechos humanos	11
Derechos de las niñas y los niños en la primera infancia	12
Igualdad de género y no discriminación	14
Parentalidad positiva	16
Lactancia materna como derecho humano	18
I.II Conciliación y corresponsabilidad laboral con la vida familiar y personal	21
I.III Parentalidad positiva como propuesta de políticas públicas	23
II. . Por una crianza respetuosa de niñas y niños	25
II.1 Objetivo de los círculos de crianza	25
II.2 Funcionamiento de los círculos de crianza	25
II.3 Descripción de la metodología de los círculos de crianza	26
II.4 Temas y materiales de los círculos de crianza.....	27
II.5 El rol de la persona facilitadora	27
II.6 Recomendaciones prácticas	28
III. Círculos temáticos	29
Círculo 1. Derechos de la infancia y resolución no violenta de conflictos.....	31
Círculo 2. Igualdad de género y no discriminación en las prácticas de crianza.....	37
Círculo 3. Competencias para el ejercicio de una parentalidad positiva.....	43
Círculo 4. Lactancia materna como derecho humano y consejos prácticos	50
Círculo 5. Estrategias para fomentar el apego seguro: Porteo.	58
IV. Orientaciones de políticas públicas para la crianza respetuosa	68
V. Fuentes de documentación	70

MANUAL POR UNA CRIANZA RESPETUOSA DE NIÑAS Y NIÑOS

Agradecimientos

*A Cosette y Matteo Gutiérrez Rolander
A Regina y Nicolás Saavedra Márquez
A Elena y Renato Mendoza Montes
A María Jose y Nicolás Rodolfo Manzanos Pérez*

Por haber construido con su presencia, risas, enojos, demandas, propuestas, paciencia y compañía una gran enseñanza para la realización de este proyecto

GRACIAS

Este manual es producto del esfuerzo entre el Instituto Mexicano de Derechos Humanos y Democracia AC (IMDHD) y el Centro Interdisciplinario Derechos Infancia y Parentalidad AC (CIDIP) el cual surge a partir del interés por ofrecer pautas de crianza basadas en los derechos humanos y visibilizar la importancia de generar procesos de corresponsabilidad con la vida familiar y personal.

Este proyecto fue posible gracias a la conjunción de esfuerzos institucionales que buscan coadyuvar en el fortalecimiento de capacidades para avanzar en el respeto de los derechos humanos, en particular, respecto de los derechos de niñas, niños y de las mujeres.

De manera particular deseamos agradecer a Martha Laura Saavedra, por su profesionalismo, entrega y cuidado en el diseño del presente manual y materiales de divulgación, lo que ha permitido acercar temas de derechos humanos a diversas audiencias.

A Gerardo Sauri, con quien hemos encontrado un referente conceptual y cómplice de luchas por los derechos de la infancia, por seguir construyendo y fortaleciendo capacidades institucionales para avanzar en el ejercicio de los derechos de niñas y niños.

Y de manera muy especial a Daniel, Gerardo, Isaí y Rodolfo por acompañar desde sus paternidades corresponsables este caminar inicial en familia.

Equipo

Introducción

Este manual es producto del proyecto “Por una crianza respetuosa de niñas y niños” apoyado por el Programa Coinversión para el Desarrollo Social de la Ciudad de México 2017 y representa una herramienta de apoyo para mejorar el aprovechamiento de los programas y servicios que brinda el Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia de la Ciudad de México (DIF-CDMX) en el marco de derechos humanos.

El interés de poner en manos del DIF-CDMX un manual con los temas que aquí se abordan, radica en la necesidad de construir relaciones respetuosas basadas en los derechos de niñas y niños, que con frecuencia viven condiciones de violencia, maltrato, rechazo y discriminación, por mencionar algunas y que atentan en contra de su desarrollo físico, emocional y cognitivo.

La Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2016 (ENIGH) refiere que en la Ciudad de México viven 799 mil 731 niñas y niños en primera infancia (entre los 0 y los 6 años), por su parte, información de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID) 2014 indica que 96.8% de la población mexicana habita en hogares familiares, es decir, en grupos donde las personas integrantes tienen alguna relación de parentesco con la jefa o jefe del hogar. En este contexto, las familias constituyen el primer sistema con el que las personas se interrelacionan a la hora, no sólo de adquirir un modelo de actitudes y hábitos, sino

también como fuente principal para cubrir sus necesidades más elementales de subsistencia, afecto y permanencia. Es además, un lugar de encuentro, de experiencias compartidas, de negociación, de resolución de conflictos, de estilo educacional democrático y participativo.

Las familias registran una creciente diversificación en su estructura y adoptan formas diversas, impulsadas por la igualdad de derechos, en donde todas las estructuras, manifestaciones y formas de comunidad familiar son reconocidas en la Ciudad de México, aunado a las dinámicas laborales, que obligan en muchos casos a depender de terceras personas para el cuidado de niñas y niños.¹

Es responsabilidad del Estado, a través de políticas públicas, el coadyuvar para que las familias y comunidades, cuenten con herramientas suficientes para fortalecer una crianza respetuosa basada en el respeto de los derechos de la infancia.

Los derechos de niñas y niños, se encuentran reconocidos en diversos instrumentos normativos nacionales e internacionales, todos ellos refrendan la necesidad de crear y promover espacios de apoyo a las familias que permitan desarrollar competencias parentales para ejercer crianzas respetuosas, informadas y libres de violencia.

El presente manual es un recurso que trata de fortalecer acciones preventivas para que

¹ Ver Informe de Ejecución del Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo 1994-2009, Capítulo IV. Las Transformaciones y Retos que enfrenta la familia en México, CONAPO. UNFPA

personas servidoras públicas, profesionales e integrantes de las comunidades cuenten con herramientas de sensibilización para las familias con hijas e hijos en la primera infancia a fin de generar nuevas pautas de crianza y parentalidad positiva basadas en los derechos humanos. Ello supone una estrategia de formación para favorecer la adquisición de pautas saludables de la dinámica familiar.

La estrategia se ha concebido a partir de la metodología de los círculos de crianza abarcando cinco temas que permitan coadyuvar para una atención respetuosa de niñas y niños menores de ocho años, a saber los derechos de la infancia y resolución no violenta de conflictos, igualdad de género y no discriminación, competencias para el ejercicio de una parentalidad positiva, lactancia materna como derecho humano y estrategias para fomentar el apego seguro.

Con estos elementos reproducidos por el

DIF-CDMX en sus Centros de Desarrollo, se pretende que las madres, padres, y demás integrantes que componen la dinámica familiar y comunitaria, adquieran estrategias personales, colectivas y educativas que les permitan aproximarse e implicarse de un modo eficaz en la construcción de una convivencia familiar positiva y en el desarrollo de modelos parentales adecuados que respeten los derechos de niñas y niños con perspectiva de género, fomentando su permanencia a través de la capacitación del personal de dichos centros.

A través de los círculos de crianza, el DIF-CDMX podrá llevar a cabo módulos de contenidos que asocian un conjunto de estrategias transversales básicas y fundamentales para la adquisición de competencias desde el enfoque de derechos humanos para fortalecer habilidades y capacidades en las personas y las familias en lo que respecta a la crianza respetuosa.

I. Marco general para la crianza respetuosa de niñas y niños

I.1 Derechos humanos

El derecho internacional en materia de infancia, durante siglos se caracterizó por tener un enfoque minorista, tutelar y adulto-céntrico, el cual consideraba a niñas y niños como menores, incapaces y seres vulnerables del segundo orden, cuyos derechos podrían ser restringidos según la libre interpretación de las personas adultas y en consecuencia no eran titulares de derechos humanos.

Ante esta situación, la comunidad internacional decidió adoptar la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), en donde por primera vez se reconocieron los derechos de niñas y niños y se les distinguió por ser personas sujetas de derechos y no "objetos" de protección. La relevancia de este instrumento radicó en establecer la obligación a cada país de asegurar su aplicación a cada niña y niño en su respectiva jurisdicción. Es así que los estándares internacionales en derechos humanos contribuyen a que las obligaciones que tienen los Estados, en específico el mexicano, se vean materializadas en sus legislaciones internas, así como en sus políticas públicas.

Con la reforma constitucional de 2011 del Artículo 1º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (Constitución), se da un avance significativo para los derechos humanos, ya que se reconoce

el principio pro persona como elemento rector para la interpretación y aplicación de la legislación y la obligación de reconocer los tratados internacionales firmados por el Estado mexicano en materia de derechos humanos. Lo anterior implica la obligación de las instituciones del Estado a garantizar la aplicación de la totalidad de las obligaciones reconocidas constitucionalmente en materia de derechos humanos.

Si bien la CDN fue ratificada por el Estado mexicano en 1990, pocos cambios se han visto materializados en la promoción, protección y supervisión de los derechos de niñas y niños. Es preciso resaltar que un cambio trascendental se presentó después de veinticuatro años de la adopción de dicho instrumento, con la creación de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA), la cual reconoció de manera amplia a niñas y niños como personas titulares de derechos, así como los mecanismos necesarios para su aplicación.

Es de resaltar que la LGDNNA establece disposiciones obligatorias para todas las autoridades tanto del poder ejecutivo, legislativo y judicial, así como para los órdenes de gobierno municipal, estatal y federal ya que asume un enfoque garantista de derechos humanos y prevé la creación de mecanismos institucionales para la garantía de derechos de la infancia. Para lo anterior, fija como principio rector la participación de niñas y niños en las decisiones que les afecten ya que parte de la idea que son sujetos de derechos humanos y son capaces de defender y exigir los mismos.

En la Ciudad de México los avances en materia de derechos de niñas y niños se establecieron, por un lado con la publicación de la Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes de la Ciudad de México al armonizar la legislación local con la LGDNNA, y por otro con la Constitución Política de la Ciudad de México (Constitución CDMX), que en su artículo 16 sobre ciudad incluyente establece que las niñas, niños y adolescentes son titulares de derechos y establece que por su condición de personas en desarrollo, las niñas, niños y adolescentes gozan de especial atención y protección, por lo que las decisiones públicas en la materia tendrán como principios rectores el interés superior, la autonomía progresiva, el desarrollo integral, el derecho a ser escuchados y el principio de prioridad.

Actualmente, los derechos humanos de la infancia están conformados por un cuerpo jurídico progresista y evolutivo, y si bien es cierto que cada vez se han reconocido en mayor proporción en la legislación internacional, nacional y local, también es cierto que estos avances no se han visto completamente reflejados en las vidas de niñas y niños, mediante el pleno ejercicio y goce de sus derechos humanos.

Derechos de las niñas y los niños en la primera infancia

En México datos de la Encuesta Intercensal 2015 del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), indican que en el país 32 de cada 100 niños y niñas tienen de 0 a 5 años, lo que significa que el 32.4% se sitúan

en la primera infancia (0 a 5 años), es decir 12.7 millones.²

La Ciudad de México es la entidad de menor proporción relativa a la población de 0 a 17 años con 24 niñas y niños por cada 100 habitantes. Con relación a la población infantil que se ubica en la primera infancia en la Ciudad de México, aproximadamente el 10 % tiene entre 0 y 6 años.

De conformidad con la Observación General número 7 “Realización de los derechos del niño en la primera infancia” del Comité de los Derechos del Niño de la ONU, las niñas y los niños pequeños son sujetos de derechos, tal y como lo establece la CDN en su artículo 1 ya que define a la niña y al niño como:

“todo ser humano menor de 18 años de edad, salvo que, en virtud de la ley que le sea aplicable, haya alcanzado antes la mayoría de edad”.

Los principios fundamentales de los derechos humanos se aplican en todas las esferas del desarrollo de la primera infancia. El argumento basado en los derechos que sostiene la necesidad de prestar atención a los primeros años de niñas y niños, está fundamentado en la CDN. Son principios rectores la no discriminación, el interés superior de las niñas y niños, el derecho a la vida, a la supervivencia y al desarrollo y la participación infantil.

De acuerdo con la Observación General número 7 antes referida, las definiciones de primera infancia varían en los diferentes países

² UNICEF. “Informe Anual 2015”, México, 2016 de Fondo de Naciones Unidas para la Infancia, https://www.unicef.org/mexico/spanish/UNICEFMX_15_low.pdf

y regiones, en relación de las tradiciones locales y en particular, de la forma en que están organizados los sistemas de enseñanza primaria. En algunos países, la transición de la etapa preescolar a la escolar tiene lugar poco después de los 4 años de edad. En otros países, esta transición tiene lugar en torno a los 7 años. Así dicho Comité definió que la primera infancia sería el período comprendido desde el nacimiento hasta los 8 años de edad.

En nuestro país, la Constitución (Artículo 1) reconoce los derechos humanos de todas las personas sin discriminación por diversos motivos, entre los que se especifica la edad. Asimismo establece el interés superior de las niñas y los niños en la formulación de políticas públicas (Artículo 4), faculta al Congreso de la Unión para expedir leyes en materia de derechos de niñas, niños y adolescentes (Artículo 73), y establece el derecho laboral a prestaciones sociales, tiempo de maternidad y servicios de cuidado para las niñas y los niños (Artículo 123).

En México, el concepto de primera infancia no se encuentra armonizado con la Observación General número 7, la LGDNNA no tiene una mención específica, pues se considera en el Artículo 5 que son niñas y niños los menores de doce años y adolescentes las personas de entre doce años cumplidos y menos de dieciocho años de edad. Sin embargo, es de resaltar que la Ley de Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes de la Ciudad México en su Artículo 5 define la primera infancia como las niñas y niños menores de seis años de edad.

Por otra parte, la Ley General de Prestación de Servicios para la Atención, Cuidado y Desarrollo Integral Infantil³ obedeció a un reclamo social legítimo de reglamentar las guarderías y estancias infantiles de niñas y niños en primera infancia (de 43 días de nacidos y hasta 6 años de edad), el cual se detonó por el lamentable incendio en la Guardería ABC en 2009. Dicho ordenamiento tiene, entre otros objetivos, transformar las guarderías y estancias infantiles en verdaderos centros de desarrollo integral infantil, en donde niñas y niños puedan permanecer en condiciones de seguridad y protección que garanticen su derecho a formarse física, mental, emocional, cognitiva y socialmente. Pero esta Ley al igual que la LGDNNA no define la primera infancia a pesar de establecer las reglas del cuidado y las líneas bajo las que se generan los programas de atención a esta etapa y de establecer la creación de un consejo nacional para la regulación y aplicación del ordenamiento.

La normatividad local de la Ciudad de México parece estar más armonizada con la Observación número 7, ya que la Ley de Atención Integral para el Desarrollo de las Niñas y los Niños en Primera Infancia en la Ciudad de México⁴ y su Reglamento tienen por principio garantizar la igualdad de oportunidades de sus habitantes. Para lograr ese objetivo, el Gobierno de la Ciudad de México a través de las instituciones existentes, proveerá de salud, alimentación, estimulación y la protección adecuadas.

3 Publicado en el Diario Oficial de la Federación, el 24 de octubre de 2011, http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5215790&fecha=24/10/2011

4 Ley publicada en la Gaceta Oficial del Distrito Federal, el martes 30 de abril de 2013.

Esta Ley enuncia los derechos de las niñas y los niños en primera infancia, ya que otorga todos los derechos consagrados en la CDN y consecuentemente, con la Observación General número 7, se establecen los canales mediante los cuales el Ejecutivo local dará cumplimiento a la Ley y promoverá el efectivo ejercicio de los derechos de las niñas y los niños de la entidad.

Por otra parte, la Ley que regula el Funcionamiento de los Centros de Atención y Cuidado Infantil para el Distrito Federal⁵, tiene por objeto regular las bases, condiciones y procedimientos mínimos para la creación, administración y funcionamiento de los Centros de Atención y Cuidado Infantil, que deben constituir un espacio seguro para el cuidado de las niñas y niños, madres, padres o de quien ejerza la patria potestad, guarda y custodia. Si bien esta normativa no establece el concepto de primera infancia, si prevé, en los conceptos que se entenderá por niñas y niños a las personas desde los 45 días de nacido hasta los cinco años once meses de edad.

Igualdad de género y no discriminación

Igualdad y equidad son términos tan cercanos que con frecuencia se les refiere indistintamente. No obstante y para efectos de este manual debemos distinguir entre ambos conceptos.

De acuerdo con la Organización de las

Naciones Unidas⁶ (ONU Mujeres), el concepto de equidad es un principio ético-normativo asociado a la idea de justicia, bajo la idea de equidad se trata de cubrir las necesidades e intereses de personas que son diferentes, especialmente de aquellas que están en desventaja, en función de la idea de justicia que se tenga y haya sido socialmente adoptada.

La igualdad de género en cambio, parte del reconocimiento de que históricamente las mujeres han sido discriminadas y es necesario llevar a cabo acciones que eliminen la desigualdad histórica y acorten las brechas entre mujeres y hombres de manera que se sienten las bases para una efectiva igualdad de género, tomando en cuenta que la desigualdad, que de facto padecen las mujeres puede agravarse en función de la edad, la raza, la pertenencia étnica, la orientación sexual, el nivel socioeconómico, entre otros.

La igualdad de género no significa que hombres y mujeres deban ser tratados como idénticos, sino que el acceso a oportunidades y el ejercicio de los derechos no dependan del sexo de las personas.

La importancia de referir el presente manual desde el concepto de igualdad radica en la postura de asumir la igualdad como un derecho humano protegido por distintos instrumentos nacionales e internacionales.

⁵ Publicada en Gaceta Oficial del Distrito Federal el 9 de agosto de 2011.

⁶ ONU Mujeres, "La igualdad de género" El progreso de las mujeres en el mundo. Transformar las economías para realizar los derechos, ONU, 2015, <http://igualdaddegenero.unam.mx/wp-content/uploads/2016/08/onu-mujeres-igualdad-equidad.pdf>

La igualdad va de la mano con el principio de la no discriminación, y en este sentido, el derecho a la igualdad implica a su vez el derecho a la no discriminación, y que se dé un trato idéntico o diferenciado a mujeres y hombres en función de sus diferencias biológicas y de las desigualdades históricas que ha habido entre unas y otros. Asimismo, para garantizar el derecho a la igualdad, los Estados están obligados a instrumentar acciones específicas para eliminar la discriminación de género.

