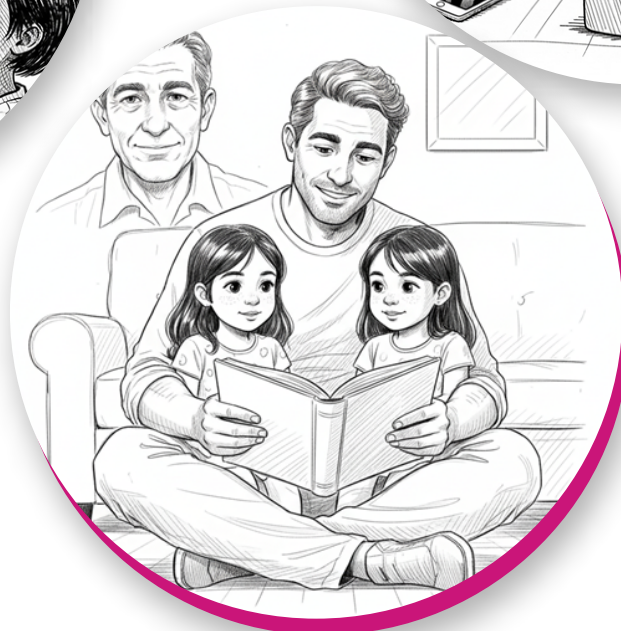




MEMORIAS SEMINARIO WEB: CUIDAR, AGRADECER, PATERNAR: VÍNCULOS Y SENTIDOS EN LAS CRIANZAS CON AMOR



Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

Astrid Cáceres Cárdenas
Directora General

Adriana Velásquez Lasprilla
Subdirectora General

Milton Forero Melo
**Director de Planeación y Control de
Gestión**

Julie Pauline Trujillo
Directora de Primera Infancia

Juan Pablo Monge
**Subdirector de Monitoreo y
Evaluación**

Revisora
María Alejandra Castaño-Hernández
Líder Evaluaciones e Investigaciones

Editor
Víctor Quinche Ramírez

**Jefe de la Oficina Asesora
de Comunicaciones**
Betty Leonor Monzón

Corrección de estilo
Oswaldo Alfonso Malo

Diseño y diagramación
Santiago Buitrago

Noviembre, 2025

Autores

Geraldine Moreno
Sanar para Crecer

**Carlos Fernando
Cardona Colmenares**
Paternar

Jorge Cuartas
Fundación Apapacho

Sonia Carrillo Ávila
Universidad de los Andes



Contenido

INTRODUCCIÓN	5
SANAR PARA CRECER	7
EL PROGRAMA PATERNAR	14
LA ESTRATEGIA APAPACHO	22
PROMOCIÓN DE VÍNCULOS AFECTIVOS SEGUROS Y UNA SOCIALIZACIÓN POSITIVA EN LA INFANCIA.	32

INTRODUCCIÓN

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), desde el equipo de Evaluaciones e Investigaciones de la Subdirección de Monitoreo y Evaluación y en colaboración con las diferentes áreas misionales, da continuidad a su serie de seminarios web. Este ciclo de encuentros virtuales ha sido concebido con el claro propósito de fomentar la gestión del conocimiento y generar espacios de reflexión sobre las prácticas que impactan profundamente la vida de las niñas, niños, adolescentes y sus familias. A través de estos seminarios, el ICBF busca tender puentes para un diálogo fructífero y constructivo con la academia, el talento humano que opera en el territorio y otros actores clave, facilitando la divulgación de hallazgos, la reflexión colectiva y la articulación de saberes en torno a la primera infancia.

La metodología que escogimos implica exposiciones cortas (15 minutos), empleo de herramientas de inteligencia artificial para la construcción de preguntas, elaboración de ilustraciones y apoyo en la construcción de los documentos de memorias. Aprovechar las tecnologías emergentes es importante como herramienta de optimización y aprovechamiento de recursos con los que no contábamos hace solo dos años. La realización de estos seminarios web pone en práctica la idea de divulgar, colaborar en la construcción de conocimiento, establecer diálogos constantes y abrir o participar en debates fructíferos para las tareas que desarrolla el ICBF.

En este marco, el seminario web “Cuidar, agradecer, paternar: vínculos y sentidos en las crianzas con amor” realizado el 21 de agosto de 2025, se presentó como el segundo encuentro de la serie. Este espacio de aprendizaje y discusión se dedicó a visibilizar y profundizar en prácticas institucionales y comunitarias que fortalecen los lazos afectivos y promueven las paternidades cuidadoras. La conversación se centró en varias premisas fundamentales que redefinen el sentido del cuidado: la vital importancia del bienestar del adulto cuidador, el poder transformador del afecto y el cuidado cariñoso como pilares de la crianza, y la necesidad de una crianza corresponsable para garantizar el desarrollo integral de la niñez.

Durante la jornada, se destacaron experiencias innovadoras y basadas en la evidencia, con la participación de expertos de alto nivel. Geraldine Moreno presentó el programa Sanar para Crecer (ICBF), que se enfoca en el bienestar emocional del talento humano de la Institución, reconociendo que la salud mental de quienes cuidan es un pilar indispensable para la calidad de sus interacciones con las niñas y niños. Fernando Cardona compartió los hallazgos del Programa Paternar (CINDE-EQUIMUNDO), una iniciativa que busca transformar los roles de género y promover paternidades activas y corresponsables. Por su parte, Jorge Cuartas expuso la Estrategia Apapacho (Fundación Apapacho), co-creada con el ICBF, que se basa en la evidencia y el enfoque comunitario para fortalecer las capacidades de los cuidadores y

prevenir la violencia. Finalmente, en un cierre magistral que reflejó la sólida colaboración entre el sector público y el académico, la profesora Sonia Carrillo, de la Universidad de los Andes, reflexionó sobre cómo las prácticas cotidianas se convierten en una forma de aprendizaje e investigación. Su participación fue un claro ejemplo de una academia cálida, que se ocupa de asuntos reales y que investiga desde las prácticas, demostrando que la conexión entre la teoría y la experiencia es vital para la construcción de conocimiento útil y transformador.

Las ponencias, los testimonios y los diálogos de este encuentro virtual nos brindaron un valioso insumo para reflexionar sobre cómo la articulación entre el Estado, la academia y las comunidades puede generar un impacto transformador en las políticas públicas y en la vida cotidiana de las familias. Estas memorias son una invitación a seguir construyendo una cultura de cuidado que priorice el bienestar emocional y la presencia consciente en todas nuestras interacciones.

SANAR PARA CRECER¹

Geraldine Moreno²



¹ La presente edición se realizó con base en la transcripción de la conferencia. Se empleó herramientas de IA (Chtagpt5) en la gramática básica y signos de puntuación. El editor revisó el documento contratándolo con la grabación, y la revisora final realizó modificaciones gramaticales y de estilo, sin alterar de fondo la comunicación de la autora.

² Geraldine Moreno es líder de la modalidad familiar y comunitaria de la Dirección de Primera Infancia del ICBF, psicóloga de profesión con énfasis en psicología clínica, magister en educación especial. Su experiencia profesional se enfoca en el desarrollo socioemocional de la primera infancia, promover la participación de niñas y niños con discapacidad y trabajar con comunidades y familias sobre el cuidado, la salud mental y el bienestar emocional.

Introducción y sentido del cuidado

Para la Dirección de Primera Infancia es importante poder acompañar este ejercicio de gestión del conocimiento y, sobre todo, compartir con la comunidad aquello que en el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) tiene sentido en la lógica del cuidado y, como lo expresó nuestra directora de Primera Infancia, también en la lógica de reconocer que el cuidado sensible pasa por identificar el cuidado del **adulto cuidador**. Reconocer que somos seres humanos, en primera instancia, y por supuesto, reconocer también que el ICBF ha venido trabajando en una apuesta por la salud mental, el cuidado del bienestar emocional y generar entornos más protectores para la primera infancia.

A partir de esa premisa, desde 2022 hemos venido desarrollando un programa que se denomina **“Sanar para Crecer”**. Este programa inicia con una intención muy clara: reconocer que el desarrollo socioemocional de las niñas y niños durante la primera infancia está directamente relacionado con la calidad de las interacciones que suceden en los entornos donde participan, especialmente con las interacciones que se dan con el adulto cuidador; un adulto cuidador que sostiene, que reconoce, percibe y, desde su presencia, acompaña el desarrollo integral de la primera infancia.

Así, además, identificamos desde esta misional que la exposición frecuente o prolongada a experiencias adversas fomenta un **estrés tóxico** en la primera infancia. Este estrés tóxico también está relacionado con la manera en que estamos constantemente reconociendo unas percepciones ambientales y territoriales y, sobre todo, en las interacciones con las niñas y niños. Desde allí, entonces, se empieza a generar -según la evidencia- un estrés tóxico que va acompañando ese desarrollo socioemocional de la primera infancia. La evidencia también muestra que, en los primeros años de vida, se tejen las bases neurológicas para acompañar a ese adulto que va a crecer y, sobre todo, las bases de habilidades para la vida que se van a desarrollar a lo largo de su experiencia.

El ICBF, en compañía con el Banco Interamericano de Desarrollo y la organización IPA, desarrollaron en 2022 un estudio sobre el bienestar socioemocional de nuestro talento humano, de nuestras unidades de servicio. Nos empezamos a dar cuenta de que casi el 54 % de nuestro talento humano -que, para recordar, tenemos aproximadamente 62.000 unidades de servicio a nivel país- presenta sobrecarga laboral, y el 44 % de ellos siente al menos una emoción que afecta su bienestar. Asimismo, empieza a presentarse un mayor malestar en comparación con diversos cuidadores y niñas y niños en el país.

Esto genera también un reconocimiento: la necesidad de ocuparnos de la salud mental de nuestros trabajadores, de nuestro talento humano que entra en contacto directo con las niñas y niños todos los días, casi ocho horas diarias, y que también comparte momentos con nuestras familias participantes. De esta manera el equipo de Sanar para Crecer, en la Dirección de Primera Infancia, empieza a preguntarse por una posible estrategia para dar lugar también a ese sentir y, por supuesto, a reconocer qué impacto tiene esto en los resultados que estamos viendo y que estamos dirigiendo en la relación que están estableciendo nuestras unidades de servicio.

Y desde allí nace un objetivo de Sanar para Crecer, que es buscar **promover esas interacciones de cuidado sensible** e interacciones más sensibles con las niñas y niños de primera infancia, mediante el fortalecimiento del bienestar emocional del talento humano. Es importante señalar que este es el primer programa que tenemos como apuesta desde la Dirección, que se preocupa y que atiende la salud mental y el bienestar emocional no solo de las familias, no solamente de las niñas y niños de primera infancia, sino que se centra también en la importancia que tiene el talento humano cuando hablamos de salud mental y de bienestar emocional.

Nuestra premisa más sencilla en este programa es que **“para cuidar de otros, necesito primero cuidar de mí”**. Y si mi salud mental, si mi bienestar emocional no está en las condiciones que debería estar; si no soy consciente de eso que estoy sintiendo, pensando o realizando, entonces voy a entrar en un piloto automático que va a permitir que mi rutina diaria se convierta simplemente en hacer acciones cotidianas que pierdan un sentido en la calidad y, sobre todo, en la presencia.

Un ejemplo de esto es: ¿cuántas, de las personas que estamos aquí conectadas, hemos tenido la situación de que estamos cocinando en casa y, de pronto, llega un pensamiento que dice: “Ah, ¿dejé algo en la habitación”? Y me voy caminando hasta la habitación y, cuando llego, me pongo a pensar... me quedo quieto, sin recordar a qué venía. Y eso nos obliga a volver a la cocina para recordarlo, un ciclo que puede repetirse. Y eso es estar en piloto automático: es llegar a reconocer que, mientras estamos cocinando, estamos pensando en lo que va a pasar después o en lo que pasó antes. Y eso también se ve en las interacciones que compartimos con nuestras niñas y niños, o inclusive con nuestros familiares, parejas o amistades. Es algo cotidiano que nos pasa constantemente.

Claramente, allí lo que estamos identificando con nuestras familias y niños, pero sobre todo con nuestro talento humano, es que también nos pasa. Y eso nos hace tener una humanidad compartida en este ejercicio.

Desarrollo, metodología y operación del programa

Es así como, desde **“Sanar para Crecer”**, empezamos a priorizar el bienestar del talento humano del ICBF. Lo hacemos a través de 21 semanas de implementación -esta es nuestra última versión-. Quizás algunas personas que estén aquí conectadas han hecho parte de este programa; hemos tenido distintas implementaciones; cada implementación con un ajuste en su primera versión o en sus versiones que nos han permitido llegar y reconocer que Sanar para Crecer es para todo el mundo.