En este sentido, referirse a la igualdad de género consiste no sólo en suscribir un enfoque de derechos, sino en mantener consistencia conceptual con efectos prácticos en términos de políticas públicas ya que, como señala el Comité sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW)⁷, la igualdad es el término que utilizado ya que el principio subyace al establecimiento de todas las medidas especiales de carácter temporal encaminadas a lograr la igualdad de facto entre mujeres y hombres. La igualdad, tal como está establecida en la CEDAW, no se propone hacer iguales a mujeres y hombres, sino garantizar la igualdad en el goce y el ejercicio de los derechos de ambos; en pocas palabras, se trata de que en nuestras sociedades haya igualdad de trato, igualdad en el acceso a las oportunidades e igualdad de resultados.⁸

Otras ideas importantes de aclarar son los

términos sexo y género, que suelen usarse como sinónimos. El concepto de sexo se refiere a las diferencias y características biológicas, anatómicas, fisiológicas y cromosómicas de los seres humanos que los definen como hombres o mujeres. En cambio el género es el conjunto de ideas, comportamientos y atribuciones que una sociedad considera apropiados para cada sexo.⁹

Cuando una sociedad, a través de la repetición impone modelos o patrones de conducta tanto a hombres como a mujeres, se asientan estereotipos de género. Estos estereotipos son transmitidos y recibidos a través de los procesos de socialización y la crianza, o por medio de la estructura social en la cual se han desenvuelto las personas durante toda su vida, provocando relaciones de poder y desigualdad que posteriormente y con frecuencia se convierten en actos de discriminación. Esta diferenciación afecta tanto a hombres como a mujeres, siendo éstas quienes con mayor evidencia viven condiciones de discriminación y violencia en México.

Aunque son múltiples los instrumentos para tratar de erradicar la discriminación y violencia que viven las mujeres en nuestro país, los principios de igualdad, y no discriminación no se han cumplido ni respetado cabalmente en la práctica. Un gran número de mujeres sufren aún algún tipo de violencia (psicológica, física, sexual), se les impide la libre toma de decisiones sobre su vida y se les discrimina

7 El Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer es un órgano derivado de la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW).

8 Alda Facio, "¿Igualdad o equidad?" Disponible en: http://www.americalatinagenera.org/es/documentos/centro_gobierno/FACT-SHEET-1-DQEH2707.pdf

9 Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres CONAVIM. Sexo contra género ¿Por qué es importante conocer las diferencias?, 05 de diciembre de 2016, <http://xurl.es/i9q7v>

al no proveer los medios necesarios para que puedan ejercer sus derechos.¹⁰

En el ámbito de la crianza, desde que nace una persona, las madres, padres, familiares y la sociedad misma, le colocan unos atributos creados de ideas preconcebidas y preconfiguradas, por ejemplo en aspectos como el color de la ropa o los juguetes.

Desde la infancia a las niñas se les involucra en actividades del hogar que más adelante deberán reproducir en su vida adulta (barrer, lavar, cocinar, cuidar a las hijas e hijos, etc.), y a los niños se les educa para trabajar, sostener a la familia, para que sean fuertes y rudos, y se les prohíbe mostrar debilidad ante los demás.

Es así como a las mujeres y a los hombres se les educa de manera distinta, reflejando una dicotomía masculino/femenino en la vida cotidiana, y que se transmite de madres, padres a hijas e hijos, de generación en generación.

Parentalidad positiva

La parentalidad positiva es un enfoque emanado de las políticas europeas más recientes y, más concretamente, de la Recomendación 19 del Comité de Ministros del Consejo de Europa (2006) a sus Estados miembros sobre políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad, la cual recomienda que se reconozca el carácter fundamental de las familias, el papel de las madres y los padres y creen las condiciones necesarias para promover un ejercicio positivo de la

parentalidad en el interés superior de niñas y niños, tomando todas las medidas legislativas, administrativas, financieras y las demás que se consideren necesarias.

De acuerdo con las definiciones previstas en dicha recomendación, la parentalidad positiva se refiere al comportamiento de las madres y los padres fundamentado en el interés superior de la infancia, que cuida, desarrolla sus capacidades, no es violento y ofrece reconocimiento y orientación, que incluye el establecimiento de límites que permitan el pleno desarrollo de niñas y niños.¹¹

En ese sentido se destaca la prevalencia del interés superior de las niñas y los niños por encima de cualquier otra consideración, concibiéndolos como sujetos de derechos y no solo como receptores pasivos de necesidades que hay que satisfacer. Además destaca su participación activa en la familia y la sociedad y su protagonismo como actores de cambio social. Lo anterior, pone énfasis en la tarea parental basada en el respeto a la dignidad de las hijas y los hijos, superando el concepto de figura parental –propietaria y responsable de las hijas y los hijos- y el concepto de la infancia como objeto de protección, generando un nuevo paradigma en donde la figura parental debe promover, respetar y proteger los derechos de las niñas y los niños.

La parentalidad positiva, promueve entonces,

10 Delgado, Kora Virginia. "Ficha temática relacionada con la situación de la Mujer en México". Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación; México; p.11.

11 Consejo de Europa, Recomendación, 19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad, Adoptada por el Comité de Ministros el 13 de diciembre de 2006 en la 983ª reunión de los Delegados de los Ministros, numeral 1.

vínculos afectivos sanos, protectores y estables, proporciona un entorno educativo estructurado en rutinas y hábitos, a través de los cuales se transmiten de modo flexible normas y valores, proporciona estimulación, apoyo y oportunidades de aprendizaje, se basa en el reconocimiento de los logros y capacidades de las hijas e hijos y en su acompañamiento en la vida cotidiana, todo ello en un entorno libre de violencia física, verbal y emocional. Este enfoque prevé las necesidades que presentan las figuras parentales para poder realizar adecuadamente su tarea de informar, orientar y reflexionar sobre las dinámicas familiares basadas en el interés superior y la responsabilidad que tiene el Estado al respecto.

Si bien es cierto que la CDN no define ni señala específicamente la parentalidad positiva, sí hace hincapié en que “ambos padres tienen obligaciones comunes en lo que respecta a la crianza y el desarrollo del niño”, reconociéndose a padres y madres como cuidadores en pie de igualdad (Artículo 18.1). Además el Comité de los Derechos del Niño establece en su Observación General 7, que en la práctica los modelos familiares son variables y cambiantes en muchas regiones, lo mismo que la disponibilidad de redes no estructuradas de apoyo a madres y padres, existiendo una tendencia global hacia una mayor diversidad en la forma y el tamaño de las familias, las funciones parentales y su relación con la crianza.

La CDN es muy clara en especificar la responsabilidad del Estado, para prestar asistencia adecuada a las madres y padres,

representantes legales y familias ampliadas en el desempeño de sus responsabilidades con relación en la crianza (Artículo 18.2 y 18.3), en particular para ofrecer condiciones de vida necesarias para el desarrollo de niñas y niños (Artículo 27.2), garantizando que reciban la protección y cuidado adecuado (Artículo 3.2). La citada Observación General señala que la primera infancia es el período de responsabilidades parentales más amplias e intensas en relación con todos los aspectos del bienestar de la infancia contemplados por la CDN. En consecuencia, la realización de los derechos de niñas y niños depende en gran medida del bienestar y recursos de que dispongan quienes tienen la responsabilidad de su cuidado. Además establece que a fin de garantizar y promover los derechos enunciados en dicho instrumento, los Estados Partes prestarán la asistencia apropiada a las madres y padres y a los representantes legales para el desempeño de sus funciones en lo que respecta a la crianza y velarán por la creación de instituciones, instalaciones y servicios para su cuidado, así como adoptar todas las medidas apropiadas para que las niñas y niños cuyas madres y padres trabajan tengan derecho a beneficiarse de los servicios e instalaciones de guarda de niñas y niños.

Lactancia materna como derecho humano

La lactancia materna es un derecho humano de las mujeres y es un componente fundamental del derecho de las niñas y los niños a una alimentación adecuada y al cuidado de su salud. En el caso de las mujeres lleva implícito el derecho a decidir sobre su cuerpo de manera autónoma, esto quiere decir que solo ellas deciden sin presión alguna el uso de sus pechos para alimentar a sus hijas e hijos. En ejercicio de sus derechos, las mujeres son libres de decidir cómo, cuándo, dónde y por cuánto tiempo ejercerán su lactancia.

Las mujeres tienen derecho a recibir información sobre la lactancia materna de manera oportuna y veraz, y el Estado está obligado a garantizar este derecho, a recibir atención a la salud de calidad, que incluyen servicios de salud sexual, reproductiva, materna y neonatal. Para las mujeres trabajadoras, el Estado debe garantizar el derecho a una protección adecuada de la maternidad en su espacio laboral, así como a generar acciones legislativas y políticas que promuevan la conciliación laboral, familiar y personal. De esta forma la protección a la maternidad y a la lactancia es una precondition para una genuina igualdad de oportunidades y para el trato igualitario entre hombres y mujeres.

Respecto a las niñas y los niños, la lactancia materna, implica el derecho a una alimentación adecuada y al cuidado de su salud pues se asegura la supervivencia, el crecimiento y el desarrollo infantil. Así lo estipulan diversos instrumentos normativos del ámbito nacional

e internacional, como el artículo 1 de nuestra Constitución¹², la CDN¹³, la Convención para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW)¹⁴, el Pacto Internacional sobre Derechos Económicos, Sociales y Culturales (PIDESC)¹⁵ y la Observación General 12 del Comité de los Derechos Económicos Sociales y Culturales (Comité DESC).¹⁶

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) ha sostenido que *“La lactancia materna es parte de los derechos humanos fundamentales de las personas, ya que incluye el derecho a la alimentación y el derecho a la salud. Nuevas investigaciones están constantemente revelando que, para las niñas, los niños y sus madres, no es posible alcanzar una óptima salud si no se crean condiciones que permitan a las mujeres ejercer su derecho a la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, y continuar amamantando -mientras se introducen alimentos complementarios-*

12 El párrafo segundo estipula que las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con la Constitución y con los tratados internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia.

13 El artículo 24 de esta Convención reconoce el derecho de todo niño y niña a gozar del más alto grado de salud alcanzable, estableciendo que los gobiernos deben asegurar las provisiones de alimentos nutritivos, y que las familias y la niñez deben estar informadas sobre la nutrición y las ventajas de la leche materna.

14 En su artículo 12 la CEDAW establece que todas las mujeres deben tener servicios apropiados con relación al embarazo y a la lactancia materna.

15 El artículo 11 del PIDESC enfatiza el derecho a la alimentación y a la salud.

16 Establece el derecho a una alimentación adecuada de todas las personas, por lo que deberán tomarse medidas para mantener, adaptar y fortalecer la diversidad dietética y el apropiado consumo y patrones de alimentación, incluyendo la lactancia materna.

hasta, por lo menos, los dos años de edad” y señala que los gobiernos y la sociedad tienen el deber de asegurar que las mujeres que deseen ejercer este derecho lo puedan hacer plenamente.¹⁷

La Organización Mundial de la Salud (OMS) también establece que “Durante los últimos decenios se han seguido acumulando pruebas sobre las ventajas sanitarias de la lactancia materna, sobre la que se han elaborado numerosas recomendaciones. La OMS puede afirmar ahora con plena seguridad que la lactancia materna reduce la mortalidad infantil y tiene beneficios sanitarios que llegan hasta la edad adulta. Para el conjunto de la población se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida y a partir de entonces su refuerzo con alimentos complementarios al menos hasta los dos años”¹⁸.

Marco jurídico mexicano en materia de lactancia

La importancia de la lactancia materna en México ha estado sustentada legalmente desde hace años en nuestra legislación. La Constitución, en su Artículo 123 contempla que las mujeres durante el embarazo no realizarán trabajos que exijan un esfuerzo considerable y signifiquen un peligro para su salud en relación con la gestación, gozarán forzosamente de un descanso de seis semanas

anteriores a la fecha fijada aproximadamente para el parto y seis semanas posteriores al mismo, debiendo percibir su salario íntegro y conservar su empleo y los derechos que hubieren adquirido por la relación de trabajo. En el período de lactancia tendrán dos descansos extraordinarios por día, de media hora cada uno para alimentar a sus hijos e hijas.

En ese sentido, el 2 de abril de 2014, en el Diario Oficial de la Federación (DOF) se publicó el Decreto por el que se adicionaron y reformaron diversas disposiciones con las que se intenta promover la lactancia materna, estableciendo que todas las personas gozarán de los derechos humanos; prohíbe cualquier forma de discriminación, establece el periodo de lactancia para las mujeres trabajadoras, la instalación de lactarios en los centros de trabajo del sector público y privado, orientación y capacitación a la lactancia materna¹⁹, el derecho de contar con lactancia materna exclusiva dentro de los primeros seis meses y complementaria hasta los dos años y se establece como violencia laboral el impedimento a las mujeres de llevar a cabo el periodo de lactancia previsto en la ley y todo tipo de discriminación por condición de género.²⁰

Cabe resaltar que en la ciudad de México

17 UNICEF y Sociedad Argentina de Pediatría, Lactancia Materna, Amamantar es tu Derecho, http://www.unicef.org/argentina/spanish/ar_insumos_LMderecho.PDF

18 UNICEF, OMS, UNESCO, FNUAP, PNUD, ONUSIDA, PMA y el Banco Mundial, Para la vida, cuarta edición 2010, mensajes fundamentales: la lactancia materna, p. 48, mensajes 1,3, 4, 7 y 8.

19 Diario Oficial de la Federación, 2 de abril de 2014, ver http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5339161&fecha=02/04/2014

20 Dichas reformas incluyen a la Ley General de Salud; de la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado, Reglamentaria del Apartado B) del artículo 123 Constitucional; de la Ley del Seguro Social; de la Ley del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado y de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia.

la Ley de Cultura Cívica del Distrito Federal establece como infracción contra la dignidad de las personas condicionar, insultar o intimidar a la mujer, que alimente a una niña o a un niño a través de la lactancia, en las vías y espacios públicos, las cuales se sancionarán con arresto de veinticinco a treinta y seis horas (Artículo 23 y 28).

Por otra parte, la Ley para Prevenir y Eliminar la Discriminación del Distrito Federal (Artículo 6) señala que se considera como conducta discriminatoria limitar, obstaculizar e impedir el derecho a la alimentación correcta de un niño o niña, los insultos o condicionantes que se le impongan a la mujer que lo alimente a través de la lactancia materna en las vías y espacios públicos y los servicios de atención médica adecuados.

La Ley de Salud del Distrito Federal prevé que la Secretaría de Salud dará a conocer la importancia de la lactancia materna, así como las conductas consideradas discriminatorias

que limitan esta práctica y con ello, afecten la dignidad humana de la mujer y el derecho a la alimentación de las niñas y los niños (Artículos 49 y 50) y la Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes de la Ciudad de México, establece que el gobierno fomentará, promoverá y protegerá la práctica de lactancia materna como medida para combatir la mortalidad por desnutrición de las niñas y los niños que se encuentran en la primera infancia y desarrollará políticas para fortalecer la salud materno infantil, prácticas de lactancia materna y aumentar la esperanza de vida (Artículo 47 y 49).

Todas estas reformas federales y locales han significado un gran avance en la materia, sin embargo las leyes siguen siendo letra muerta mientras los gobiernos no las divulguen, establezcan políticas públicas y generen presupuestos destinados para aumentar el índice de lactancia materna en nuestro país.

I.II Conciliación y corresponsabilidad laboral con la vida familiar y personal

México al igual que otros países latinoamericanos y del Caribe enfrenta un cambio de paradigma que se expresa en una creciente diversidad de familias y en una transformación de los roles de género al interior de ellas, esto último asociado a la masiva incorporación laboral de la mujer. Durante la mayor parte del siglo XX, el trabajo productivo y reproductivo se organizó sobre la base de rígidos roles de género que ya no corresponden con lo que ocurre actualmente. Como resultado, la interacción en la vida laboral y familiar se ha modificado, provocando conflictos y altos costos para las mujeres, para los hombres, las niñas, los niños y para las personas que requieren de cuidados.

En ese contexto, se ha generado además una sobrecarga de trabajo para las mujeres, ya que siguen siendo las principales responsables del trabajo en el hogar y del cuidado de otros -por ejemplo personas mayores, niñas y niños, personas con discapacidad, o personas enfermas--, sin que exista corresponsabilidad en las familias y en la sociedad. Lo anterior genera mayores dificultades para la atención de las personas sujetas de cuidados, además de que se sigue visualizando a la crianza como una responsabilidad única de las mujeres, reforzando estereotipos de género donde se limita a los hombres a participar de manera activa en el cuidado y la crianza de las hijas y los hijos.

Las niñas y los niños mexicanos son cuidados

en su mayoría por otra persona del entorno familiar y/o comunitario mientras los padres y madres trabajan. Algunos datos que reporta el INEGI en la Encuesta Nacional de Empleo y Seguridad Social 2013, refieren que 3,708,507 niñas y niños de cero a seis años son cuidados por terceros, el 51.2 por ciento son cuidados por sus abuelas, mientras que 11.3 por ciento asisten a estancias infantiles o guarderías públicas, el 4.3 por ciento asisten a guarderías privadas y 33.3 por ciento se encuentran bajo el cuidado de otras personas.²¹

Cabe destacar que la Constitución CDMX, prevé en su artículo 9 B, que toda persona tiene derecho al cuidado que sustente su vida y le otorgue los elementos materiales y simbólicos para vivir en sociedad a lo largo de toda su vida y establece la obligación del Estado de establecer un sistema de cuidados que preste servicios públicos universales, accesibles, pertinentes, suficientes y de calidad y desarrolle políticas, el cual atenderá de manera prioritaria a la infancia.

Considerando que las mujeres además de asumir el cuidado de otras personas, incluyendo a sus hijas e hijos, desempeñan actividades laborales, y que es necesario para cualquier persona tener la capacidad de hacer compatible la vida laboral con el espacio familiar y personal, es que cabe el planteamiento de conciliación y corresponsabilidad laboral, familiar y personal.