Y desde allí le damos la oportunidad no solamente al talento humano que está directamente relacionado con las niñas y niños -que a veces pensamos que son nuestras madres o padres comunitarios o nuestras agentes educativas- sino que también reconocemos que el bienestar emocional de una unidad de servicio parte desde la persona que nos ayuda con el ingreso y salida de los niños, hasta la persona que nos prepara los alimentos, las personas que nos ayudan a organizar y alzar los espacios pedagógicos y quien coordina las unidades de servicio. Todos los roles de la unidad de servicio tienen una puerta en Sanar para Crecer.

Tenemos 15 sesiones de manera presencial, una vez a la semana; contamos con prácticas virtuales, un manual, recursos, audios y contenidos audiovisuales que nos permiten llegar también al talento humano. Y, sobre todo, tenemos un acompañamiento de facilitadores sensibles que hacen un acompañamiento y que nos permiten descubrir, poco a poco, que somos una red de cuidado comunitario.

Estas sesiones están atravesadas por una serie de contenidos y unos enfoques a través de lo que denominamos **conciencia plena**, que es prestar atención en el presente; y a través también del marco de **habilidades socioemocionales**, que es un marco que nos permite reconocer que las habilidades socioemocionales, desde la primera infancia, son posibles. A continuación, se presenta un audio que refleja lo aprendido en el programa:

“Pues aprendí aquí que el manejo de las emociones... que las emociones son normales, o sea, podemos llorar. Eso es normal, llorar. ¿Qué pasa? Que no podemos dejar que se queden en nosotros, porque si se quedan en nosotros ya es una... es algo más grave. O sea, que no... a soltar problemas; que no tenemos que cargar los problemas de todo el mundo; que nosotros podemos soltar los problemas. El manejo con los niños: cuando uno sabe, aprende a manejar las emociones, también aprende a manejar a los niños, porque igual los niños hacen que se nos suban las emociones”.

El audio nos refleja también cómo estamos reconociendo las emociones y cómo le damos paso a eso que a veces nosotros no estamos sintiendo. Cuando hablamos desde Sanar para Crecer, esas 15 sesiones hacen un recorrido de reconocimiento: primero, de cómo estoy yo como ser humano, antes de ser una madre comunitaria o un agente educativo; quién soy yo como persona; quién soy yo como un rol social, quizás impuesto social o culturalmente; pero, además, qué pasa conmigo cuando dejo de trabajar, o cuando dejo de hacer actividades de ocio, o cuando estoy alrededor de distintos escenarios.

Y desde allí, entonces, hemos fortalecido a más de 2.800 participantes en distintas regionales del país. Y vamos a seguir respondiendo a esa necesidad de bienestar emocional y de ocuparnos de que la salud mental no es una moda, ni hablar de bienestar emocional es algo que está en auge, sino que siempre hemos hecho acciones de bienestar emocional. Lo que nos ha demostrado Sanar para Crecer es que, en efecto, tenemos un impacto en habilidades de conciencia plena para nuestro talento humano, en el estrés y en las interacciones con las niñas y los niños.

En 2023 con el Banco Interamericano de Desarrollo y con Innovation for Poverty Action (IPA), realizamos una evaluación de impacto que nos permitía medir resultados: comparamos personas que participaron en Sanar para Crecer y personas que no pudieron participar, pero que nos ayudaron también con encuestas para medir su bienestar emocional y las interacciones con las niñas y los niños. Y lo que descubrimos fue muy importante para nosotros; pero no solamente para el ICBF, sino también para reconocer que el diseño de las guías operativas, el diseño de nuestros 13 servicios tenía que estar atravesado por el desarrollo de habilidades socioemocionales, pero también por el bienestar emocional de las niñas y los niños.

Es así como empezamos a reconocer que el talento humano que recibía Sanar para Crecer tenía mucha más presencia en las unidades de servicio; tenía una calidad sensible mucho

más impactante con las niñas y los niños; era capaz de reconocer las atenciones, era capaz de responder a las necesidades; pero, sobre todo, era capaz de validar las emociones en las niñas y los niños. Y también de reconocer que necesitaba generar estrategias de autocuidado.

Uno de los resultados más importantes de Sanar para Crecer es que las personas tuvieron un mayor aumento en autoconciencia. Y eso significa que tienen una conciencia sensorial: “qué es lo que estoy sintiendo, y esto que estoy sintiendo se llama de tal forma, y me siento así por tal motivo”. Desarrollaban también mayores cualidades descriptivas y, finalmente, también podían reconocer la gestión emocional que necesitaban tener como adultos para acompañar también las emociones, expresiones y lenguajes de la primera infancia.

A veces creemos que las niñas y niños, cuando presentan lo que denominamos “pataletas”, debemos cambiarlas; o tenemos que hacer algo. Pero cuando empezamos a reconocer que lo que tenemos es que acompañar estos hitos del desarrollo y las formas en las que se expresan y sus lenguajes, la manera en la que empezamos a percibir a las niñas y los niños también disminuye las etiquetas, los mitos, las creencias que tenemos. Y eso tiene que primero pasar por nosotros.

Un compañero de Sanar para Crecer nos decía que, a veces, el adulto constantemente era de “cuello para arriba”; es decir, que todo el tiempo racionalizaba y pensaba mucho. Pero que, cuando “bajábamos de cuello para abajo”, empezábamos a sentir, porque el cuerpo es lo que nos permite estar anclados en el presente. Y es así como Sanar para Crecer puede aumentar el bienestar socioemocional del talento humano, porque favorece procesos de autocontrol, conciencia social y relacionamiento también.

Adicionalmente, fortalecemos el desarrollo socioemocional en la primera infancia desde las interacciones y estrategias que tenemos como adultos para acompañar y gestionar las emociones de las niñas y de los niños, pero también para reconocer las emociones de los demás. Y es así como Sanar para Crecer nos deja algo muy importante: cómo podemos impulsar formas de relacionamiento con nuestro bienestar emocional y salud mental desde ejercicios que no impliquen estar dentro de un programa como Sanar para Crecer, sino que también lo podemos hacer desde la cotidianidad.

La salud mental nos enseña. Todas las personas tenemos salud mental, y a veces, en la cotidianidad, hacemos cosas que nos ayudan a nuestra salud mental.

Impacto, ejemplos prácticos y cierre con aprendizajes

Retomando el ejemplo cotidiano del piloto automático: cuando estamos cocinando y de pronto se nos cruza el pensamiento de que dejamos algo en la habitación, y caminamos hasta allá, y al llegar nos preguntamos “¿a qué venía?”, nos quedamos quietos, esperando a ver si nos acordamos; y luego regresamos a la cocina, y tal vez recordamos y volvemos a la habitación. Ese ir y venir, esa desconexión con el aquí y el ahora, es la misma que muchas veces está presente cuando interactuamos con niñas y niños. Al no estar presentes, se empobrece la calidad de la interacción, y por eso insistimos en la **conciencia plena**: estar con lo que sucede, con lo que sentimos, con lo que pensamos, con lo que hacemos.

Ese “estar presentes” se traduce en **validar emociones**: “veo que estás molesto”, “entiendo que te frustró que...”, “estoy aquí”. La validación no es “ceder a todo”, sino nombrar lo que ocurre para poder regularlo. Y allí el adulto cuidador necesita **autocuidado**: dormir, alimentarse, respirar, pausar, conversar; reconocer que, si no cuida su propio equilibrio, le exigirá al niño una regulación que él mismo no puede modelar. Sanar para Crecer ha puesto estos temas en el centro de la operación cotidiana de las unidades de servicio, con sesiones presenciales, prácticas virtuales, manuales, audios, contenidos audiovisuales y facilitadores que acompañan, paso a paso, ese tránsito de lo teórico a lo vivido.

Los resultados -medidos con evaluación de impacto- mostraron mayor presencia, calidad sensible y validación emocional por parte del talento humano que participó en el programa, así como mejoras en estrés y autoconciencia. Estos hallazgos no se quedaron en un informe: retroalimentaron las guías operativas y el diseño de los 13 servicios, de forma que el desarrollo de habilidades socioemocionales y el bienestar emocional de niñas y niños queden transversales. Si el talento humano nombra sus emociones, identifica sus desencadenantes, reconoce su cuerpo, entonces puede acompañar mejor la expresión emocional infantil, resignificar la llamada “pataleta” como un hito de desarrollo, y promover estrategias de regulación acordes con la edad.

De igual forma, el enfoque reconoce la diversidad de roles en la unidad de servicio: quien recibe a las niñas y niños, quien prepara alimentos, quien ordena el espacio pedagógico, quien coordina. Todos forman parte de la trama de cuidado. Por eso, Sanar para Crecer está diseñado “para todo el mundo”. Porque el ambiente emocional no depende solo de un aula o de una actividad, sino de un ecosistema humano que se sostiene en prácticas pequeñas, repetidas y conscientes: respirar, mirar a los ojos, bajar el tono, esperar, escuchar.

En la práctica, esto se refleja en cosas muy concretas: al recibir a una familia, el adulto puede tomarse tres respiraciones para centrarse; al escuchar un llanto, puede nombrar lo que percibe antes de intervenir; al acompañar una frustración, puede ofrecer alternativas sin invalidar la emoción. Estas microacciones, repetidas, cambian la atmósfera: las niñas y los niños aprenden por modelamiento a ponerle nombre a lo que sienten y a pedir ayuda cuando la necesitan.

La escala del programa -más de 2.800 participantes- y la evidencia recogida invitan a persistir: no se trata de una moda, ni de un discurso “en auge”, sino de prácticas sostenibles que hacen mejor el día a día de quienes cuidan y de quienes son cuidados. Y, si en el camino evitamos el piloto automático, si volvemos al presente, si cuidamos del adulto para que cuide mejor, el resultado es un entorno protector para la primera infancia, con interacciones sensibles y respetuosas.

Al final, Sanar para Crecer nos recuerda algo sencillo y profundo: todas las personas tenemos salud mental, la cuidamos con lo que hacemos a diario, y podemos fortalecerla con herramientas accesibles que caben en la cotidianidad. La invitación, entonces, es a seguir; a conectar con el cuerpo - “de cuello para abajo”- para sentir; a mirar con paciencia; a nombrar con respeto; a acompañar con presencia. Y a reconocer que, en esa red, somos comunidad: talento humano, familias, niñas y niños; una comunidad que aprende a estar y a cuidar.

Testimonios Sanar para Crecer

Testimonio 1

Hola, mi nombre es Claudia Marcela Karen Monroy, soy agente educativa del Hogar Infantil Bambinos del ICBF, ubicado en Aranjuez, San Cayetano, del centro zonal Nororiental. El haber participado en la propuesta Sanar para Crecer ha sido una experiencia muy enriquecedora para mí, a nivel profesional y personal, pues me dio herramientas para tener una vida más plena, siendo consciente de mi respiración, de mis movimientos, de mi cuerpo y de mis emociones.

Asimismo, me permitió llevar a cabo estrategias pedagógicas para toda la comunidad educativa, donde se vieron beneficiados niños, niñas y familias. Quiero agradecer profundamente al Instituto Colombiano de Bienestar Familiar por estar pensando siempre en nuestro bienestar y dotarnos de todas esas experiencias significativas en nuestro quehacer como agentes educativos. Muchas gracias, porque esta experiencia me llevó a mover cada área de mi vida.

Testimonio 2

Mi nombre es Luzé Ibarra, soy madre de PAMI de la Asociación Nuevo Siglo.

Para mí, ¿qué significó la estrategia Sanar para Crecer? Fue una experiencia maravillosa porque me permitió ir más allá de ese saber de mí, reconocirme como persona y trabajar esa conciencia plena que me llevó a mover cada área de mi vida. Todo lo que yo hacía y todo lo que pensaba siempre tenía que incluirla, y eso, para mí, cambió totalmente mi vida, porque ya hice un trabajo mucho más asertivo conmigo misma y con mi familia.

Fue un cambio total de pensamiento, un cambio total de actitud frente a la vida, frente a lo que soy yo como persona. Realmente fue una experiencia inolvidable el trabajo con la estrategia Sanar para Crecer. Espero que no solamente sea conmigo, sino que continúe para muchas agentes educativas, porque de verdad cambia significativamente nuestra forma de vivir, de pensar, de comer, de dormir, de todo. Así que, muchas gracias.