El término de conciliación, se refiere a la

²¹ INEGI, Encuesta Nacional de Empleo y Seguridad Social 2013 (2013): principales resultados, México, INEGI, IMSS, 2014, p. 56. Disponible en <http://bit.ly/1gSB22t>

manera de hacer compatibles diferentes aspectos, facetas o partes de un proyecto de vida, es decir, articular de forma adecuada el desempeño laboral, la vida familiar y otro conjunto de dimensiones o actividades que podemos llamar personales.²²

El Estudio sobre la conciliación de la vida familiar y laboral en España²³ lo define como la capacidad de los miembros de una sociedad para hacer compatibles de modo satisfactorio el desarrollo de actividades reproductivas y actividades productivas, de forma igualitaria según el sexo o identidad genérica, sin que ello implique costes laborales no deseados por las personas y sin que se vea afectado el reemplazo generacional.²⁴ Es decir, se trata de que cualquier persona, hombre o mujer, pueda participar en igualdad de condiciones en la esfera pública y en la esfera privada, si así lo desea. Conciliar es compartir las tareas del hogar y las actividades de cuidados entre hombres y mujeres, para que tanto unos como otras tengan las mismas oportunidades de desarrollo personal y profesional. Y todo ello sin que dé lugar a consecuencias no deseadas, tanto sobre las personas que tratan de conciliar como sobre la sociedad en su conjunto.

Así la conciliación laboral, familiar y personal es una estrategia que fomenta la igualdad

efectiva entre mujeres y hombres, está dirigida entablar nueva organización del sistema social y económico donde mujeres y hombres pueden hacer compatibles las diferentes facetas de su vida: el empleo, la familia, el ocio y el tiempo personal.

La conciliación laboral, familiar y personal debe basarse en la responsabilidad del Estado de generar leyes, políticas, programas, acciones y establecer un presupuesto que le permita cumplir con sus obligaciones y trabajar el tema desde el enfoque de los derechos humanos.

Las nuevas fronteras entre el trabajo productivo y reproductivo involucran necesidades frente a las cuales el Estado debe dar una respuesta efectiva, mediante la entrega directa de servicios o la organización de sistemas que garanticen la provisión privada.

La Constitución CDMX, establece en su artículo 10, B, numeral 5, inciso g) que las autoridades de la Ciudad establecerán de conformidad con las leyes aplicables y en el ámbito de sus competencias, programas para la promoción de mecanismos de conciliación entre trabajo y familia, incluyendo la movilidad geográfica voluntaria en razón de la proximidad del centro de trabajo y el domicilio de la persona trabajadora, con el acuerdo de los patrones o empleadores.

Pero la conciliación no se entiende sin la corresponsabilidad, ambos conceptos se encuentran ligados. Respecto a la corresponsabilidad, se concibe como una nueva forma de pacto social que apunta en tres direcciones de acuerdo a los autores

22 Merino Calle, Irene, "La conciliación laboral, personal y familiar; análisis desde una doble vertiente: comunitaria y nacional", Revista Jurídica de Castillo y León, España, Número 36, mayo de 2015, p.4.

23 Concepto retomado del anexo, en GPI Consultores, Estudio sobre la conciliación de la vida familiar y laboral en España, Instituto de las Mujeres, Madrid España, 27 de abril 2005.

24 Idem

Casado Aparicio y Gómez Esteban:

1. Entre diferentes agentes sociales, esto es, Estado, empresas, sindicatos, instituciones, organizaciones de la sociedad civil, etc.
2. Entre hombres y mujeres, rompiendo así con las relaciones de género tradicionales.
3. Entre las diferentes personas integrantes de la familia en lo que podríamos denominar un pacto intergeneracional que habitúe a la responsabilización colectiva en el sostenimiento económico-afectivo del hogar.

En este contexto, el Estado tiene una responsabilidad, en donde es necesario un cambio de mirada y abordaje que incorpore en las políticas públicas los conceptos de conciliación, corresponsabilidad y parentalidad, que permitan ver a la crianza como un asunto de derechos humanos.

I.III Parentalidad positiva como propuesta de políticas públicas

Como en toda conceptualización, el significado de política pública, tiene varias acepciones, sin embargo, en lo que coinciden varios autores es que la política pública es lo que los gobiernos deciden realizar o no realizar.²⁵ Es decir, que el no actuar ante un determinado problema o situación se considera un acto de ausencia de política pública.

Una opinión diferente asegura que la política pública es el conjunto coherente de los principios, objetivos, estrategias y planes

de acción que identifican, comprenden y abordan las problemáticas de una sociedad -económicas, políticas, sociales, culturales, ambientales, tecnológicas- o condiciones de un grupo poblacional o comunidad, con el fin de darles solución o mejorar las condiciones de vida a partir de la acción colectiva, en el marco de un proyecto democrático de sociedad.²⁶

En lo que generalmente coinciden las múltiples definiciones al respecto, es que la construcción de una política pública debe tomar en cuenta -por lo menos-, cuatro elementos claves: la formulación; la implementación; la ejecución o gestión; y el monitoreo y evaluación.

Las acciones o programas que forman parte de la política pública pueden abocarse a atender problemáticas específicas que pueden involucrar a una o varias instituciones de gobierno en todos sus niveles de actuación, para el caso mexicano: federal, estatal y municipal.

Hablar de políticas públicas en las últimas décadas obliga a vincularlas con otro concepto fundamental, y es el enfoque de derechos humanos. Como se ha mencionado anteriormente, las políticas públicas deben responder a las necesidades de las personas hacia las cuales van dirigidas, y ello además debe asegurar una atención que responda a la esencia de todo ser humano, que es la misma de los derechos humanos: la dignidad.

²⁵ Kauffer Michel, F. Edith, Doctora en Ciencias Políticas e investigadora titular en la División de Población y Salud, ECOSUR, Las Políticas públicas: algunos apuntes generales.

²⁶ Sarmiento Anzola, Libardo "Política pública en discapacidad. Fortalecimiento y movilización social", Red de Solidaridad Social, Ministerio de Protección Social y Comité Regional de Rehabilitación de Antioquia, Mayo 2005, pág. 23 www.discapacidad.gov.co

En este sentido es importante aclarar que el abordaje de este material está concebido desde el enfoque de derechos humanos, y de manera específica, de los derechos humanos de las infancias, lo que nos obliga a fundamentarlo tanto en instrumentos internacionales como nacionales, de acuerdo a lo que estipula la propia Constitución en su artículo primero.²⁷

Con ese marco de referencia, las políticas públicas implican acciones legislativas, administrativas y operativas de carácter permanente, relacionadas con el diseño y funcionamiento de las instituciones, que tiendan a generar cambios sociales favorables a la vigencia de los derechos humanos. Al respecto, la Constitución, en su mismo artículo primero refrenda:

Todas las autoridades, en el ámbito de sus competencias, tienen la obligación de promover, respetar, proteger y garantizar los derechos humanos de conformidad con los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad. En consecuencia, el Estado deberá prevenir, investigar, sancionar y reparar las violaciones a los derechos

*humanos, en los términos que establezca la ley.*²⁸

Para una mejor comprensión, los conceptos clave sobre las obligaciones del Estado -entendiendo como parte del mismo a todas las instituciones y personas servidoras públicas (independientemente de su nivel jerárquico) implican:

- **Respetar:** Las autoridades se deben abstener de llevar a cabo acciones que pongan en riesgo, vulneren, afecten o impidan el ejercicio de los derechos humanos.
- **Proteger:** Es el deber de las autoridades de asegurar que las personas no sufran violaciones o afectaciones en los derechos humanos cometidas por agentes estatales u otras personas.
- **Garantizar:** Es la obligación que tienen las autoridades de adoptar todas las medidas necesarias para el goce y ejercicio de los derechos humanos, lo que incluye la dotación de presupuestos concretos para cumplir tal fin y el establecimiento de medidas que permitan restituir los derechos en caso de afectación.
- **Promover:** El Estado tiene que dar a conocer información que permita a las personas conocer sus derechos y el mejor modo de acceder a ellos y de realizarlos.²⁹

27 Artículo 1o. En los Estados Unidos Mexicanos todas las personas gozarán de los derechos humanos reconocidos en esta Constitución y en los tratados internacionales de los que el Estado Mexicano sea parte, así como de las garantías para su protección, cuyo ejercicio no podrá restringirse ni suspenderse, salvo en los casos y bajo las condiciones que esta Constitución establece.

Las normas relativas a los derechos humanos se interpretarán de conformidad con esta Constitución y con los tratados internacionales de la materia favoreciendo en todo tiempo a las personas la protección más amplia.

(...)

28 Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, Op.Cit.

29 IMDHD. Reforma constitucional en materia de derechos humanos, folleto informativo, en <http://imdhd.org/doctos/809fbb3519155d12c74211169f05529e2475d-07f56da4dbd825663e7a855b09.pdf>



II. Por una crianza respetuosa de niñas y niños

“Los círculos son una forma de ser y de relacionarse grupalmente, que llevan al empoderamiento individual y colectivo de aquellas personas que participan de ellos.”³⁰

II.1 Objetivo de los círculos de crianza

Los círculos de diálogo son una práctica restaurativa que reúne a personas que desean resolver un conflicto, reconstruir relaciones, brindar apoyo o tomar decisiones utilizando para ello, la comunicación, el desarrollo de los vínculos y el fortalecimiento comunitario. Hay diversos tipos de círculos según el objetivo que se persigue. Los más comunes son los círculos para conversar, aprender, resolver

conflictos, para construir comunidad, de planificación y de celebración.³¹

El propósito de los círculos de crianza es entonces, ofrecer un espacio de conversación, aprendizaje e intercambio de experiencias desde las diferentes perspectivas aportadas por las personas participantes para promover el estudio, análisis y reflexión sobre la parentalidad y las formas de crianza respetuosa enfocadas en los derechos de la infancia, la igualdad de género y los derechos humanos.

II.2 Funcionamiento de los círculos de crianza

El círculo de crianza es una forma particular de trabajo en grupo, una manera activa y participativa que da la oportunidad de establecer un vínculo con otras personas y

³⁰ Pranis, Kay. “Manual para facilitadores de Círculos”, CONAMAJ, Costa Rica, 2006, P. 7.

³¹ Bernal Acevedo, Fabiola y Echeverri, Ana, “Manual para facilitación de círculos de diálogo en instituciones educativas”, Costa Rica, CONAMAJ, 2009.

poder construir una pequeña comunidad. En el trabajo grupal las personas participantes brindan aportes individuales positivos que son integrados para lograr una creación colectiva, de tal forma que pueden compartir sus conocimientos, logros, experiencias en un ambiente grupal en el que cada expresión individual es escuchada con atención y tomada en cuenta.

Los círculos de crianza requieren de una persona facilitadora, que promueve, asiste y coadyuva en el intercambio de opiniones, reflexiones, participaciones respetuosas de las personas que participan y del círculo aún en los momentos más complejos que puedan suceder.

El funcionamiento de los círculos de crianza está basado en ofrecer a las personas participantes la oportunidad de:

- Compartir vivencias, dudas, satisfacciones, experiencias, etc.
- Fomentar que las personas participantes se sientan parte de un colectivo con los mismos intereses, deseos, preocupaciones, necesidades y expectativas.
- Reflexionar e informar sobre las actitudes, comportamiento, patrones relacionados con la crianza y contrastarlos con el enfoque de derechos humanos.
- Sensibilizar sobre determinados aspectos para el caso de los temas que nos ocupan en este manual, los derechos de las niñas y niños, de la lactancia materna, la crianza, la perspectiva de género y la resolución

no violenta de conflictos al interior de las familias.

- Reflexionar sobre las diferentes perspectivas que las personas implicadas tienen sobre la crianza.

Las sesiones están estructuradas para que se puedan desarrollar con el orden en que se presentan, aunque también se pueden estructurar según las necesidades de las personas participantes. El trabajo central de los círculos de crianza es la implementación de cinco talleres participativos con cinco diferentes temas relacionados con la crianza respetuosa.

Estos talleres son espacios para la recreación, re-elaboración y re-construcción de saberes, afectos y conocimientos. Mediante la vivencia, la reflexión, la conceptualización y el trabajo conjunto se alcanza la construcción del diálogo, el conocimiento, el fomento o cambio de habilidades, destrezas y actitudes.

A partir de los talleres se inicia con un tema conductor en cada sesión, el cual es acompañado por la persona facilitadora del círculo, la cual hace uso de elementos conceptuales, técnicos, lúdicos y actividades de reflexión para motivar a las personas a la reflexión colectiva.

II.3 Descripción de la metodología de los círculos de crianza

Sentadas todas las personas participantes en círculo, utilizando el formato taller para trabajar sobre un tema concreto, se retoma el objetivo del círculo, como una pieza de

diálogo, orientados por uno o varias personas facilitadoras que desarrollarán la metodología de trabajo.

La guía metodológica se basa en el respeto, el reconocimiento de los derechos de niñas y niños, la esperanza, la confianza, la comunicación, la corresponsabilidad, la igualdad y el consenso, es por ello que dentro de este marco, el círculo de crianza es una herramienta útil para encontrar soluciones armoniosas y respetuosas para el ejercicio de la parentalidad.

II.4 Temas y materiales de los círculos de crianza

Los círculos de crianza basan su trabajo en cinco talleres participativos con una duración aproximada de dos horas cada uno, con los siguientes temas:

1. Derechos de la infancia y resolución no violenta de conflictos.
2. Igualdad de género y no discriminación en las prácticas de crianza.
3. Competencias para el ejercicio de una parentalidad positiva.
4. Lactancia materna como derecho humano y consejos prácticos.
5. Estrategias para fomentar el apego seguro: Porteo.

El material propuesto para cada taller, es el siguiente:

- Una presentación con el contenido temático de cada sesión.

- Un cañón proyector de preferencia.
- Papel rotafolio, plumones, etiquetas, tarjetas, hojas blancas, plumas, lápices o crayolas.
- Es importante destacar que en caso de haber personas con discapacidad, se deben garantizar los ajustes razonables y apoyos necesarios para acceder a la información en igualdad de condiciones.

II.5 El rol de la persona facilitadora

Acompañar un círculo no se limita a la organización y planificación de la actividad. La persona facilitadora debe comprender que como servidora pública tiene una responsabilidad en el trabajo con madres, padres y personas cuidadoras. En todo momento debe ser respetuosa y empática de las diversas manifestaciones.

El rol de la persona facilitadora significa:

- Establecer en los círculos de crianza una relación horizontal. Si bien la persona facilitadora tiene un rol de facilitar, coadyuvar, orientar, promover el análisis y la reflexión, su trabajo no es imponer, calificar o juzgar.
- Promover el análisis, la reflexión y la sensibilización basadas en los derechos de niñas y niños.
- Las personas facilitadoras promueven una forma de sensibilización activa en donde todas y todos los participantes hablan, aportan, contribuyen, por lo que su papel,

es coadyuvar al diálogo de y entre madres, padres y personas cuidadoras.

II.6 Recomendaciones prácticas

Las personas facilitadoras, como servidoras públicas, deben ser respetuosas y amables de las visiones, opiniones, diferencias y divergencias. Una de las tareas principales es promover la participación e intervención de todas las personas participantes, promover el respeto y la armonía en el círculo.

En el momento de la planificación de las actividades, de los horarios, de los temas, se deben tomar en cuenta las necesidades y situaciones existentes en una sociedad diversa y multicultural, en la que se puede contar con la participación de personas con discapacidad, personas mayores, jóvenes, migrantes indígenas, entre otros, además de que el material que se elabore debe incluir lenguaje no discriminatorio e incluir la perspectiva de género.



III. Círculos temáticos

Círculo 1. Derechos de la infancia y resolución no violenta de conflictos.



Introducción

Los temas que se abordarán en este círculo son derechos de niñas y niños, en particular de menores de ocho años de edad, con especial énfasis en el derecho a la opinión y participación como herramienta para promover el diálogo en los espacios familiares. Así mismo se expondrán los beneficios de una crianza respetuosa para prevenir violaciones a sus derechos, como el castigo corporal y la violencia como medida correctiva.

Se hace necesario retomar el marco conceptual de derechos humanos y de la primera infancia que se presenta en el capítulo primero de este Manual a fin de contar con los elementos suficientes para su desarrollo.

Objetivo del módulo o sesión

Sensibilizar respecto de los derechos de las niñas y niños y la parentalidad positiva, para promover una convivencia respetuosa y resolución no violenta de conflictos al interior de las familias.

Participantes

Dirigido a madres, padres y/o personas encargadas del cuidado de niñas y niños para que adquieran estrategias personales, colectivas y educativas que les permitan implicarse de un modo eficaz en la construcción de una dinámica de convivencia familiar positiva y en el desarrollo de modelos parentales adecuados que respeten los derechos de las niñas y los niños con perspectiva de género y no discriminación.

Para lograr un mejor nivel de aprovechamiento del círculo se sugieren grupos entre 10 y 30 personas, conformados por madres, padres y personas cuidadoras encargadas de la crianza en las familias.

32 Escenario

Se trata de una actividad participativa y cooperativa entre iguales, basada en dinámicas de grupo, a través de la cual las madres, padres y personas cuidadoras participan con sus opiniones, experiencias, y puntos de vista acerca del tema tratado en cada sesión.

Desarrollo

1. Presentación y bienvenida (técnica de presentación) (10 min).

Se da la bienvenida a las personas participantes, indicando el propósito del espacio y generando un ambiente de confianza. En este sentido, se propone una técnica de presentación (dependiendo del número de participantes) en el cual se pueda exponer el nombre de la persona, interés de

participar y las expectativas del espacio.

2. Evaluación inicial (percepciones de la infancia y sus derechos) (10 min).

A fin de contar con elementos que permitan identificar si los contenidos y dinámica de la sesión fueron relevantes, se hace necesario realizar procesos de diagnóstico inicial y evaluación final.

Es así que se inicia la dinámica, solicitando a las personas se integren en grupos de 10 personas, se les proporciona un papelógrafo y plumones, pidiendo que dialoguen respecto de:

- Frase o refrán que refieran o se escuchen en la colonia respecto de las niñas y niños pequeños.
- ¿Para qué sirve la crianza?
- ¿Cómo hacen para poner límites en la familia?

Cada equipo expone sus resultados y la persona facilitadora toma nota de las respuestas a fin de poder contrarrestarlas durante el transcurso de todo el taller, por lo cual, deben estar siempre a la vista de las personas participantes.

3. Los derechos de las niñas y los niños (25 min).

La persona facilitadora deberá compartir de manera breve y didáctica información respecto de la CDN de la Organización de Naciones Unidas, que establece principios rectores que deben de ser la base para la orientación de la legislación y las políticas públicas en los países que la han ratificado.

La supervivencia, el desarrollo, el interés superior, la no discriminación y la opinión de niñas y niños son los ejes rectores que todo Estado que se reconozca de ser promotor y defensor de los derechos de la infancia.