EL PROGRAMA PATERNAR

Resumen previo a la realización del seminario web

En Colombia, el Programa Paternar es una adaptación del Programa P, inicialmente desarrollado en Líbano en 2018. Desde 2019, Equimundo y CINDE han trabajado en su contextualización y adaptación para Bogotá, buscando fortalecer las habilidades de crianza de padres hombres con hijos e hijas en primera infancia (0 a 5 años) y promover entornos familiares más afectuosos, corresponsables y libres de violencia. Esta iniciativa responde a necesidades políticas identificadas en el país y se alinea con compromisos nacionales para promover la igualdad de género y prevenir violencias basadas en género desde la primera infancia.

El Programa Paternar parte de un enfoque transformador de género, desde el que se reconoce que las normas de género rígidas perpetúan la distribución desigual del trabajo del hogar y limitan la participación activa de los padres en la crianza. Asimismo, se asume que el fortalecimiento de habilidades de comunicación, la promoción de la autorregulación emocional y el cuestionamiento de normas que justifican el uso de violencia son fundamentales para transformar las dinámicas familiares. El programa reconoce que las normas de género se aprenden y refuerzan en distintos niveles —individual, relacional, comunitario y social— y que pueden ser modificadas mediante la reflexión crítica, la educación y el acompañamiento comunitario.

Durante la primera fase de implementación (2020-2022), el Programa Paternar se dirigió a familias en situación de vulnerabilidad afectadas por el desplazamiento interno y la migración venezolana en Bogotá. Esta fase permitió construir alianzas estratégicas, fortalecer capacidades locales y recoger aprendizajes clave sobre el diseño, implementación y evaluación de programas dirigidos a padres hombres.

A partir de estos aprendizajes, en la segunda fase (2022-2024), donde se contó con la participación importante de ICBF, se planteó fortalecer y ampliar el programa, incrementando la retención y el compromiso de los padres hombres en el proceso; e incorporando estrategias digitales para reforzar la intervención y adaptarse a barreras de tiempo y movilidad. Para ello, se diseñaron versiones híbridas —que combina sesiones presenciales con la experiencia digital a través de grupos de WhatsApp— y 100% digitales —donde los cuidadores y cuidadoras interactuaban y dialogaban en grupos de WhatsApp acompañados por un facilitador. En esta segunda fase participaron en total 341 padres hombres con sus compañeras sentimentales o de crianza de niñas y niños en primera infancia.

EL PROGRAMA PATERNAR ³

Carlos Fernando Cardona Colmenares ⁴

Contexto y adaptación del programa

Paternar es un programa creado por Equipundo que llega a Colombia a través de la alianza con La Fundación Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano –CINDE–. Este programa se ha implementado en distintas partes del mundo, aproximadamente 30 países. En Colombia se buscó adaptar Paternar al contexto, principalmente en la ciudad de Bogotá y Soacha.

Equipundo es una organización que trabaja por la justicia social y por las masculinidades para la promoción de la corresponsabilidad de hombres cuidadores, mediante distintos programas de investigación, de incidencia, programas como Paternar, que tienen marcado el enfoque de trabajo directo con las poblaciones, ya lleva casi 16 años trabajando en la promoción de las paternidades corresponsable.

Por su parte, CINDE lleva casi 50 años trabajando por la construcción de una sociedad que permita el desarrollo integral de niñas, niños y adolescentes en América Latina y en el mundo. Y esto lo busca a través de la investigación, a través de la formación, de la apropiación social del conocimiento y la conformación de redes nacionales e internacionales, académicas, de la sociedad civil, de instituciones públicas, para lograr una incidencia en la política pública. Entonces, se juntan desde el 2020 y se empieza a hacer la adaptación del programa Paternar para trabajar con las paternidades.

¿Y por qué es importante trabajar con las paternidades? Porque se comprueba que genera un impacto en el desarrollo y en el futuro de las niñas y los niños, un impacto positivo cuando hay involucramiento corresponsable, sensible, consciente de parte de los padres hombres en el cuidado y la crianza.

También, ¿por qué es importante la promoción de la corresponsabilidad en los cuidados por parte de los hombres? Porque esto es un punto de entrada para la promoción de la igualdad de género y también porque se trabaja con las paternidades. También es importante **trabajar con las paternidades porque, a través de esto se puede reducir la violencia contra las mujeres y contra las niñas y los niños.**

³ La presente edición se realizó con base en la transcripción de la conferencia. Se empleó herramienta de IA (Chtagpt5) en la gramática básica y signos de puntuación. El editor revisó el documento contrastándolo con la grabación.

⁴ Fernando Cardona Colmenares es docente investigador de la Fundación Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano - CINDE. Licenciado en educación básica con énfasis en ciencias sociales. Magister en Desarrollo Educativo y Social y especialista en políticas del cuidado con enfoque de género en América Latina. Se ha enfocado en el trabajo para la promoción de paternidades cuidadoras y corresponsables desde el programa Paternar.

Una de las implementaciones actuales del programa Paternar en otros países, que ha tenido muy buenos resultados, es en Ruanda, donde han participado más de 49 000 familias y más de 1000 agentes comunitarias de la salud, que han sido capacitados en torno a las paternidades corresponsables. Se ha escalado en 3 distritos a través del Ministerio de Salud y los resultados muestran que el programa funciona aún 6 años después, tiene un impacto a largo plazo.

En Colombia el programa llega en el 2020 y, en 2020 a 2022, se da lo que sería la primera fase del programa Paternar, donde se obtuvieron unos resultados muy prometedores. En ese entonces se trabajaba con personas desplazadas por el conflicto armado, personas víctimas del conflicto armado y también con personas migrantes principalmente venezolanos.

Los resultados que se obtuvieron fueron: cambios en actitudes de género, donde las personas, los hombres que participaban —y también las mujeres que participaban allí— se hacían más conscientes de estos estereotipos y roles de género que generan desigualdad. Se vio un aumento en la toma de decisiones compartidas dentro del hogar, lo que beneficia también esa relación entre los cuidadores de las niñas y los niños, que también beneficia la creación de un entorno que favorece el desarrollo integral de ellas y ellos. Y se evidenció también un mayor involucramiento del hombre en la crianza.