Si bien es cierto que en México, se ha contado desde hace varios años con legislaciones que buscan proteger los derechos de la infancia, incluida los relacionados con la participación infantil, no han logrado ser lo suficientemente sólidas metodológica y conceptualmente para romper con los paradigmas sociales y jurídicos respecto de la infancia como objeto de protección, y reconocerla como personas plenas de derechos.

Lo anterior se agudiza con las niñas y niños más pequeñas, ya que se considera que por su condición de desarrollo no tienen la capacidad de expresar sus puntos de vista y opiniones respecto de sus intereses.

Siendo la opinión y la participación de niñas y niños un derecho, debe ser garantizado a cualquier edad, en condiciones de igualdad, en diversos escenarios, niveles, formas, ambientes favorables, respetuosos, accesibles, de modo autónomo, integral, continuo que genere un efecto y cambio real en la vida de niñas y niños que la ejercen.

En resumen, la participación, además de ser un derecho reconocido, permite generar una ciudadanía activa que posiciona a niñas y niños como actores sociales de cambio, con derechos individuales y colectivos, protagonistas de su propio entorno.

Al concluir con la exposición de esta

información, se retomarán las frases o refranes que al inicio de la sesión compartieron en grupo, a fin de identificar si promueven o niegan el reconocimiento de los derechos de niñas y niños, haciendo énfasis en las representaciones sociales que niegan el derecho a la opinión y participación de niñas y niños en los temas que les afectan o son de su interés.

4. Elementos para avanzar en una crianza respetuosa de los derechos de niñas y niños (25 min).

Es importante que la persona facilitadora haga énfasis en que no basta con tener una normativa que garantice los derechos de niñas y niños, los retos más apremiantes implican romper con la visión tutelar que sigue reconociendo a niñas y niños como objetos de protección, que los visibiliza por lo que serán en el futuro y no por lo que son en el presente. Es así que la visión adulto céntrica, que significa que las personas adultas son las únicas capaces de saber qué es lo mejor para las niñas y niños, desde un enfoque de derechos humanos, niega de manera contundente su capacidad de goce y ejercicio.

Para poder entonces promover espacios adecuados, que garanticen el respeto mutuo entre niñas, niños y personas adultas, se hace necesario conocer quiénes son las niñas y niños en la primera infancia, a manera de aproximación, destacamos algunas características sobre el desarrollo para entender, aprovechar, reconocer y respetar sus actitudes de la mejor manera:

- El desarrollo cognitivo, lingüístico, social y

afectivo de las niñas y niños es un proceso con avances y retrocesos.

- La mente de las niñas y los niños se construye desde el nacimiento, por lo que el conocimiento se va adquiriendo desde los primeros días de vida.
- Manifiestan sus sentimientos de placer cuando logran lo que quieren y de frustración cuando no ocurre.
- Van adquiriendo gradualmente su autonomía y la regulación de sus emociones.
- La importancia de reconocer que tiene un nombre propio permite fortalecer su identidad y sentir una individualidad segura en un mundo social.
- El juego cooperativo entre ellas y ellos ocupa un papel importante en este momento, ya que la interacción con otras niñas y niños de la misma edad y la adopción de múltiples roles, favorece la definición de su personalidad, el crecimiento de su autoestima, el fortalecimiento de sus valores y la formación de un criterio propio.
- A través de las relaciones de amistad con las niñas y niños de la misma edad, le permita incrementar su capacidad para controlar sus emociones.

La construcción de espacios respetuosos a partir del diálogo en la familia, deben de reconocerse como elementos indispensables en la convivencia del día a día, ya que genera

un ambiente sano para quienes comparten el espacio familiar.

Reconocer y motivar estos espacios no es una tarea sencilla, implica hacer un cambio estructural para reconocer a las niñas y niños como personas plenas de derechos, y ello cuestiona el papel de autoridad de la madre, el padre y las personas cuidadoras frente a las niñas y niños. Hay que tener claro, que el diálogo y establecer límites de manera respetuosa, a diferencia de lo que se piensa, no quebranta la autoridad, sino que fortalece las competencias parentales que las madres, padres y personas encargadas del cuidado tienen frente a la crianza de las niñas y niños.

Generalmente, la construcción de diálogo se dificulta cuando se presenta algún tipo de conflicto en la familia, por diferencias en cuanto a intereses, necesidades, deseos y opiniones respecto de un proceso a seguir, por temas relacionados con el ámbito escolar, por las relaciones de poder, entre otras.

Al concluir la presentación de esta información, se le explica al grupo que se llevará a cabo la siguiente dinámica: las personas participantes deberán reunirse por parejas y compartirán la forma en que ponen límites con las y los niños más pequeños. Al escuchar la campana (1 min) buscan a otra pareja para compartir la misma información, al escuchar nuevamente la campana se reúnen en grupos de 5 personas y compartirán la misma reflexión (2 min).

Es a partir de este momento que se solicitará que una persona pueda escribir en un papelógrafo la información recabada, la

cual quedará pegada y visible en una pared, para que al momento de volver a escuchar la campana, se reúnan ahora en grupos de 10 personas y completen la información de los papelógrafos (3 min), para después compartir la información en plenaria.

La persona facilitadora deberá tener la capacidad de hacer un resumen y analizará la información expuesta por las personas participantes frente a los derechos de niñas y niños, a fin de hacer una reflexión colectiva.

5. Pautas para favorecer la construcción del diálogo con las niñas y los niños (30 min)

La persona facilitadora expondrá algunas ideas para motivar espacios de respeto y diálogo al interior de las familias:

- Escucha y respeta los puntos de vista de tus hijas e hijos y promueve su participación en la toma de decisiones en las dinámicas familiares, se lee complicado, pero es importante generar espacios explícitos para reconocer que se toma en cuenta su opinión de acuerdo a su edad y capacidad, por ejemplo, se pueden generar rutinas para decidir entre todas y todos que alimentos deberá llevar el menú de la semana, o la ropa que deseen elegir, lo importante es hacerles ver que toman decisiones en temas importantes y que estas son respetadas y promovidas desde casa.
- Realiza ejercicios de consenso, los acuerdos son importantes para todas y todos. Reconoce las posiciones encontradas y actúa positivamente.

Es necesario identificar cuáles son las emociones, las necesidades, los miedos y encontrar un punto común. Por ejemplo, frente a la posición “yo quiero descansar y tú quieres salir al parque”, es importante reconocer si estamos cansadas, aburridas y si el propósito es divertirnos, podemos llegar a un acuerdo, en donde se proponga jugar en casa con la participación de todas y todos.

- Demuestra confianza y cree en lo que te dicen, generalmente se tiene la percepción de que como son niñas y niños pequeños no saben lo que dicen, por lo que se puede restar importancia a señales que pueden ser muy importantes para detectar situaciones diversas como la violencia y el maltrato.
- La confianza es fundamental en las niñas y niños para sentirse seguras, fortalecer la autoestima, enfrentar de mejor manera los retos y las dificultades, buscar alternativas y soluciones, expresar sus opiniones sin necesidad de dañar a los demás, desarrollar una personalidad fuerte y contribuye de manera positiva a su inteligencia emocional.
- Construyan espacios para la convivencia familiar, puede ser la hora de la comida, un rato por la tarde, lo importante es destinar un tiempo en el que coincidan para realizar una actividad familiar, al principio puede ser complicado, pero conforme se avanza, los espacios se convierten en momentos importantes para re-conocernos. Algunas cosas pueden ser jugar, contar cuentos,

cantar, dibujar o cocinar juntos.

- Recuerda siempre que tú eres la persona adulta, que tu hija o hijo es una persona que está aprendiendo a controlar sus emociones, alterarte o responder con violencia no ayuda, ni enseña nada, sólo complica la situación.

Desde una perspectiva de derechos humanos, es obligación del Estado coadyuvar y generar procesos que faciliten lo anteriormente descrito, una de ellas es la conciliación y corresponsabilidad con la vida laboral, familiar y personal.

Entre estas políticas se encuentran, por ejemplo, aquellas en las que, simultáneamente, se busca atender a niñas y niños y facilitar la inserción laboral de sus madres, garantizando el acceso de calidad a los servicios de cuidado para la primera infancia ya que tienen consecuencias positivas para las personas y su hogar.

6. Evaluación y retroalimentación (10 min)

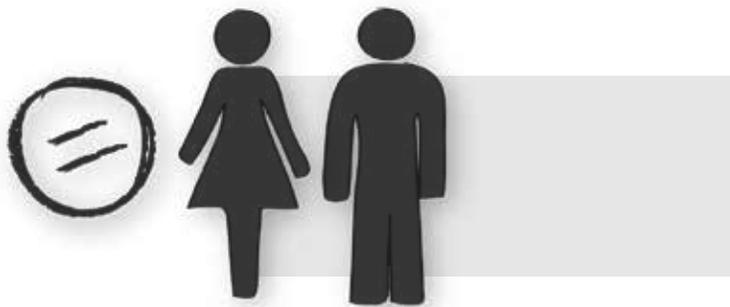
A manera de cierre se propone a que los participantes expresen en un par de palabras lo que les pareció más importante respecto del Círculo de Crianza.

Se hace necesario hacer énfasis en que esta información es sólo una aproximación al tema y que en caso de interés, se pueden acercar a los Centros de Desarrollo del DIF CDMX a fin de poder contar con mayor información.

Recomendaciones

Se sugiere un receso de 10 min de preferencia después de la presentación de elementos para avanzar en una crianza respetuosa de los derechos de niñas y niños, pero el receso se puede adaptar de acuerdo al desarrollo del círculo. Es importante consensuar con las y los participantes si desean llevar a cabo un descanso y en qué momento.

Círculo 2. Igualdad de género y no discriminación en las prácticas de crianza.



Introducción

El respeto por las personas, la diversidad y la empatía, son elementos que se fomentan y fortalecen al interior de las familias, pero a su vez son estas las que transmiten de generación en generación, patrones de crianza negativos, como las conductas y creencias machistas, intolerantes y violentas. Lo que aprendamos o dejemos de aprender durante la infancia nos acompañará toda la vida. Gran parte de nuestra forma de ser se gestó en esta etapa, donde aprendemos el comportamiento que cada persona debe asumir de acuerdo a su sexo o identidad de género.

La educación en la primera infancia es determinante en la construcción de roles de género. Estos roles de género son los diferentes papeles que la sociedad, a través de la cultura ha impuesto a hombres y mujeres, por ejemplo, se asigna a los hombres los relacionados con la racionalidad y el trabajo, mientras que a las mujeres se le asignan los relacionados con la emotividad, la maternidad y el hogar.

Antes de que las niñas y los niños nazcan, las familias generan expectativas de acuerdo a su sexo, no sólo se imaginan lo que serán cuando crezcan, sino que se establecen prácticas relacionadas, por ejemplo, con la elección de los juguetes, la ropa del color asignado a cada sexo, la decoración de su habitación, entre otros. Conforme crecen, la forma de tratarles se determina de acuerdo a los estereotipos de género, ejerciendo incluso una educación diferente dependiendo si es niña o niño.

Mediante las pautas de crianza se interiorizan los roles de género, por eso es importante establecer prácticas más igualitarias para favorecer el desarrollo de niñas y niños desde un respeto a su persona.

Objetivo del módulo o sesión

Sensibilizar respecto de las pautas de crianza con enfoque de género y no discriminación para el reconocimiento equitativo de niñas y niños en respeto a su desarrollo.

Participantes

Dirigido a madres, padres y/o personas encargadas del cuidado de niñas y niños para que adquieran estrategias personales, colectivas y educativas que les permitan implicarse de un modo eficaz.

Escenario

Se trata de una actividad participativa y cooperativa entre iguales, basada en dinámicas de grupo, a través de la cual las madres, padres e integrantes de la dinámica familiar participan con sus opiniones, experiencias, y puntos de vista acerca del tema tratado en cada sesión.

Para su mejor aprovechamiento y realización se requiere aportar un espacio con capacidad suficiente para ubicar a la cantidad de asistentes. Lo ideal para esta dinámica de trabajo es contar con un máximo de 25 personas.

Desarrollo

1. Presentación y bienvenida (10 min)

Técnica de presentación:	Integración
---------------------------------	-------------

Con la finalidad de que las personas participantes se conozcan y se genere un ambiente de confianza, se hace una ronda de presentación para la cual se les indica decir en voz alta su nombre, mencionar la cosa que recuerden que más les gustaba hacer cuando eran niñas o niños, e indicar si tienen hijas o hijos y de qué edades.

2. Evaluación inicial (percepciones de género). (30 min)

A fin de contar con elementos que permitan identificar si los contenidos y dinámica de la sesión fueron relevantes, se hace necesario realizar procesos de diagnóstico inicial y evaluación final.

En ese sentido y para conocer el pensamiento de las personas en relación a la igualdad de género y detonar la reflexión sobre los roles de género impuestos desde la infancia, se realizará la actividad de termómetro.

Actividad:	Termómetro
-------------------	------------

Desarrollo: Se divide al grupo en equipos de 5 personas.

Se proporciona un papelógrafo y plumones a cada equipo, pidiendo que dibujen y caractericen a un niño y a una niña.

Cada equipo expone sus resultados.

La persona facilitadora toma nota de características y roles asignados a niñas y niños.

Materiales:	Papelógrafos, plumones.
--------------------	-------------------------

3. Mitos y realidades sobre los roles de género. (30 min)

Para comenzar a sensibilizar a las personas asistentes sobre la igualdad de género y no discriminación es necesario que reconozcan las prácticas cotidianas que determinan el comportamiento aceptable o inaceptable desde la sociedad hacia niñas y niños. Para poder guiar esta reflexión es importante que la persona facilitadora esté informada sobre conceptos básicos como sexo y género, igualdad y equidad, estereotipos y discriminación.

En nuestro país se han reproducido históricamente estereotipos de género, que son modelos o patrones de conducta que definen cómo deben ser, actuar, pensar y sentir los hombres y las mujeres en una sociedad y representan un conjunto de atributos o características que se asignan a mujeres y hombres. Lo que estos estereotipos ocasionan son diferencias entre hombres y mujeres que imponen una única forma de ser, en donde no se puede concebir variaciones o modos alternos de conducta.

Desde que nacen, las madres, padres, familiares y la sociedad misma colocan al recién nacido, atributos creados desde una idea preconcebida y preconfigurada, por ejemplo en aspectos como el color de la ropa o los juguetes (niñas-color rosa y muñecas- niños-color azul y carritos). Así, desde la infancia a las niñas se les involucra en actividades domésticas que más adelante

deberán reproducir en su hogar en la vida adulta (barrer, lavar, cocinar, cuidar), y a los niños se les educa para trabajar, sostener a la familia, para que sean fuertes y rudos, y se les prohíbe mostrar debilidad ante los demás.

Es así como a las mujeres y a los hombres se les educa de manera distinta, reflejando una dicotomía de lo masculino/femenino en la vida cotidiana, y que se transmite de padres a hijos, de generación en generación.

La problemática de los estereotipos no radica únicamente en hacerse de ideas preconcebidas sobre otras personas, sino en que esas ideas llevadas a la práctica, atentan contra la esencia de los derechos, que radica en la dignidad de los seres humanos. En concreto, algunos de los efectos de esto es la subvaloración de la mujer y de las actividades que realiza; la sobrevaloración del hombre, de sus sentimientos y capacidades; asimetría en las relaciones de pareja; susceptibilidad de abusos contra las mujeres desde la infancia; violencia intrafamiliar; relaciones entre hombres y mujeres poco respetuosas, poco solidarias, desigualdades en el trato y en las posibilidades de desarrollo y crecimiento.

Teniendo esta información presente, en este punto de la sesión se buscará conectar las ideas que se mencionaron en la actividad introductoria con las reacciones o acciones que detonaremos y que se explican a continuación.

Actividad:	Mitos y realidades
-------------------	--------------------

Desarrollo:

- Se divide al grupo en equipos de 5 personas.
- Se entrega a cada equipo una tarjeta con dos situaciones para analizar, plumones y un papelógrafo para anotar sus resultados.

EQUIPO 1	EQUIPO 3
Que sucede si:	Que sucede si:
Un niño juega con muñecas	Un chico es estilista
Una niña viste de forma masculina	Una chica es mecánica
EQUIPO 2	EQUIPO 4
Que sucede si:	Que sucede si:
Un niño llora	Un hombre limpia la casa
Una niña prefiere jugar con niños	Una mujer sustenta su hogar

- Una persona por equipo comenta los hallazgos en plenaria.
- La persona facilitadora toma nota sobre las reflexiones de cada equipo y al término les ayuda a identificar las ideas que constituyen estereotipos.

Materiales:	Papelógrafos, plumones
--------------------	------------------------

4. Pautas de crianza con igualdad de género y no discriminación (30 min)

Una vez identificadas las prácticas e impactos que se generan con la desigualdad, en este

punto se compartirán herramientas que permitan a las familias adoptar prácticas que fomenten la igualdad con sus hijas e hijos.

- Antes del nacimiento de una niña o un niño, la madre, el padre o la persona responsable deben reflexionar y llegar a acuerdos sobre la corresponsabilidad de su cuidado, es decir, el compartir las responsabilidades y tareas que como familia se tienen.
- Es muy importante evitar condicionar la atención, protección, actividades, ropa, habitación, juguetes, en función de si es niña o niño. Dando el mismo trato a niñas y niños, se enseña que hombres y mujeres deben ser tratados de la misma forma.
- Se debe promover la participación de las niñas en todos los ámbitos de la sociedad con las mismas oportunidades que los niños.
- Todas las personas integrantes de la familia deben participar en la realización de las tareas del hogar, donde cada una asuma su responsabilidad y aprenda a ser autónoma, y sin diferenciar entre labores específicas para mujeres o para hombres.
- Construir relaciones basadas en el respeto aseguran que desde la infancia se prevenga la violencia dentro y fuera del entorno familiar.
- Nombrar a niñas y niños por su nombre y por separado muestran que se les reconoce en su individualidad y se les otorga el mismo valor.

- Es imprescindible eliminar del vocablo cotidiano las calificaciones sexistas (“Lloras como una niña”, “las niñas son tontas”, “ese juguete es para niños”, “sólo los niños se ensucian”, “los niños no juegan con muñecas”) porque reproducen estereotipos de género y promueven situaciones violentas para las niñas y niños.
- Promover los intereses legítimos de cada niña o niño sin considerar las etiquetas tradicionales aseguran que cada persona tome decisiones y elecciones con base en sus gustos e intereses en función de sus deseos.
- Utilizar materiales didácticos no sexistas. Los cuentos, como recurso educativo, pueden colaborar de una manera creativa y divertida en transmitir valores de igualdad, y respeto. Sin embargo, determinados cuentos tradicionales transmiten mensajes que pueden reforzar estereotipos de género, ya que asignan a los personajes femeninos pasividad y delicadeza, y a los masculinos fortaleza y valentía. Es el mismo caso de otros materiales gráficos, como imágenes, películas, dibujos animados o videos: seleccionar acorde con la edad de las niñas o los niños verificando que los mensajes transmitan valores positivos, fomenten la igualdad de género y excluyan la violencia.