Se presentaron retos en torno a la convocatoria de hombres, que nos animó en la segunda fase a repensar y a mirar cómo se puede ajustar un programa para lograr convocar a más padres, animarlos a que participen, a que permanezcan durante el programa y a que se logren los impactos que se quieren: la promoción de paternidades corresponsables, paternidades involucradas en el cuidado de las niñas y los niños, involucradas en las tareas de cuidado en el hogar, las tareas domésticas y demás.

De los aprendizajes de esa primera fase, tenemos los retos que tienen que ver con la convocatoria, con la participación y con la retención, que eran exacerbados o muy marcados o reforzados por las normas de género que tenemos culturalmente en la sociedad colombiana. Pero también por barreras sistémicas y estructurales, que tienen que ver con cómo está organizado y pensado el trabajo: esta división sexual del trabajo donde los hombres son los principales responsables de proveer, de llevar el recurso económico a sus hogares y, por ende son los que más están trabajando para llevar eso, porque es su principal responsabilidad; distinto a las mujeres, es una situación que contrasta con la precariedad laboral de las mujeres que se dedican a los trabajos de cuidado.

La solución que pensamos era lograr más accesibilidad, que la convocatoria sea intencionada, que sea eficiente y que permita pensarnos una escalabilidad. En esa segunda fase, se realizó nuevamente una investigación formativa donde se buscaba averiguar qué quieren los hombres y las mujeres sobre un programa que se enfoca en las paternidades, en la promoción de paternidades corresponsables. Se realizó un mini piloto para determinar los contenidos que quieren, pero también se hicieron pilotos para encontrar la mejor estrategia de convocatoria: cuál funciona mejor y también las metodologías que utilizamos.

Se realizaron talleres de validación con expertos en temas de cuidado y de infancias, expertos en la promoción del desarrollo integral de las niñas y los niños, de la sociedad civil y otras instituciones académicas, y también con población afrocolombiana y con población indígena, para asegurarnos de que el enfoque que maneja el programa Paternar en la ciudad de Bogotá y Soacha no los excluya, sino que se sientan recogidos y motivados a participar. Y, finalmente, se realizan 3 pilotos con 3 modelos distintos, para probar cuál de los 3 funciona mejor.

Modelos, metodología y resultados

A nivel general el programa Paternar, en la estructura que tiene, es una experiencia interactiva. Hay 3 modelos, pero, en principio, se trataba de una experiencia híbrida con 10 semanas de contenido de WhatsApp. Los padres y las madres que participaban pasaban por cuatro niveles que son los siguientes:

1. Educar a nuestras hijas e hijos con amor.
2. Acompañar los aprendizajes de nuestras hijas e hijos.
3. Relacionarnos con empatía y compartiendo decisiones, tanto con la persona con la que comparto la crianza, como haciendo partícipes a las niñas y los niños en esas decisiones.
4. Finalmente, fomentar un hogar seguro y cuidador.

Y eso estaba acompañado también de otras herramientas como videos, imágenes, memes y un cuento, que se llama *Un nidito de amor*, donde los papás mientras cruzaban estos niveles, iban leyendo los cuentos que se relacionaban precisamente con estas temáticas.

De esta manera la metodología integra varias estrategias: en WhatsApp se ponen casos, preguntas y encuestas para promover la participación de los padres y las madres en el grupo en torno a las temáticas que buscamos que se reflexionen. Se comparten videos con tips y con información de interés para los padres, para mejorar el abordaje de situaciones complejas de la crianza. También hay unas imágenes que se ofrecen como tips, pautas para también poner en práctica dentro del hogar y lograr este objetivo de la armonía dentro del hogar.

Estos 3 modelos consistían en lo siguiente: el primero era un híbrido: 10 semanas de contenido digital y 6 sesiones presenciales cada 2 semanas. El segundo era un híbrido ligero: menos sesiones presenciales, solo 3 sesiones presenciales, pero 10 semanas de contenido digital. Y tercero, un modelo que era totalmente digital, que no tenía nada de presencialidad y del que nos sorprendieron los resultados, porque fueron bastante prometedores.

Esos son algunos resultados en torno al involucramiento de padres y crianza sin estereotipos. Los padres que pasaron el programa, de alguna manera empezaron a cuestionar sus roles como hombres dentro del hogar; al igual que las madres, pues empezaron a resaltar la importancia de involucrarse más en tareas domésticas como en

el cuidado y la crianza de sus hijas e hijos. Ellas también señalan que ellos (los hombres) se empiezan a involucrar muchísimo más; ellos también mencionan que están más involucrados, y que eso ha mejorado el ambiente dentro del hogar.

Otro resultado es que tanto padres como madres, señalan que los padres dedican más tiempo con sus hijas e hijos y que reportan tener más herramientas para comprender las emociones de ellas y ellos, pero también reportan ser conscientes de las emociones propias y así, dar trámite a situaciones complejas sin necesidad de utilizar la crianza violenta.

Y otro resultado es la influencia de las prácticas de crianza en los padres en relación con estereotipos de género. El programa también produjo cambios en ciertas percepciones de lo que implica cómo relacionarse con un niño y lo que implica cómo relacionarse con una niña, que suele estar bastante marcado por estas diferencias de género. Este resultado, si bien se vio en todos los modelos, mostró un cambio mucho más significativo en el modelo digital, lo que nos hacía pensar —o nos hace pensar— que es bastante prometedor el modelo digital.

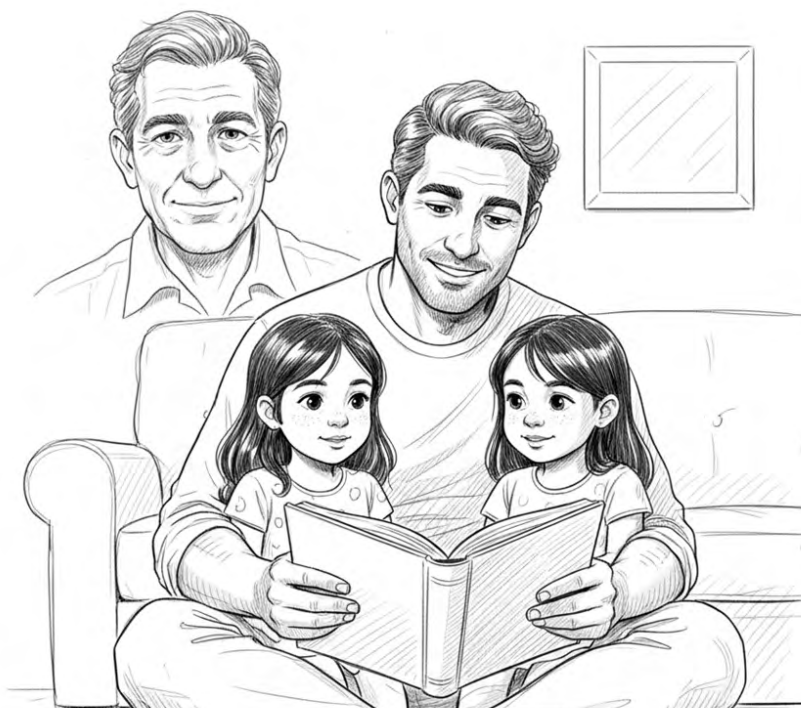
Algunas citas nos avalan en estas afirmaciones: una madre que llevó a cabo el modelo híbrido, dice que “siempre el papá siempre ha sido atento, juega y demás, pero poco se comunicaba con la niña; ahora llega del trabajo, habla con la niña, le pregunta cómo le fue, charlan; procura más enseñarle cosas, hablarle de lo bueno y lo malo y desarrollar confianza”.

Pensar en los roles de género en la educación de los niños es un resultado relevante: por lo general, los cuidados se relegan a las mamás, pero en estos casos ya se cuestiona el rol del hombre, del padre en el hogar como cuidador y también se implica más el involucramiento.

En cuanto a la reducción de disciplina violenta y conflictos de pareja. El primero es que, aunque no se hace mención del aprendizaje de técnicas específicas sobre disciplina positiva, tanto padres como madres señalan tener más disposiciones emocionales para afrontar situaciones difíciles en la crianza sin acudir a la disciplina violenta, sino preferir la gestión emocional propia, el pararse y tratar de entender la situación en la que está el niño, el momento también en el que se encuentra y priorizar el diálogo por encima de lo demás. Esto tuvo un impacto significativo también en el modelo digital; pues, como les digo, se vio en todo, pero se veía más prometedor en el modelo digital.

En los resultados se privilegia la resolución de conflictos a través del diálogo, el consenso y las decisiones compartidas por parte de los cuidadores de las niñas y los niños. En esto el modelo híbrido tuvo un poco más de significancia en los resultados, el modelo digital también, porque no había mucha diferencia allí. Y la valoración por parte de las y los participantes por el hecho de que el programa esté dirigido a padres hombres es algo que se valora y que se resalta bastante.

Este es un breve resumen de nuestra experiencia, hemos resaltado en nuestra presentación que el piloto digital, específicamente el piloto 100% digital resulta muy prometedor en términos de resultados y esto nos deja la tarea de ir ampliando y aplicando estos resultados en otras implementaciones.



TESTIMONIO EN VIVO

Andrés Luengas

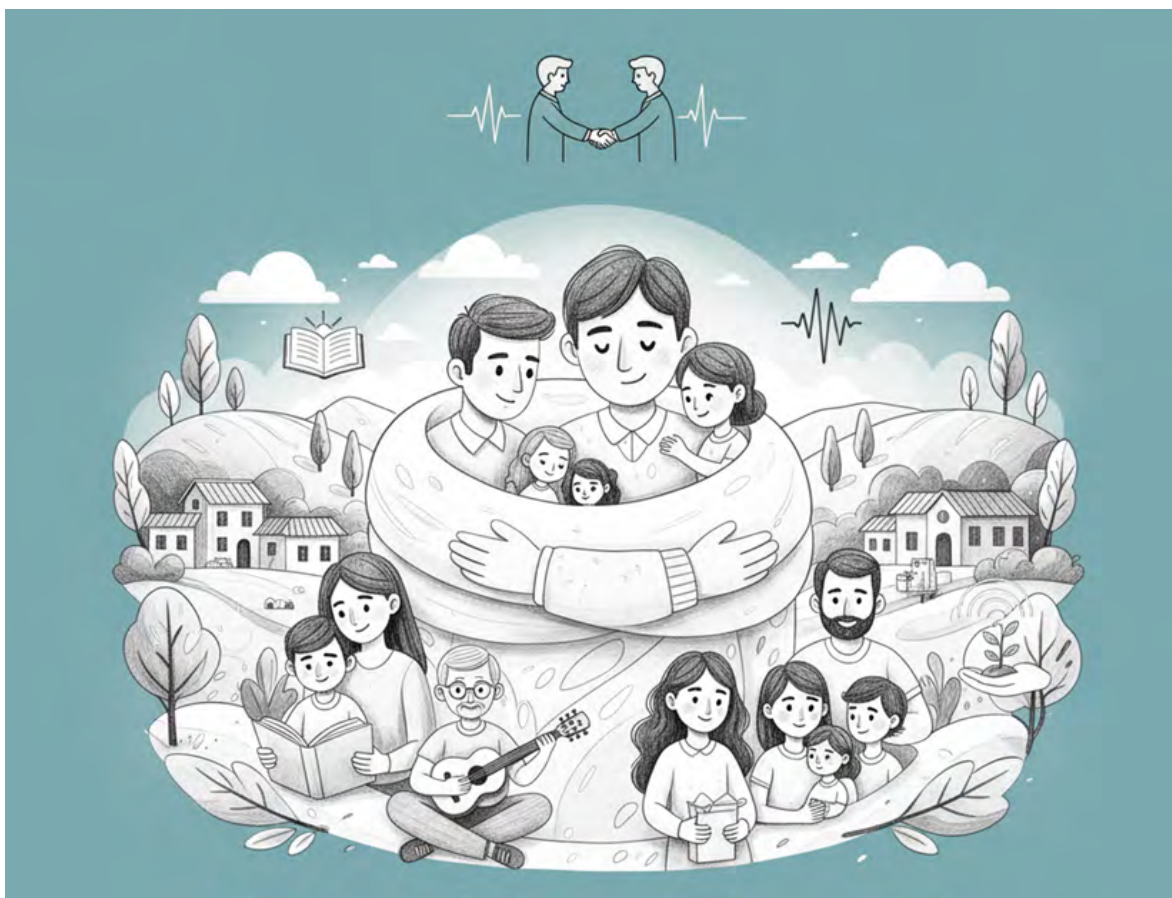
Buenas tardes. Yo participé en el programa Paternar aquí en Ciudad Bolívar, en el barrio Paraíso. Pues, básicamente, ese programa me sirvió mucho a mí en el sentido de la percepción de ver las cosas, de ver que la interacción y las tareas del hogar y la interacción con mis hijas, pues, yo no era tan consciente... pues, yo la veía ya en modo de que la mamá, pues, en sus cosas con las niñas, y yo, como proveedor, no me veía tan involucrado con mis hijas. Sí, pues, obviamente las amo, las quiero, pero, pues, en estos momentos, no estaba tan involucrado.