Desarrollo: Mediante charla dialogada la persona facilitadora explica las pautas de crianza con igualdad de género y no discriminación. Se sugiere retomar ejemplos de las situaciones comentadas durante los diferentes momentos de la sesión, con la intención de que las personas asistentes logren una comprensión dirigida, personal, basada en sus propias vivencias.

Materiales: Para la explicación de las nueve prácticas que se incluyen en este círculo, se sugiere la proyección de la información, para lo cual se requeriría una presentación electrónica (formato Power Point), una pantalla o pared para proyectar, extensiones y conexión eléctricas.

De no contar con estos insumos, se puede apoyar de los folletos que contienen la información relativa al círculo, elaborados como parte de este mismo proyecto.

5. Evaluación y retroalimentación (10 min)

Para contrastar las percepciones de las personas participantes al finalizar el taller con respecto a lo que concebían al inicio, se propone pedir a las personas participantes que describa con una palabra lo que se lleva de este círculo.

Es importante hacer énfasis en que esta información es sólo una aproximación al tema y que en caso de interés, se pueden acercar a los Centros de Desarrollo del DIF CDMX a fin de poder contar con mayor orientación.

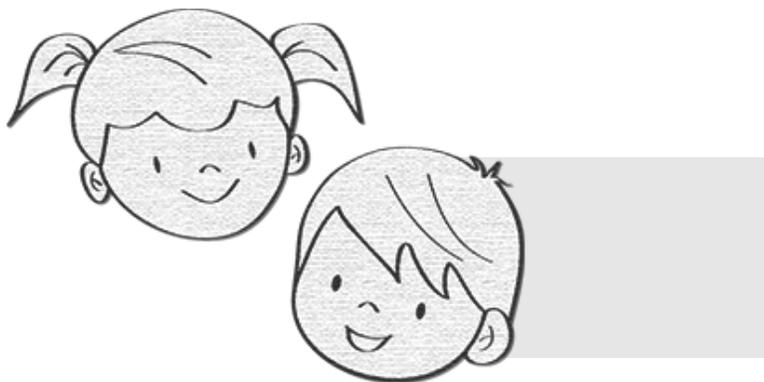
Actividad:

Pautas de crianza con igualdad de género y no discriminación (30 min)

Recomendaciones

Se sugiere un receso de 10 minutos de preferencia después de la actividad 3 (Mitos y realidades sobre los roles de género) pero el receso se puede adaptar de acuerdo al desarrollo del círculo. Es importante consensuar con las y los participantes si desean llevar a cabo un descanso y en qué momento.

Círculo 3. Competencias para el ejercicio de una parentalidad positiva.



Introducción

Los temas que se abordarán en este círculo son competencias parentales, recordando mi infancia, ejerciendo mi maternidad y paternidad y pautas para una crianza respetuosa.

Es importante que como apoyo en el desarrollo de este círculo se retomen el marco teórico de Parentalidad Positiva que se presenta en el capítulo primero de este Manual.

Objetivo del módulo o sesión

Sensibilizar a madres, padres y o personas encargadas del cuidado de niñas y niños sobre las competencias parentales, los patrones de crianza que se heredan de generación en generación y la posibilidad de establecer formas de crianza respetuosas de los derechos de la niñas y los niños.

Participantes

Dirigido a madres, padres y/o personas encargadas del cuidado de niñas y niños.

Escenario

Se utiliza la metodología de círculos de crianza la cual es participativa y cooperativa entre iguales, vivencial, y se basa en dinámicas de grupo, coordinadas por uno o dos facilitadores. A través de esta metodología, las madres, padres e integrantes de la dinámica familiar se sienten en un espacio de confianza que les permite tener una introspectiva de la crianza que vivieron y partir de esta reflexión generar pautas de crianza respetuosa con sus hijas e hijos. Se requiere de un espacio adecuado, y lo ideal es trabajar con 25 personas.

44

Desarrollo

1. Presentación y Bienvenida. (3 min)

La persona facilitadora se presentará, dará la bienvenida al Círculo de Crianza e informará los contenidos que se trabajarán en la sesión.

2. Evaluación inicial (Lo que no sabía de la parentalidad) (7 min)

Con el fin de conocer y evaluar lo que las personas participantes sabían antes de ser madres y padres sobre el ejercicio de la parentalidad y la crianza, se trabaja la dinámica "Lo que no sabía de la parentalidad".

Al principio de un encuentro nadie se conoce. La persona facilitadora invita a las y los participantes a dar su nombre, edad, nombre de su niña o niño, y que comparta que es lo que nadie jamás les dijo sobre la maternidad y la paternidad (los retos, rutinas, sentimientos,

enfermedades, situaciones, etc.)

La persona facilitadora en un papelógrafo, escribirá en un listado todas las participaciones e invitará a las personas integrantes del círculo a que compartan su experiencia. Una forma de hacerlo es citando ejemplos³², los cuales ayudarán para que las madres y padres, se sientan en confianza de intercambiar experiencias.

Para cerrar la dinámica es necesario reflexionar con las personas del círculo de crianza que uno de los grandes mitos de nuestra sociedad es que mujeres y hombres tienen la capacidad para ser madres y padres. Se cree que todas las personas que conciben pueden desempeñar esta función de forma eficaz y desarrollar habilidades adecuadas, por lo que se espera y exige que sean buenas para la realización de estas tareas. La realidad es que es difícil y desafiante equilibrar todas las demandas y expectativas que la familia y la sociedad colocan en la figura parental. Desde que nacemos, aprendemos sobre las tareas de la crianza a través del juego, de los usos y costumbres, pero sobre todo del ejemplo, cuando recibimos el cuidado de nuestra madre y/o padre, vamos descubriendo nuestra relación con estas figuras y el papel que juega cada una de ellas en nuestras vidas. No nacemos con habilidades para ejercer la maternidad, paternidad o para responsabilizarnos del cuidado de niñas y niños. La crianza es una cuestión de aprendizaje,

³² Entre los ejemplos que se pueden citar, se recomiendan los siguientes: la enfermedad de las hijas e hijos duele; las madres y padres no somos perfectos; las niñas y los niños pueden hacer berrinches por horas, las madres y padres perdemos la paciencia y me no sabemos controlar nuestras emociones.

es necesario informarse, capacitarse y recibir acompañamiento para ejercer una parentalidad positiva, la cual consiste en desarrollar competencias y habilidades que permitan reconocer y respetar a niñas y niños, identificar sus necesidades, favorecer su desarrollo, promover comunicación y diálogo, fomentar el apego y establecer límites respetuosos y necesarios para una sana convivencia familiar.

3. ¿Qué son las competencias parentales? (15 min)

La persona facilitadora compartirá en plenaria qué son las competencias parentales, apoyándose en imágenes, diapositivas, etc.

Explicará a las y los participantes que las competencias parentales son las capacidades prácticas de las madres y padres para proteger, educar y cuidar a sus hijas e hijos, asegurándoles un desarrollo sano, aunque estas tareas pueden ser asumidas por adultos significativos aun cuando no sean las personas que los procrearon. Una parentalidad competente tiene que ver fundamentalmente con la capacidad de adaptación que poseen las madres, padres y personas cuidadoras. Es decir, necesitan ser los suficientemente flexibles para adaptarse positivamente a las circunstancias y necesidades de sus hijas e hijos que van cambiando con la edad. Para el ejercicio de la parentalidad se requieren las siguientes competencias: a) funcionamiento personal (resiliencia, agencia personal, reflexión sobre la propia conducta); b) competencias asociadas al rol parental propiamente dicho (cuidados físicos

y emocionales, compromiso con la tarea parental, métodos de resolución de conflictos, aceptación de la responsabilidad parental); y c) competencias asociadas a la relación con las niñas y los niños (interés en las experiencias y bienestar, empatía, reconocimiento de las necesidades)³³.

La persona facilitadora podrá abrir un espacio pequeño para el intercambio de opiniones respecto del tema abordado.

4. Recordando mi infancia (dinámica 30 min)

La persona facilitadora explicará que el objetivo de la dinámica es explorar y recordar sobre la crianza que vivimos en nuestra infancia y expondrá las instrucciones.

Instrucciones de la dinámica: Dependiendo del número de personas participantes, dividirá el círculo en cuatro equipos. Una vez integrados los grupos la dinámica se desarrollará bajo las siguientes instrucciones: 1) Cada integrante del círculo que participa en la dinámica se remontará a la etapa de su vida en la que fueron niñas y niños, cuando tenían entre 8 y 10 años de edad; 2) Cada equipo nombrará una persona que hará las tareas de secretariado y otra de relator; 3) A cada equipo le será entregada una tarjeta con tres preguntas, a las cuales dará lectura el relator. Entre todas y todos los participantes, responderán desde sus propias vivencias, las preguntas entregadas y compartirán opiniones, comentarios y sentimientos. La persona que hace las tareas de secretariado

33 Rodrigo López, M^a José. et al., "Las Competencias Parentales en Contextos de Riesgo Psicosocial", *Psychosocial Intervention*, vol. 18, núm. 2, 2009, p. 16, <http://www.redalyc.org/pdf/1798/179814021003.pdf>

escribirá en un papel rotafolio la lista de respuestas que ha realizado cada equipo.

4) Una vez que el equipo haya terminado la reflexión, la persona facilitadora solicitará a todos los equipos se reúnan en plenaria para que las personas relatoras den lectura a las preguntas y respuestas, compartiendo con todo el círculo lo que reflexionaron.

Las tarjetas contienen lo siguiente:

Tarjeta (equipo 1)

- A) ¿Cómo demostraban su afecto mi madre, padre o la persona que me cuidaba?
- B) ¿Quién era la persona más cariñosa conmigo?
- C) ¿Cuál era el momento que más disfrutaba al lado de mi madre, padre o persona cuidadora?

Tarjeta (equipo 2)

- A) ¿Quién ponía las reglas o normas en casa?
- B) ¿Cuál es la regla más absurda que recuerdo?
- C) ¿Cuál es la regla que más trabajo me costó acatar?

Tarjeta (equipo 3)

- A) ¿Cómo me reprendían mi padre, madre o cuidador?
- B) ¿Cuál era el castigo o reprimenda que menos me gustaba (castigos corporales -cachetadas, golpes, jalones-, económicos, emocionales, descalificaciones, groserías, chantajes)?

Tarjeta (equipo 4)

- A) ¿Las niñas y niños de la familia podían opinar?
- B) ¿Podía expresar mis emociones libremente y me escuchaba mi madre, padre o persona cuidadora?
- C) Si mi madre, padre o persona cuidadora se equivocaba, ¿alguna vez me pidieron disculpa?

Es importante recordar a las personas integrantes del círculo que deben de participar pensando que son niñas y niños, que deben recordar cómo se sentían y percibían la crianza que vivieron.

Durante la dinámica la persona facilitadora juega un papel importante ya que coadyuvará a que fluya la participación, la empatía y la solidaridad, toda vez que se trabaja con los sentimientos más profundos. Al final de la

dinámica, en la plenaria es importante señalar a las personas integrantes del círculo que las vivencias recordadas nos llevan a reflexionar sobre la importancia de que madres y padres reciban orientación, información y apoyo en la crianza. Que para nuestras madres y padres esta opción no fue posible, por lo que las prácticas vividas y compartidas fueron el resultado de seguir patrones, creencias y costumbres sobre la crianza que se han heredado de generación en generación y que son poco respetuosas. Que lo que se vivió no es posible cambiarlo pero si es posible cambiar el tipo de crianza que se ejerce, buscando formas respetuosas y amorosas de relacionarse al interior de la familia.

Para el cierre de este tema se hará otra dinámica, denominada el REGALO: se entregará a cada persona un post it o papel pequeño, se les explicará que para cerrar la sesión todas y todos se darán a sí mismos un regalo, el cual consiste en: 1) darse a sí mismos un abrazo por todo lo vivido, por los recuerdos buenos y malos de su infancia, y 2) en escribir en el post it una palabra dirigida a esa niña o niño que fueron que les permita reconfortar lo vivido, (fortaleza, amor, compañía, valentía, etc.), lo que su niña o niño interior necesite. Ese post it se lo llevarán a casa para recordar lo necesario que es validar nuestras emociones y reconocer el amor que sentimos hacia nosotros mismos. Finalmente se preguntará quién quiere compartir con el grupo el regalo que se han dado y después de escuchar a las personas participantes se cierra la plenaria, recordando que nadie nos enseña a ser madres y padres, que no

podemos cambiar el pasado, ni la forma en la que fuimos criados, pero que siempre se tiene la oportunidad de dejar de lado pautas de crianza poco respetuosas e iniciar un camino distinto para vivir la parentalidad, consciente, informada y respetuosa.

5. Ejerciendo mi maternidad y paternidad. (20 min)

Este tema se trabajará en plenaria, la persona facilitadora planteará una pregunta ¿En qué se parece mi forma de crianza a la manera en la que fui criado? Se debatirá por algunos minutos al respecto con la idea de sensibilizar al grupo sobre la necesidad de modificar las formas, pautas y creencias en torno a la crianza. Se exhorta a las personas participantes a reflexionar respecto a que existen situaciones que no podemos cambiar, pero sí podemos desarrollar expectativas realistas sobre la tarea de ser padres y sobre la forma en que podemos criar a nuestras hijas e hijos. Es posible el respeto, el afecto, la no violencia y el buen trato.

6. Pautas para una crianza respetuosa (25 min)

En la familia a partir de las pautas de crianza, establecemos las normas que regirán la vida en familia, los límites que siguen las madres y padres para regular el comportamiento de las hijas y los hijos, en algunas ocasiones pueden ser violentas, por lo que es importante analizar y reflexionar sobre cómo podemos establecer pautas de crianza respetuosas hacia las niñas y los niños, así como de todos los miembros de la familia.

La persona facilitadora compartirá algunas

pautas generales para una crianza respetuosa basadas en la Parentalidad Positiva.

- Infórmate, conoce, respeta y haz valer los derechos de las niñas, niños y adolescentes, te permitirá establecer límites respetuosos.
- Basa la crianza en la participación igualitaria de madres y padres, compartir responsabilidades familiares ayudará a un sano desarrollo de las niñas y los niños. Demuestra siempre afecto y apoyo. Cuida, fomenta y fortalece el vínculo afectivo desde su nacimiento y en todas las etapas de crecimiento, comunica tu cariño de manera abierta y respetuosa.
- Comunícate con tus hijas e hijos de manera positiva. A veces hablamos de manera negativa porque estamos cansadas, estresadas, tenemos problemas o no sabemos qué hacer. Hay que hablar siempre a nuestras hijas e hijos como nos gustaría que nos hablaran, con respeto y empatía. Trata de no gritar, establece un diálogo respetuoso y afectuoso.
- Establece reglas claras y consecuencias de acuerdo a su edad. Las niñas y los niños necesitan saber lo que es y no es aceptable. Asegúrate de que sepan por qué son necesarias las reglas, las razones por la que las has establecido y los límites. Es importante hacer notar que, si se rompen, habrá consecuencias. Las reglas y consecuencias no deben ser percibidas como imposiciones o castigos, sino como acuerdos necesarios para la convivencia.

- Deja que las niñas y los niños participen en las decisiones, permite que decidan cosas simples y adecuadas conforme a su edad. Es importante su participación en el establecimiento de normas de convivencia, ayudará a desarrollar su sentido de la corresponsabilidad.
- Comprende que cada niña y niño es diferente, por lo que debemos respetar cada etapa y ser paciente.
- Dedicar tiempo para interactuar y jugar con tus hijas e hijos. Intenta que el mayor tiempo que pasas a su lado sea interactivo, juega, cuenta historias, comparte intereses en común, demuestra atención e interés por sus gustos, aficiones y sueños, hazle saber que es importante estar a su lado.
- Recuerda que las niñas y los niños “no se portan mal”, están aprendiendo a controlar sus emociones, exploran y aprenden normas y límites. Si las personas encargadas del cuidado de las niñas y niños eliminamos el término “portarse mal”, estaremos juzgando menos y optaremos por buscar otras estrategias diferentes al castigo, las nalgadas, pellizcos, entre otras, esto nos ayudará a aprender formas más eficaces y respetuosas para criar.
- Sé paciente, ponte en sus zapatos, no les juzgues, escucha su punto de vista, no esperes que las actitudes cambien de la noche a la mañana, los cambios llegan gradualmente y de acuerdo a las características de las niñas y niños.
- Cuídate y piensa en ti, si mamá, papá y las

personas cuidadoras están bien, ayudará a relacionarnos de mejor manera, recuerda cuáles son tus gustos e intereses, no pases de largo tus necesidades, es importante saber cuándo solicitar y buscar ayuda

7. Evaluación y retroalimentación (15 min)

Para cerrar la sesión, en formato plenaria se pide a quien quiera participar que comparta lo que se lleva del círculo de crianza.

Es importante hacer énfasis en que esta información es sólo una aproximación al tema y que en caso de interés, se pueden acercar a los Centros de Desarrollo del DIF-CDMX a fin de poder contar con mayor orientación.

Recomendaciones

Se sugiere un receso de 10 minutos de preferencia después de la dinámica recordando mi infancia, pero el receso se puede adaptar de acuerdo al desarrollo del círculo. Es importante consensuar con las y los participantes si desean llevar a cabo un descanso y en qué momento.

Círculo 4. Lactancia materna como derecho humano y consejos prácticos



Introducción

Los temas a tratar en este taller son beneficios de la lactancia materna y perjuicios de la lactancia artificial, mitos y realidades, recomendaciones para una lactancia exitosa y el derecho a la lactancia materna. El taller se trabaja a partir de una carta descriptiva, la cual iremos desarrollando a lo largo de este módulo.

Es importante que como apoyo en el desarrollo de este círculo se retomen el marco teórico de lactancia materna como derecho humano que se presenta en el capítulo primero de este Manual.

Objetivo del módulo o sesión

Sensibilizar a madres, padres y/o personas encargadas del cuidado de niñas y niños sobre el derecho a la lactancia materna y sobre las medidas para lograr una lactancia exitosa.

Participantes

Dirigido a madres, padres y/o personas encargadas del cuidado de niñas y niños para que se sensibilicen sobre el derecho a la lactancia materna, los beneficios y se erradiquen los mitos.

Escenario

Se utiliza la metodología de círculos de crianza la cual es participativa y cooperativa entre iguales, experiencial, y se basa en dinámicas de grupo, coordinadas por uno o dos facilitadores. A través de esta metodología, las madres, padres e integrantes de la dinámica familiar se sienten en un espacio de confianza y participan con sus opiniones, experiencias, y puntos de vista acerca del tema tratado en la sesión.

Se requiere de un espacio adecuado, y lo ideal es trabajar con 25 personas.

Desarrollo

1. Presentación y Bienvenida (3 min)

La persona facilitadora se presentará, dará la bienvenida al Círculo de Crianza e informará los contenidos que se trabajarán en la sesión.

2. Evaluación inicial (dinámica Adiós a los mitos de la lactancia) (7 min)

Con el fin de conocer los mitos y prejuicios sobre la lactancia materna, se trabaja la dinámica "Adiós a los mitos de la lactancia:

Al principio de un encuentro nadie se conoce. La persona facilitadora invita a las y los participantes a dar su nombre, edad, nombre de su niña o niño, señalando si lacta o no y que comparta algo positivo y negativo que ha escuchado sobre la lactancia. La persona facilitadora en un papelógrafo dividido en dos partes con una línea, escribirá de lado derecho lo positivo y del izquierdo lo negativo. Mientras las y los participantes se presentan y participan en la dinámica, la persona facilitadora anotará en cada columna lo positivo y negativo de la lactancia materna que las y los participantes van narrando.

Al cierre de la dinámica, se dará paso al siguiente tema, donde se hablará de los mitos y realidades de la lactancia materna.

3. Mitos y realidades. (30 min)

La persona facilitadora señalará que alrededor de la lactancia materna existen muchos mitos, los cuales tienen efectos en el establecimiento de una lactancia materna exitosa. La persona facilitadora, podrá relatar primero el Mito, con el propósito de que las y los integrantes del Círculo participen exponiendo que saben de la realidad. La persona facilitadora dirigirá el dialogo a fin de compartir cuál es la realidad de cada mito que exponga.

MITO

Las mujeres con pecho pequeño no pueden amamantar.

REALIDAD

El tamaño de los pechos no influye en la lactancia, los pechos son como una fábrica la cual aumenta su producción de acuerdo a la estimulación que recibe.³⁴

MITO

No todas las mujeres producen leche suficiente y de buena calidad para satisfacer a sus hijas e hijos.

REALIDAD

Todas las mujeres producen leche de buena calidad y en cantidad suficiente porque la lactancia es un proceso regido por la ley de la oferta y de la demanda.

MITO

Se debe dar de amamantar con horarios fijos, cada 3 horas, 15 minutos por pecho.

REALIDAD

La lactancia materna debe ser a libre demanda, es decir cada que lo requiera la niña o niño, así aumentará y se mantendrá la producción.³⁵

MITO

Hay que dar agua a la niña o niño que toma pecho.

REALIDAD

Las niñas y niños hasta los 6 meses de edad, que toman solo leche materna y a demanda, NO precisan agua ni otros líquidos.³⁶

MITO

La lactancia materna debe ser cuando mucho hasta los 6 meses de edad.

REALIDAD

Se recomienda la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida y a partir de entonces se complementa con alimentos al menos hasta los dos años.³⁷

34 Mitos y realidades de la lactancia materna, UNICEF, https://www.unicef.org/Mitos_de_la_lactancia_materna.pdf

35 De acuerdo con la Asociación Española de Pediatría la alimentación al pecho funciona de un modo óptimo cuando se realiza a demanda. Por ello, se recomienda ofrecer el pecho al bebé cuando éste lo pida y durante el tiempo que quiera, hasta que lo suelte espontáneamente. De este modo se regula la producción de leche según las necesidades, se asegura la ingesta de leche del inicio y del final de la toma, cuya composición es diferente, y se logra un buen vaciamiento del pecho, evitando un excesivo acúmulo de leche que puede ocasionar ingurgitación y mastitis.

36 Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría, en <http://www.aeped.es/comite-lactancia-materna/preguntas-frecuentes-sobre-lactancia-materna#t48n148>

37 UNICEF, OMS, UNESCO, FNUAP, PNUD, ONUSIDA, PMA y el Banco Mundial, Para la vida, cuarta edición 2010, "Mensajes fundamentales: la lactancia materna", p. 48, mensajes 1,3, 4, 7 y 8.

MITO

La leche materna en niños mayores de 12 meses les hace daño, no les sirve, toman pura agua o incluso sangre de la madre.

REALIDAD

La leche materna no pierde sus propiedades con el paso del tiempo y se adecua a la edad y requerimientos de niñas y niños. La lactancia materna es una fuente de salud presente y futura. A mayor duración mayor es su beneficio potencial. Se recomienda mantenerla hasta los 12-24 meses y posteriormente todo el tiempo que se desee.³⁸

MITO

Una vez que se interrumpe la lactancia no se puede volver a amamantar.

REALIDAD

Con una técnica adecuada y apoyo, tanto las madres como las niñas y los niños pueden retomar la lactancia.³⁹

MITO

Si la madre está enferma, no debe dar de lactar y si sigue lactando no puede tomar medicamentos.

REALIDAD

Si la mujer está enferma (gripe, resfriado, tos, etc.) puede amamantar. Ante todo debe saber que casi todo lo que se suele prescribir es compatible con la lactancia.⁴⁰

MITO

La lactancia es dolorosa.

REALIDAD

La lactancia no debe doler, ni dejar grietas. Si ocurre, es necesario buscar ayuda para mejorar la posición, el agarre y succión, de esto depende una lactancia exitosa.⁴¹

38 De acuerdo con el Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría, a partir del primer año de lactancia, la cantidad de grasa en la leche aumenta con respecto a los primeros meses y se ha constatado una menor incidencia de ciertos tipos de cáncer (como la leucemia infantil), enfermedades metabólicas y autoinmunes (como la diabetes tipo 1) y un mayor desarrollo intelectual a mayor tiempo y exclusividad de lactancia materna, efecto que permanece durante años y que incluso puede llevar a alcanzar un mayor nivel de estudios y de ingresos económicos en la vida adulta. A mayor duración, se ha descrito una menor incidencia de maltrato infantil, una mejor relación con los padres en la adolescencia, una mayor percepción de cuidado y una mejor salud mental en la vida adulta. Se han descrito numerosas ventajas para la madre que amamanta. A más tiempo total de lactancia, menor riesgo de diabetes tipo 2, cáncer de mama, cáncer de ovario, hipertensión e infarto de miocardio, <http://www.aeped.es/comite-lactancia-materna/documentos/lactancia-materna-en-ninos-mayores-o-prolongada>

39 Para técnica de lactancia y re-lactar ver Consejería en lactancia materna, curso de capacitación, Organización de la Salud, Estados Unidos de América, 1993 https://www.unicef.org/argentina/spanish/Consejeria__en_Lactancia_Materna.pdf

40 Paricio Talayero, Jose María y Lasarte Velillas, Juan José, Lactancia y Medicamentos: Una compatibilidad casi siempre posible, Guía rápida para profesionales, Comité de Lactancia de la Asociación Española de pediatría http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/lm_medicamentos.pdf

41 Para conocer las técnicas para amamantar, ver Contenidos Técnicos para profesionales de la Salud, Lactancia Materna, Capítulo III, p. 126- 131 en http://web.minsal.cl/sites/default/files/files/manual_lactancia_materna.pdf

MITO

La madre no puede comer ciertos alimentos durante la lactancia.

REALIDAD

En todo el periodo de gestación y durante la lactancia, la mujer necesita una dieta balanceada. No hay alimentos que aumentan o disminuyen la producción de leche. A mayor succión corresponde una mayor producción de leche.⁴²

MITO

Si una niña o niño no aumenta bien de peso, es posible que la leche de su madre sea de baja calidad.

REALIDAD

Estudios demuestran que aún las mujeres desnutridas son capaces de producir leche de suficiente calidad y cantidad para suplir las necesidades de crecimiento de niñas y niños.⁴³

MITO

Al entrar a trabajar la lactancia materna se termina.

REALIDAD

La lactancia y el trabajo son compatibles, actualmente diversas disposiciones establecen el periodo de lactancia para las mujeres trabajadoras, la instalación de lactarios en los centros de trabajo del sector público y privado, orientación y capacitación a la lactancia materna, el derecho de contar con lactancia materna exclusiva dentro de los primeros seis meses y complementaria hasta los dos años y se prevé como violencia laboral el impedimento a las mujeres de llevar a cabo el periodo de lactancia previsto en la ley y todo tipo de discriminación por condición de género.

42 Mitos y realidades de la lactancia materna, UNICEF, https://www.unicef.org/Mitos_de_la_lactancia_materna.pdf

43 De acuerdo con el Comité de Lactancia de la Asociación Española de Pediatría, en la mayoría de los casos, el escaso peso se debe a la baja frecuencia con que se pone el bebé al pecho, a una mala técnica en la posición, o bien, se trata de un problema orgánico del niño.

4. Hablemos de la Leche Humana. (15 min)

La leche humana ofrece a niñas y niños un alimento vivo, ideal y completo durante los primeros 6 meses de vida y sigue siendo la óptima fuente de lácteos por lo menos hasta los dos años de vida, al ser complementada con otros alimentos. Cada leche tiene características propias que la diferencian significativamente de otras leches de mamíferos y la hacen adecuada a la cría de la especie. La composición de la leche humana, es única, posee más de 200 componentes repartidos en agua, proteína, hidratos de Carbono Grasas vitaminas y minerales. Su composición varía como vemos a continuación:

- Pre Calostro- embarazo (sodio, cloro, inmunoglobulinas, mínima parte de lactosa).
- Calostro: Nacimiento a 5 o 7 días (concentrado de proteínas y vitaminas, minerales⁴⁴ y colesterol, altas cantidades de inmunoglobulina).
- Leche de transición, 5-10 hasta 15 o 30 días (menos inmunoglobulinas y proteínas y mayor lactosa y lípidos, aumentan las vitaminas, mayor contenido calórico).
- Leche Madura, desde 15 a 30 días. Mantiene todo sus componentes y varía dependiendo del momento, lugar y la edad.⁴⁵

44 Schellhorn H, Cecília, Valdés L, Verónica, "Lactancia Materna contenidos técnicos para profesionales de la Salud", Ministerio de Salud, Chile 2 de marzo de 2010.

45 Retomado de González Cortijo, Teresa y Sánchez, Carmen (Coords), "Guía de Lactancia Materna", Govern de les illes Balears, Consejería de Salud y Consumo, 2009, p.3.

Perjuicios de la leche artificial en niñas y niños: Existe una peor adaptación gastrointestinal, mayor incidencia del síndrome de muerte súbita del lactante riesgo relativo de mortalidad postneonatal, dificultades digestivas o de alimentación, mal oclusión y mordida abierta en los lactantes alimentados con biberones. Peor desarrollo neurológico, obesidad, cáncer (a largo plazo), infecciones respiratorias más altas, infección en vías urinarias y otitis más frecuente, mayor incidencia de enfermedades autoinmunes (celíaca), mayor incidencia de alergias. Peor vínculo afectivo y mayor riesgo de maltrato infantil: el contacto estrecho con la madre durante el amamantamiento, con máximo contacto físico e intercambio de olores y sonidos, el aporte de triptófano en la leche humana y la secreción de oxitocina en la sangre materna, favorecen sentimientos de bienestar, reducen el estrés y ayudan a establecer un estrecho vínculo afectivo entre madre y sus hijas e hijos.⁴⁶

Perjuicios de la leche artificial en las madres: riesgo de involución intrauterina, mayor hemorragia postparto y aumento de riesgo de anemia, se pierde el efecto adelgazante de la lactancia, mayores tasas de depresión y estrés, mayor incidencia de artritis reumatoide, aumento del riesgo del cáncer de mama, aumenta 4.3% por cada 12 meses de no lactancia. Riesgo de cáncer de ovario y de endometrial y riesgo de diabetes tipo II, disminuye 15% por cada año lactado.⁴⁷

46 Retomado de Lozano de la Torre, María José, Hospital Universitario Marqués de Valdecilla. Universidad de Cantabria. Santander. Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría, <https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/lm.pdf>

47 Op cit.

Beneficios para la sociedad: Debido al menor número de enfermedades en las niñas y los niños que son alimentados con leche materna hay menor gasto sanitario y de recursos públicos. Menor abstencionismo laboral de madre y padre por la menor incidencia de enfermedad en sus hijas e hijos. Además de reducir el gasto de alimentación (no hay compra de biberones ni leche artificial). Es ecológica, no necesita fabricarse, envasarse ni transportarse.

5. Recomendaciones para una lactancia exitosa y feliz (20 min)

1. Infórmate y conoce los beneficios de la lactancia materna y la forma en ponerla en práctica.
2. Confía en ti y en tu capacidad para amamantar y para atender todas las necesidades de tu hija o hijo.
3. Solicita en la clínica u hospital donde nacerá tu hija o hijo iniciar la lactancia durante la primera hora después del parto, es tu derecho.
4. Fomenta la lactancia materna durante las 24 horas del día, da pecho a tu hija o hijo cuantas veces quiera, es decir a libre necesidad (no dar por horarios sino cuando lo requiera).
5. Los pechos son como una fábrica de leche, entre más se estimula y se vacía el pecho, más se produce. Es importante recordar que la niña y el niño regulan la producción de leche con la succión.
6. Evitar dar a las niñas y niños amamantados chupones y biberones. Si por alguna razón la mamá no puede ofrecer el pecho

directamente, se puede extraer la leche materna y darla en vaso o jeringa, con esto se evitará la confusión tetina-pezón.

7. La lactancia no debe ser dolorosa, si sientes molestias o dolor al amamantar, es posible que la postura y/o el agarre no sea adecuado, por lo que es importante que acudas con una asesora de lactancia, una líder de la liga de la leche o un grupo de apoyo cercano a tu comunidad.
8. Busca ayuda si sientes temores, complicaciones o que te falta información.
9. Procura enfocarte en ti y en tu hija o hijo, el trabajo del hogar puede esperar, delega y pide apoyo para las compras, la limpieza, cocinar, etc.
10. El papá, la pareja y la familia son importantes para una lactancia exitosa, su apoyo, aliento, acompañamiento promoverán protección a la mujer y a la niña o niño lactante.

6. El derecho a la lactancia materna (25 min)

La lactancia materna es un derecho humano de las mujeres y coadyuva en el derecho a la alimentación de niñas y niños, para mayor abundamiento sobre este tema, ver el capítulo I, numeral IV.

7. Evaluación Final (dinámica un regalo para mi lactancia) (10 min)

Dinámica un regalo para mi lactancia: se pasará a los integrantes un paquetito de post it, con la finalidad de que cada participante tome uno y escriba de lo que aprendió en el taller, que se lleva como regalo para su lactancia. Y se pedirá a las y los participantes que en una sola palabra compartan con la plenaria que se llevan del taller.

Posteriormente cada participante leerá su deseo y lo llevará a casa como un recuerdo de la sesión.

Es importante hacer énfasis en que esta información es sólo una aproximación al tema y que en caso de interés, se pueden acercar a los Centros de Desarrollo del DIF CDMX a fin de poder contar con mayor orientación.

Recomendaciones

Se sugiere un receso de 10 min de preferencia a la mitad de la sesión, pero el receso se puede adaptar de acuerdo al desarrollo del círculo. Es importante consensuar con las y los participantes si desean llevar a cabo un descanso y en qué momento.

Círculo 5. Estrategias para fomentar el apego seguro: Porteo.



Introducción

En este círculo se abordarán los siguientes temas: apego y derechos de las niñas y los niños, el porteo una estrategia para promover el apego seguro, tipos de portabebé y medidas de seguridad.

Es importante recalcar que al ser un tema meramente técnico, la parte teórica conceptual se desarrolla en el propio círculo y de requerir más elementos para su desarrollo se han recomendado dos vídeos que pueden ser expuestos y compartidos durante el desarrollo del mismo.

Objetivo del módulo o sesión

Sensibilizar a madres, padres y personas cuidadoras sobre las estrategias para fomentar un apego seguro, el porteo sus beneficios y medidas de seguridad.

Participantes

Dirigido a madres, padres y/o personas cuidadoras, que deseen utilizar esta herramienta como estrategia para fomentar el apego seguro.

Escenario

Se trata de una metodología participativa y cooperativa entre iguales, experiencial, participativa, y basada en dinámicas de grupo, coordinadas por uno o dos personas profesionales con formación y experiencia en estas dinámicas y en el tema que se aborda. A través de esta metodología, las madres, padres e integrantes de la dinámica familiar participan con sus opiniones, experiencias, y puntos de vista acerca del tema tratado en cada sesión.

Desarrollo

1. Presentación de participantes y facilitador: (10 min)

La persona facilitadora se presentará y comentará los temas que se abordarán en el círculo, solicitará que rápidamente las y los participantes se presenten diciendo su nombre.

2. Evaluación inicial: (10 min)

La persona facilitadora realizará una dinámica de evaluación a fin de conocer qué es lo que las personas integrantes del círculo conocen sobre apego y porteo. Para lograr el objetivo, solicitará a los integrantes se dividan en dos grupos y les entregará un papel rotafolio y plumones. Posteriormente les pedirá que cada equipo responda una pregunta, a fin

de que de la lluvia de ideas se construya el significado.

Preguntas por equipo:

EQUIPO 1	EQUIPO 2
¿Qué significa la palabra apego?	¿Qué significa la palabra porteo?

Para finalizar, cada equipo compartirá en plenaria la lluvia de ideas trabajada y la persona facilitadora inducirá la plenaria para iniciar con el siguiente tema del círculo.

3. Apego y derechos de las niñas y los niños (25 min)

En esta sección la persona facilitadora promoverá que el círculo reflexione sobre la relación existente entre el apego y los derechos de las niñas y los niños. Por esto es importante explicar que el apego que niñas y niños requieren en la primera infancia es fundamental no sólo para su desarrollo cognitivo, social y emocional, sino para el cumplimiento de sus derechos.

La persona facilitadora explicará que el máximo exponente de la teoría de la formación de las relaciones de apego es John Bowlby, quien a partir de una serie de libros y escritos publicados entre 1969 y 1998, basados en sus propias investigaciones y experiencias clínicas, sentó los principios fundamentales de la teoría, que desde entonces, han inspirado un volumen de estudios altamente productivos. Partió de la premisa según la cual, en el entorno en que ha evolucionado la especie humana, la supervivencia de niñas y

niños siempre ha dependido de su capacidad de mantenerse en proximidad de adultos dotados de la motivación de protegerlos, alimentarlos, cuidarlos y alentarlos. Propuso una clara explicación de la importancia de estas relaciones de apego para el ulterior desarrollo emocional y social de las niñas y los niños. Fundándose en dichas nociones, las investigaciones sucesivas han ido proporcionando un respaldo cada vez mayor a los procesos elementales descritos por Bowlby y han ido revelando los detalles de cómo se forman las relaciones de apego y cómo afectan el desarrollo hasta la edad adulta.

Si bien es cierto que Bowlby estudió sobre todo el apego en la díada madre- hija o hijo, estudios posteriores señalaron que las niñas y los niños entablan relaciones de apego con aquellos individuos familiares que han asociado con las respuestas constantes, previsibles y apropiadas que éstos han brindado a sus señales. En su mayoría, desarrollan relaciones de apego hacia los dos progenitores aproximadamente al mismo tiempo (de 6 a 8 meses), y establecen una jerarquía entre las figuras de apego, de manera tal que las personas adultas que más intervienen en la interacción (normalmente las madres) ocupan una posición más alta que las figuras de apego secundarias, incluidos los padres, las abuelas, familiares o personas cuidadoras.

Así Michael E. Lamb, señala que las niñas y los niños entablan relaciones de apego con distintas personas, además de la madre o el padre, sobre todo con las personas cuidadoras,

donde ciertas relaciones de apego tienden a ser más fuertes que otras, de manera que cuando una niña o niño tiene a su disposición más de una figura de apego, prefiere algunas de ellas respecto a otras, especialmente cuando se encuentra en dificultad.

De acuerdo con Bowlby (1989) la teoría del apego, implica la tendencia que tenemos, a establecer lazos emocionales íntimos con determinadas personas y esto es considerado un componente básico de la naturaleza humana que se encuentra en el infante en forma embrionaria y que continúa a lo largo de todo el ciclo vital.⁴⁸ En términos generales, Bowlby plantea que estos vínculos se establecen con la figura parental o tutores en la infancia, a los que se recurre buscando protección, consuelo y apoyo.

Así investigaciones posteriores a Bowlby describen relaciones de apego de niñas y niños clasificándolas en seguras, inseguras o desordenadas. Se habla de que una niña o niño tiene un apego seguro cuando confía en que la figura con la cual ha establecido relación estará a su disposición como fuente de bienestar y alivio en los momentos de tensión. Por otro lado las niñas y los niños con apego inseguro o desordenado no tienen expectativas constantes en cuanto a la capacidad de las figuras con las cuales han establecido relación de ayudarlos a afrontar las dificultades emotivas.

Se ha demostrado que las diferencias en las relaciones de apego son causadas sobre todo

⁴⁸ Bowlby, J. "Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida". Ediciones Morata, Madrid, 1986.

por la crianza, más que por la naturaleza. Aunque la propensión a cobrar apego es innata, el modo en que esta tendencia innata adquiere forma durante los primeros años de vida está determinado por el contexto sociocultural específico. En efecto, los patrones de conducta en materia de apego parecen depender en buena medida del contexto y reflejar adaptaciones flexibles a las condiciones específicas en las cuales la niña o niño ha nacido y debe sobrevivir.⁴⁹

De esta forma podemos decir que el apego son los vínculos afectivos que las niñas y los niños pequeños establecen con su madre, padre o personas cuidadoras, relaciones cruciales para su bienestar.

El primer vínculo que genera el ser humano y que marcará su vida, es el que se tiene con la madre, padre o persona cuidadora, la cual es única, otorga seguridad y confianza.

Para Ainsworth y Bowlby la conducta de apego se forma a lo largo del primer año de vida de la persona. Durante la adolescencia y la vida adulta, ocurren diversos cambios en ella, incluidas las personas a las que va dirigida, pero debemos decir que el apego es una conducta que se mantiene activa a lo largo de todo el ciclo vital.⁵⁰

Tanto Bowlby como Ainsworth (1989) apuntaron la importancia que tienen los vínculos de

apego establecidos con la madre y padre durante la infancia para el establecimiento de posteriores relaciones afectivas. Desde esta referencia precursora, otros autores como Botella (2005), Oliva (2004), Del Barrio (2002), Trianes (2002), Winicott (1995) y Griffin y Bartholomew (1994), mantienen que los niños y niñas que establecieron relaciones de apego seguro con madres y padres que se mostraron cariñosos y sensibles a sus peticiones estarán más capacitados para establecer relaciones caracterizadas por la intimidad y el afecto con sus iguales.⁵¹

Algunas características de las conductas de apego son:

- La conducta de apego se establece hacia el primer año de vida. Esta se basa en la capacidad de responder de forma sensible y accesible a sus señales y necesidades.
- Una vez desarrollada tiende a persistir a lo largo de la vida, demostrándose en estudios longitudinales que las pautas de apego desarrolladas en la primera infancia se mantienen hasta la edad adulta en cerca de un 80% de los casos.
- El desarrollo de un apego seguro le permite a la niña o niño utilizar a la persona cuidadora como una base segura lo que permite explorar el mundo con la certeza de que cuando se sienta angustiado o temeroso puede acudir a su figura de

49 Lamb, Michael E. "Infant-father attachments and their impact on child development", en Tamis-LeMonda, C.S. y Cabrera, N. (eds.)

50 Yáñez Yaben, Sagrario et al. "Apego en adultos y percepción de los otros", Universidad del País Vasco, *Anales de psicología*, Vol 17, número 2, Diciembre 2011, España.

51 Sanchis Cordellat, Francesc, "Apego, acontecimientos vitales y depresión en una muestra de adolescentes", Facultat de Psicologia i Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna Universitat Ramon Llull http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/9262/Primera_parte_MARCO_TEORICO.pdf?sequence=6

apego para reconfortarse.

- Transmisión transgeneracional: Los estilos de apego continúan a lo largo del ciclo vital y a través de generaciones.

En este sentido, el apego está intrínsecamente relacionado con los derechos de la infancia, ya que la Observación General número 7 del Comité de los Derechos del Niño, establece que el Comité observa el creciente corpus de teoría e investigación que confirma que niñas y niños pequeños deben concebirse idóneamente como agentes sociales cuya supervivencia, bienestar y desarrollo dependen de relaciones estrechas edificadas en torno a ellas. Son relaciones mantenidas normalmente con un pequeño número de personas clave, muy a menudo las madres, padres, integrantes de las familias, ampliadas y compañeros, así como con cuidadores y otros profesionales que se ocupan de la primera infancia.

Además dicho Comité en el numeral 16 de la Observación número 7, señala que niñas y niños pequeños en circunstancias normales, forman vínculos fuertes y mutuos con sus madres, padres o tutores, relaciones que ofrecen seguridad física y emocional, así como cuidado y atención coherentes. Mediante estas relaciones niñas y niños construyen una identidad personal, de esta forma, las madres, padres (y otras personas cuidadoras) son normalmente el conducto principal a través del cual las niñas y niños pequeños pueden realizar sus derechos. Este numeral además pone énfasis en respetar las facultades en desarrollo de las niñas y niños pequeños para

la realización de sus derechos, especialmente importantes durante la primera infancia, debido a las rápidas transformaciones que se dan en el funcionamiento físico, cognitivo, social y emocional, desde la más tierna infancia hasta los inicios de la escolarización.

La importancia que tiene en el desarrollo del ser humano el establecimiento del apego en la primera infancia de acuerdo con lo antes señalado, refiere que todas las niñas y niños con independencia de la sociedad en la que vivan, necesitan establecer vínculos afectivos para desarrollarse de forma autónoma sobre la base del afecto seguro y sólido. En este sentido, de acuerdo con el artículo 5 de la CDN los Estados Partes respetarán las responsabilidades, los derechos y los deberes de la figura parental o, en su caso, de los miembros de la familia ampliada o de la comunidad, de impartirle, en consonancia con la evolución de sus facultades, dirección y orientación apropiadas para que el niño ejerza los derechos reconocidos en dicho instrumento. Parte de la responsabilidad del Estado es realizar acciones tendientes a apoyar a madres y padres para que realicen las tareas que implican la crianza, y entre esas tareas, se encuentra el desarrollo del apego con sus hijas e hijos que tienen implicaciones importantes en su desarrollo y sobrevivencia.

Los derechos de niñas y niños no son valores separados o aislados y fuera de contexto, sino que existen dentro de un marco ético más amplio que prevé la responsabilidad del Estado incluso en temas relacionados con la crianza, la CDN establece en su artículo 18, la obligación del Estado respecto a

prestar asistencia adecuada a las madres, padres y cuidadores en el desempeño de sus responsabilidades en relación con la crianza de las hijas e hijos, en particular ofreciendo a los padres educación sobre este tema.

4. El Porteo como estrategia para promover el apego seguro (20 min)

Las niñas y los niños con apego seguro son aquellos que tienen figuras sensibles que responden asertiva y rápidamente ante sus necesidades, poseen la certeza de que cuando se sienten angustiados, su figura de apego cubrirá la necesidad afectiva de ese momento y frente a la separación pueden demostrar su sufrimiento en forma abierta pero al reencontrarse con la figura de apego ésta es capaz de consolarlo fácilmente.

Para promover un apego seguro existen algunas estrategias, que se focalizan en la interacción madre, padre, persona cuidadora-hija e hijo que a partir del contacto fomentan un vínculo y contacto constante. Entre estas estrategias se encuentra el PORTEO, una práctica que permite llevar a nuestras hijas e hijos cerca de nosotros con la ayuda de un cargador al cual se le denomina portabebé (rebozo, fular, mei tai, bandolera, mochila, entre otros).

Así el porteo es una práctica ancestral que la humanidad ha utilizado en diferentes culturas, países y épocas. En nuestro país el rebozo ha sido por siglos utilizado para cargar a las niñas y los niños pequeños, tradición que ha pasado de generación en generación y que permite generar un contacto constante físico y emocional entre niñas, niños, madres,

padres o personas cuidadoras, ya que permite que la atención hacia las necesidades y requerimientos de niñas y niños sea inmediata.

Existen múltiples beneficios al llevar a niñas y niños cargados con portabebés.

Para las niñas y niños:⁵²

- Aumento del contacto físico con la madre, padre o persona cuidadora, lo que fortalece la seguridad y el vínculo.
- Ayuda a reducir el llanto. Las niñas y los niños porteados lloran menos al sentirse contenidos. Un Estudio publicado en The Journal Pediatrics encontró que el porteo por tres horas al día reduce el llanto infantil en un 43% y en las horas antes de dormir un 54%.
- Mayor calidad de sueño. Una niña o niño seguro y tranquilo duerme más tiempo y con mayor facilidad.
- Potencia el apego seguro. La madre, el padre o la persona cuidadora aprende a reconocer precozmente las señales de

⁵² Información sustentada en diversas investigaciones y publicaciones, entre las que destacan:

- Hunziker UA, Garr RG, "Increased carrying reduces infant crying: A randomized controlled trial. Journals: American Academy of Pediatrics", 1986.
- Hip Dysplasia Institute <http://hipdysplasia.org/baby-wearing/>
- Robyn L. Reynolds, Miller, "Potential Therapeutic Benefits of Babywearing", Creative Journal of the American Academy of Pediatrics. 8 July, 2013;
- Journal of Perinatology, "The Incidence of Positional Plagiocephaly: A Cohort Study, Pediatrics, The Official care for preterm infants". 1991.

niñas y niños, atendiéndolas de manera anticipada y oportuna. Satisfacer las necesidades mejora el desarrollo y bienestar de niñas y niños, generando adultos independientes y seguros.

- Mayor bienestar físico. Mejor regulación de la temperatura, optimización del consumo de oxígeno y respiración, disminución del reflujo gastroesofágico, favorece la expulsión de gases y deposiciones, ayuda al desarrollo adecuado de la cadera y espalda, mejora el desarrollo psicomotor y el equilibrio y proporciona una mayor tolerancia al dolor.
- Previene la plagiocefalia postural o deformación de la cabeza.
- Protege el desarrollo de las caderas y previene la displasia.
- Promueve una mejor adaptación al entorno, ya que el contacto acelera el desempeño social del bebé, que a su vez ayudará a desarrollar vínculos con madre, padre y /o cuidador.

Para la madre, el padre y la persona cuidadora:⁵³

- Crea y fortalece los vínculos afectivos.
- Efectos positivos en la depresión postparto. En estudios de laboratorio la Dra. Kathleen C. Light de la Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill, demostró que las madres y las niñas y los niños lactantes que tienen contacto frecuente y cálido

entre sí producen mayores niveles de oxitocina lo que tiene efectos positivos en la depresión postparto.

- Proporciona libertad de acceso y de movimientos. Al portear las manos quedan libres y se pueden realizar diversas actividades y el acceso a determinados sitios o lugares se facilita otorgando mayor accesibilidad. Favorece la lactancia materna. El contacto entre la niña y el niño lactante y mamá, el contacto “piel con piel”, estimula la producción de leche al segregarse una hormona llamada oxitocina, encargada de provocar la subida de la leche.

⁵³ Kirkilions, Evelin, “A Baby Wants To be Carried”, Pinter & Martin, Germany, 2014.

5. Tipos de portabebés (15 min)

Existen en el mercado varios tipos de portabebés, que se dividen en NO ERGONÓMICOS y ergonómicos.

Características

No ergonómicos

Irrespetuosos de la posición natural de niñas y niños, no cuentan con el soporte adecuado de conformidad a la edad de niñas y niños y su manufactura no cumple con las medidas básicas de seguridad: como telas adecuadas que soporten peso, costuras apropiadas, anillas de una sola pieza, confecciones respetuosas de la anatomía de las niñas y niños, etc.

Ejemplo: Cangureras, bananas.

Ergonómicos

Respetan la posición natural, tanto de la niña o niño como de la persona que portea. Estos cargadores permiten que las niñas y los niños estén cómodos y seguros en una posición en donde el peso no recae en genitales, sino en su pompas, permitiendo que la columna esté en posición "C", es decir con la curvatura natural que mantienen las niñas y niños lactantes, y sus vías aéreas despejadas.

Portabebés ergonómicos

- **Fular Elástico:** Está confeccionado en algodón y elastano, mide aproximadamente 5 metros, es perfecto para recién nacidos y para los primeros meses por no tener

costuras y por su elasticidad. Este tipo de fular se recomienda hasta los 6 u 8 kilos dependiendo del fabricante.

- **Fular rígido:** Es una tela larga y resistente tejida de aproximadamente 70 a 80 cm de ancho y de 3 a 5 metros de largo (existen varias medidas), se ajusta perfectamente al cuerpo mediante anudados, es perfecto desde el nacimiento hasta los 3 o 4 años, ya que adapta a las diferentes etapas evolutivas de niñas y niños. Es el cargador más versátil y resistente, ya que se puede usar al frente, cadera y espalda, repartiendo perfectamente el peso entre hombros y caderas.
- **Rebozo:** Es una tela tejida generalmente de algodón, de 70 cm de ancho por 2.60 metros de largo, es resistente y se puede utilizar desde recién nacido hasta los 2 o 3 años.
- **Bandolera:** Está confeccionada con una tela de aproximadamente dos metros de largo y 70 cm de ancho, generalmente se utiliza el fular o rebozo, con dos anillas de una sola pieza (sling ring) en uno de sus extremos. Se recomienda en cualquier etapa, ya que se va adaptando al tamaño de las niñas y los niños así como a las necesidades evolutivas del mismo. El peso se reparte sobre un hombro y la espalda, por lo que se recomienda para portear en momentos puntuales o ratos cortos, especialmente si la niña o niño pesa mucho.
- **Mei Tai:** Portabebé de origen asiático,

está compuesto por un panel de tela y cuatro tiras largas que se anudan y ajustan. Se utiliza de frente, a la espalda o a la cadera. Reparte a la perfección el peso entre hombros, espalda y cadera, con un buen soporte y comodidad para las niñas y niños.

- **Mochila ergonómica:** Formada por un cuadro con tiras anchas y acolchonados, que reparten el peso en los hombros y un cinturón (también acolchonados) en la cadera, sobre donde recae la mayor parte del peso. Se ajusta mediante correas con cierres automáticos y regulables. Algunas mochilas cuentan con un adaptador para niñas y niños recién nacidos, aunque su uso se recomienda a partir de que la niña o niño puede sentarse solo (a los 6 meses aproximadamente) y hasta los 20kg. Hoy en día existen mochilas ergonómicas para niñas y niños mayores que soportan hasta 35 kilogramos.

Cabe destacar que aunque estos son los portabebés adecuados, la seguridad depende del uso que las madres, padres o personas cuidadoras le den, en ese sentido es importante, informarse sobre el uso adecuado, así como dar lectura al manual de usuarios del portabebé que compremos. Siempre hay que tener en cuenta que ningún portabebé puede ser utilizado en posición de cuna, (pegar barbilla con pecho) ya que puede poner en riesgo a las niñas y niños lactantes, al obstruir las vías áreas. También hay que recordar que estos cargadores deben utilizarse siempre de manera consciente por lo que nunca se puede quitar la vista y el cuidado a las niñas

y los niños mientras son cargados con estos artilugios.

6. Medidas de seguridad (20 min):

Para usar portabebés es importante acercarse personas que se han capacitado por años para enseñar a madres, padres y personas cuidadoras sobre el uso de estos artefactos de manera segura y ergonómica. Hay que tener presente que cargar a una niña o niño pequeño desde que nace hasta sus dos o tres años de edad con ayuda de un rebozo, fular, mei tai o mochila debe ser de manera apropiada a fin de evitar incomodidad o daños en quien portea y es porteadado. Estas personas especializadas se llaman asesoras o consultoras de porteo y en nuestro país contamos con más de 50 personas certificadas en el tema.

A fin de orientar a madres y padres sobre el uso de estos portabebés es importante señalar que en México y Latinoamérica no existe normatividad que regule su uso, razón por la cual se retoman las Normas Generales de Prevención para el uso de Portabebés del Comité de Seguridad y Prevención de Lesiones no intencionadas en la infancia de la Asociación Española de Pediatría, las cuales se comparten a continuación:⁵⁴

- La cara del niño debe permanecer siempre visible a 45° naturales de rotación para evitar obstrucción del paso de respiración.
- Vigilar con frecuencia su postura.

54 Sánchez Prados, Francisco, "Recomendaciones de uso de los cabestrillos portabebés", Comité de Seguridad y Prevención de Lesiones no intencionadas en la Infancia, 2013. <http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/recomendaciones-portabebes.pdf>

- Vigilar que el niño respira libremente.
- Evitar que la cara se apoye contra el cuerpo del adulto.
- No utilizar portabebés en un vehículo.
- Utilizar siempre portabebés apropiados para el peso y la edad de niñas y niños.
- Comprobar diariamente la tela, las costuras, la presencia de pliegues y los broches o cremalleras del portabebé.
- Evitar el uso de portabebé si se van a practicar determinadas actividades que acarreen riesgo de caídas (subir laderas, montar a caballo, montar en bicicleta, patinar, etc.)
- Evitar zonas deslizantes que puedan ocasionar caídas.
- Comprobar que el niño no puede coger cosas peligrosas, en el caso de los portabebés que se usan a la espalda.
- No cocinar con el niño puesto en el portabebés, por el riesgo de quemaduras.

Para el uso adecuado de un portabebé te recomendamos los siguientes vídeos:

Técnica de uso de fular elástico:

<https://www.youtube.com/watch?v=ULHXE8T5Aaw>

Medidas de seguridad y ergonomía

<https://www.youtube.com/watch?v=2ahWpQ-obTw>

Evaluación y cierre final (10 min):

Para concluir la persona facilitadora solicitará a todas las personas participantes compartan en plenaria con una palabra que se llevan del círculo.

Es importante hacer énfasis en que esta información es sólo una aproximación al tema y que en caso de interés, se pueden acercar a los Centros de Desarrollo del DIF CDMX a fin de poder contar con mayor orientación.

Recomendaciones

Se sugiere un receso de 10 minutos de preferencia a la mitad del Círculo, pero el receso se puede adaptar de acuerdo a su desarrollo. Es importante consensuar con las y los participantes si desean llevar a cabo un descanso y en qué momento.

IV. Orientaciones de políticas públicas para la crianza respetuosa

A continuación se presentan una serie de orientaciones de políticas públicas con perspectiva de derechos humanos para favorecer los derechos de niñas y niños en la primera infancia:

- Desarrollar un sistema de indicadores que permita identificar de manera desagregada, el nivel de cumplimiento de los derechos de niñas y niños en la primera infancia.
- Generar estrategias de capacitación y sensibilización dirigidas a las personas servidoras públicas sobre los derechos de niñas y niños en la primera infancia con perspectiva de género.
- Generar mecanismos institucionales para promover la participación de la primera infancia a fin de que su opinión sea tomada en cuenta en la toma de decisiones, en particular en los procesos de planificación de las ciudades, y de instalaciones de esparcimiento y juego.
- Diseñar e implementar campañas de difusión que permitan visibilizar y sensibilizar la importancia de los derechos de niñas y niños con perspectiva de género durante la primera infancia.
- Garantizar el acceso a servicios adecuados y efectivos, en particular programas de atención de la salud, cuidado y educación

especialmente diseñados para promover el desarrollo de la primera infancia para las niñas y niños que viven en la calle, que son indígenas, que tienen discapacidad, que son migrantes, refugiados o solicitantes de asilo, que carece de atención parental, que viven en instituciones y que viven con sus madres en prisión.

- Incluir la educación para la paz y de derechos humanos en la educación de la primera infancia, la cual debe ser participativa para las niñas y niños.
- Desarrollar programas con perspectiva de género para promover el derecho al descanso, al esparcimiento y al juego para la primera infancia, garantizando oportunidades para que niñas y niños se encuentren, jueguen e interactúen en entornos seguros, propicios, estimulantes y libres de violencia.
- Crear condiciones necesarias para el fomento del ejercicio positivo de la crianza respetuosa de los derechos de la infancia, garantizando el acceso a los recursos adecuados (materiales, psicológicos, sociales y culturales) y que las actitudes y patrones sociales más extendidos se adapten a las necesidades de las familias con hijas e hijos y a las necesidades de padres y madres.
- Eliminar barreras para el ejercicio positivo de la crianza, sea cual sea su origen. La política de empleo, en concreto, debe permitir una mejor conciliación de la vida familiar y laboral.

- Elaborar directrices amplias y programas específicos para apoyar a las familias en la resolución de conflictos a través de métodos no violentos y técnicas de mediación y diálogo.
- Crear las condiciones necesarias para lograr una mejor conciliación entre vida familiar, laboral y personal a través de disposiciones legales y de otros tipos (como organización flexible del trabajo, adaptación de los horarios laborales y escolares, políticas de permisos, diversos tipos de servicios de cuidado infantil de calidad, disposiciones para el cuidado de hijas e hijos con discapacidades o enfermos, etc.);
- Diseñar e implementar una política en materia de lactancia materna, la cual esté integrada en las políticas generales de salud, que incluyan políticas específicas para grupos que requieren atención prioritaria.

V. Fuentes de documentación

- Asociación Española de Pediatría, Comité de Lactancia Materna, "Preguntas frecuentes sobre lactancia materna", <http://www.aeped.es/comite-lactancia-materna/preguntas-frecuentes-sobre-lactancia-materna#t48n148>
- Attachment Parenting International, Babywearing / Touch. 2017, de attachmentparenting <http://www.attachmentparenting.org/parentingtopics/infants-toddlers/babywearingtouch>
- Bernal Acevedo, Fabiola y Echeverri, Ana, "Manual para facilitación de círculos de diálogo en instituciones educativas", Costa Rica, CONAMAJ, 2009.
- Bowlby, John, "Child care and the growth of love", Melbourne, Australia, Penguin Books, 1953.
- Cançado Trindade, Antônio Augusto, "El Derecho Internacional de los Derechos Humanos en el Siglo XXI", Editorial Jurídica de Chile, Chile, 2001.
- Capano, Álvaro, "Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres", Uruguay, Creative Commons, 2013.
- Centro de Derechos Humanos Miguel Agustín Pro Juárez, "Propuesta de Metodología para la Elaboración del Programa Nacional de Derechos Humanos", que fue integrado por el Comité de Enlace, 2004.
- CNDH, "Retos Actuales de las instituciones nacionales de protección y promoción de los derechos humanos", CNDH, 2004.
- Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres CONAVIM, "Sexo contra género ¿Por qué es importante conocer las diferencias?", 05 de diciembre de 2016, <http://xurl.es/i9q7v>
- Comité de Lactancia Materna de la Asociación Española de Pediatría, "Lactancia materna en niños mayores o prolongada", <http://www.aeped.es/comite-lactancia-materna/documentos/>

lactancia-materna-en-ninos-mayores-o-prolongada

- Comité de los Derechos del Niño de la ONU, "Observación General N° 7 Realización de los derechos del niño en la primera infancia", 2005, <http://www.acnur.org/t3/fileadmin/Documentos/BDL/2010/8019.pdf?view=1>
- Comité de los Derechos del Niño de la ONU, "Observaciones finales sobre los informes periódicos cuarto y quinto consolidados en México", 2015, https://www.unicef.org/mexico/spanish/CRC_C_MEX_CO_4-5.pdf
- Consejería en lactancia materna, "Curso de capacitación", Organización de la Salud, Estados Unidos de América, 1993 https://www.unicef.org/argentina/spanish/Consejeria__en_Lactancia_Materna.pdf
- Consejo de Europa, "Recomendación 19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad", Adoptada por el Comité de Ministros el 13 de diciembre de 2006 en la 983ª reunión de los Delegados de los Ministros.
- Consejo Europeo, Informe explicativo, "Recomendación Rec, 19", del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre políticas de apoyo a la parentalidad positiva, 2006.
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_150917.pdf
- Convención para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, Adoptada y abierta a la firma y ratificación, o adhesión, por la Asamblea General de la ONU en su resolución 34/180, de 18 de diciembre de 1979, <http://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/CEDAW.aspx>
- Convención sobre los derechos del niño, adoptada y abierta a la firma y ratificación por la Asamblea General de la ONU en su resolución 44/25, de 20 de noviembre de 1989.
- Corcuera Cabezut, Santiago. "Derecho Constitucional y derecho

internacional de los Derechos Humanos”, Oxford, 2001.

- Daly, Mary, “La parentalidad en la Europa Contemporánea: un enfoque positivo”, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, España, 2012.
- Delgado, Kora Virginia. “Ficha temática relacionada con la situación de la Mujer en México”, Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación; México.
- Diario Oficial de la Federación, “Ley General de los derechos de niñas, niños y adolescentes”, Ley publicada en el Diario Oficial de la Federación, 4 de diciembre de 2014.
- Diario Oficial de la Federación, 2 de abril de 2014, http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5339161&fecha=02/04/2014
- Dipak Naker, “Creando infancias libres de violencia: ¿qué es lo que hace falta?”, Espacio para la infancia, Fundación Bernard van Leer, 2016.
- Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2016, <http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/enchogares/regulares/enigh/nc/2016>
- Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica, <http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/enchogares/especiales/enadid/2014/>
- European Network of National Observatories on Childhood, “Public Policies Supporting positive parenthood: New policy perspective”, Florence, Istituto degli Innocenti, 2013.
- Gaceta Oficial del Distrito Federal, “Ley de los derechos de niñas, niños y adolescentes de la Ciudad de México”, publicada en la Gaceta Oficial del Distrito Federal el 12 de noviembre de 2015.
- González Cortijo, Teresa y Sánchez, Carmen (Coords), “Guía de Lactancia Materna”, Govern de les illes Balears, Consejería de Salud y Consumo, 2009.
- GPI Consultores, “Estudio sobre la conciliación de la vida familiar y laboral en España”, Instituto de Pediatría, <https://www.aeped.>

es/sites/default/files/documentos/lm.pdf

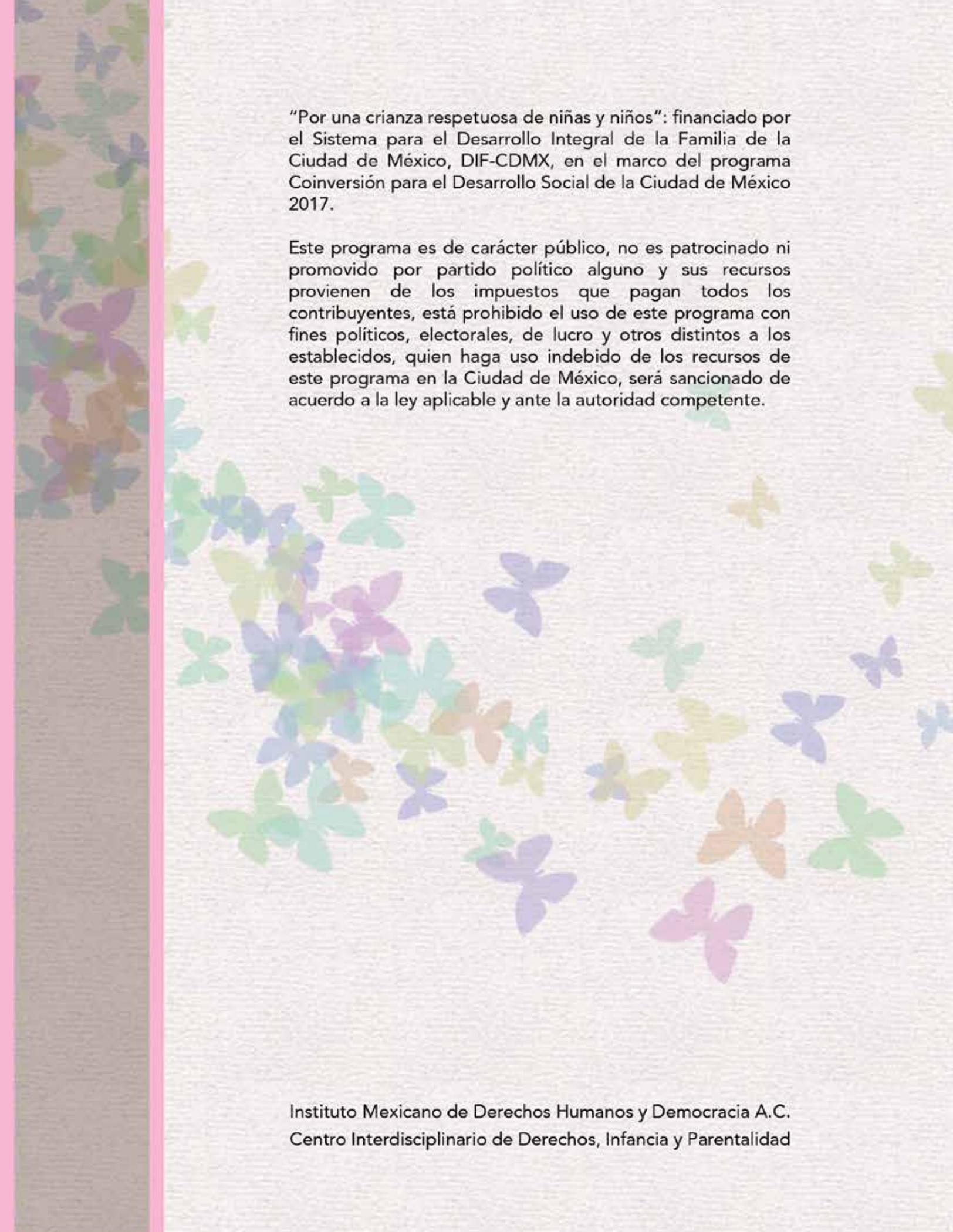
- Merino Calle, Irene, "La conciliación laboral, personal y familiar; análisis desde una doble vertiente: comunitaria y nacional", Revista Jurídica de Castillo y León, España, Número 36, mayo de 2015.
- Observación General número 7, "Realización de los derechos del niño en la primera infancia, Comité de los Derechos del Niño", 40° período de sesiones Ginebra, 12 a 30 de septiembre de 2005.
- OIT-PNUD, "Propuestas para nuevas políticas de conciliación con corresponsabilidad social. En Trabajo y Familia: Hacia nuevas formas de conciliación con corresponsabilidad social", Santiago de Chile: OIT-PNUD.
- Pacto Internacional sobre Derechos Económicos, Sociales y Culturales, Adoptado y abierto a la firma, ratificación y adhesión por la Asamblea General de la ONU, en su resolución 2200 A (XXI), de 16 de diciembre de 1966 <http://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/CESCR.aspx>
- Paricio Talayero, Jose María y Lasarte Velillas, Juan José, "Lactancia y Medicamentos: Una compatibilidad casi siempre posible, Guía rápida para profesionales", Comité de Lactancia de la Asociación Española de pediatría, http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/lm_medicamentos.pdf
- Pranis, Kay, "Manual para facilitadores de Círculos", CONAMAJ, Costa Rica, 2006.
- Ramírez Hernández, Nashieli, Rodríguez Aguilar, Gloria Alejandra, "Políticas de atención a la primera infancia en la Ciudad de México", México DF, Ririki intervención Social, 2016.
- Reynolds, Miller, "Potential Therapeutic Benefits of Babywearing, Creative Journal of the American Academy of Pediatrics", 8 July, 2013.
- Rodrigo, María José, Máiquez, María Luisa., y Martín, Juan, "Parentalidad positiva y políticas locales de apoyo a las familias.

Orientaciones para favorecer el ejercicio de las responsabilidades parentales desde las corporaciones locales”, Madrid.

- Sánchez Prados, Francisco, “Recomendaciones de uso de los cabestrillos portabebés”, Comité de Seguridad y Prevención de Lesiones no intencionadas en la Infancia, 2013 <http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/recomendaciones-portabebes.pdf>
- Sanchis Cordellat, Francesc, “Apego, acontecimientos vitales y depresión en una muestra de adolescentes”, Facultat de Psicologia i Ciències de l’Educació i de l’Esport Blanquerna Universitat Ramon Llull http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/9262/Primera_parte_MARCO_Teorico.pdf?sequence=6
- Sarmiento Anzola, Libardo, “Política pública en discapacidad. Fortalecimiento y movilización social, Red de Solidaridad Social”, Ministerio de Protección Social y Comité Regional de Rehabilitación de Antioquia, 2005.
- Sauri, Gerardo, “Participación infantil: derecho a decidir”, México DF, REDIM, 2009.
- Schellhorn H, Cecilia, Valdés L, Verónica, “Lactancia Materna contenidos técnicas para profesionales de la Salud”, Ministerio de Salud, Chile, 2010.
- Secretaría de Educación Pública de la Ciudad de México, “Modelo de Atención Educativa a la Primera Infancia”, Secretaría de Educación Pública de la Ciudad de México, febrero 2017.
- UNICEF y Sociedad Argentina de Pediatría, “Lactancia Materna, Amamantar es tu Derecho”, http://www.unicef.org/argentina/spanish/ar_insumos_LMderecho.PDF
- UNICEF, “Informe Anual 2015” México, Fondo de Naciones Unidas para la Infancia, https://www.unicef.org/mexico/spanish/UNICEFMX_15_low.pdf
- UNICEF, “Manual de aplicación de la Convención sobre los derechos del niño”. Nueva York, EUA. UNICEF, 2004.

- UNICEF, "Mitos y realidades de la lactancia materna", https://www.unicef.org/Mitos_de_la_lactancia_materna.pdf
- UNICEF, OMS, UNESCO, FNUAP, PNUD, ONUSIDA, PMA y el Banco Mundial, "Para la vida", cuarta edición, 2010.
- Yárnoz Yaben, Sagrario et al. "Apego en adultos y percepción de los otros", Universidad del País Vasco, Anales de psicología, Vol 17, número 2, Diciembre 2011, España.

Los contenidos del presente manual son responsabilidad de las organizaciones y de sus autoras, no así de las instituciones que lo financian.



“Por una crianza respetuosa de niñas y niños”: financiado por el Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia de la Ciudad de México, DIF-CDMX, en el marco del programa Coinversión para el Desarrollo Social de la Ciudad de México 2017.

Este programa es de carácter público, no es patrocinado ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes, está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos, quien haga uso indebido de los recursos de este programa en la Ciudad de México, será sancionado de acuerdo a la ley aplicable y ante la autoridad competente.