Pues, el programa me dio —o sea, gracias al programa— pude interactuar más con ellas, porque tuve un autorreconocimiento. El programa me brindó como herramientas para yo poder mirar y darme cuenta de que, pues, la forma en que yo estaba llevando las cosas no era tan... como tan de vida. Sí, porque después vi ejemplos en mi crianza de que el hombre es proveedor, el hombre no tiene que involucrarse o estar tan involucrado en las cosas del cuidado de los niños, de estar pendiente de ellos, de jugar con ellos, sino, pues, simplemente proveer y estar pendiente de que no les falte nada.

El programa Paternar me brindó la oportunidad de poder autoexplorar y poder interactuar con mis hijas de una forma más personal, estar más pendiente de ellas. Eso me ha llevado a que ellas reconozcan más mi presencia, o sea, disfruten más la estancia conmigo. Son cosas que al parecer, en su momento, son ejercicios pequeños, pero, a partir de esos pequeños ejercicios, he logrado tener una mejor interacción y participación, no solo con mis hijas, sino, pues, con mis sobrinas, que también son pequeñas, y, pues, he podido tener una buena conexión con ellas.

También he podido —o sea, gracias al programa Paternar— identificar, sí, como el rol y, como ese ámbito de que yo veía que mi padre no estaba así de forma tan presente, sino solo proveyendo. Porque en ese momento lo veía así, pero gracias al programa Paternar me pude dar cuenta de que no era por gusto, ni porque él quisiera ser así, sino que, en el momento y las situaciones que se daban, no había momentos para poder interactuar. Simple y llanamente, él se enfocaba en darnos una buena educación, una vivienda y un buen ejemplo para poder subsistir, y tal vez por eso no pudo estar interactuando como el programa Paternar nos enseñó a interactuar con mis hijas.

Pues, esa fue —ese es— la enseñanza y el aprender que me llevó este programa Paternar. Y, pues, verdaderamente, en estos momentos, estoy muy agradecido porque, pensándolo bien, en un principio, los ejercicios eran algo sencillo; se veían como algo más fácil: pasar tiempo con ellos, hablar con ellos, leer un cuento con ellos. Eran como ejercicios que uno decía: “No, pues, es algo insignificante; a mí no me cuesta nada, no se me cae nada”. Pero esos pequeños ejercicios llevan algo, un trasfondo muy grande, que me ha brindado una oportunidad con mis hijas de poder estar bien con ellas, de poder interactuar de buena forma con ellas y de analizar —como le digo— y darme cuenta de que mi padre no estuvo de esa forma conmigo; no tanto porque no quisiera, no tanto por esto, sino porque, en su momento, la ocasión o el momento no era el justo para eso.



LA ESTRATEGIA APAPACHO

Resumen previo a la realización del seminario web.

La Estrategia Apapacho es un programa de 11 semanas, co-diseñado por Fundación Apapacho e ICBF que busca prevenir la violencia en el hogar contra niñas y niños menores de cinco años y fortalecer las capacidades de madres, padres y cuidadores para una crianza amorosa, sensible y no violenta. A través de sesiones presenciales se trabaja desde las habilidades de las familias y comunidades con estrategias basadas en evidencia, abordando temas como la regulación emocional, la importancia de las rutinas, el establecimiento de límites y el manejo de situaciones retadoras en la crianza. Las sesiones siguen una metodología que fomenta la reflexión colectiva, el intercambio de experiencias y la co-creación de soluciones, con el fin de integrar prácticas positivas en la vida diaria de las familias.

En 2024, en articulación con el Laboratorio de Evidencia del ICBF e Innovations for Poverty Action Colombia (IPA), evaluamos la implementación de Apapacho con 300 cuidadores en Bogotá y Soacha que ya recibían servicios en el marco de la Modalidad Familiar y Modalidad Institucional del ICBF. Los resultados muestran que el programa aumentó las creencias positivas sobre la crianza y el uso de prácticas que apoyan el desarrollo infantil como el juego, la lectura, el canto, la danza (entre otros) y el uso de estrategias de disciplina no violenta, al igual que redujo la aceptación del castigo físico y psicológico. Además, los cuidadores encuestados reportaron mayor reconocimiento y manejo de sus emociones, un vínculo más fuerte con sus hijos y una comprensión más profunda de sus necesidades emocionales. Estos hallazgos evidencian el potencial de Apapacho como una intervención que puede ser escalada para transformar prácticas de crianza, ofrecer espacios valiosos de aprendizaje comunitario y apoyo emocional y contribuir a la construcción de paz desde los hogares.

LA ESTRATEGIA APAPACHO

Presentación en el día del seminario web⁵

Por: Jorge Cuartas, Director de la Fundación Apapacho⁶

Quiero darles las gracias a todos y todas por su compañía en este espacio, especialmente a esta hora del día. Espero que la presentación sea interesante y nos permita continuar involucrados en esta conversación tan importante sobre el trabajo con la primera infancia y las familias.

Hoy quiero hablarles sobre la estrategia Apapacho, un esfuerzo conjunto que no proviene únicamente de la academia o de una sola fundación. Es un trabajo colaborativo que surge de un llamado muy claro y de necesidades de política del Gobierno en Colombia. Esto nos llevó a unirnos con el ICBF, la Fundación Apapacho, la academia y otras organizaciones. Nuestro objetivo es responder a las necesidades que surgieron tras la prohibición del castigo físico en el país, trabajando de una manera efectiva en la prevención de la violencia contra la primera infancia. Buscamos que esta estrategia sea escalable y llegue a la mayor cantidad posible de familias en el país.

Quiero detenerme en la palabra “apapacho”, una palabra única en nuestra región, que no tiene una traducción sencilla, pero que de alguna manera significa “abrazar con el alma”. Creo que esto refleja la filosofía que subyace a nuestra estrategia. Además, se alinea perfectamente con lo que hemos escuchado hoy sobre “Paternar” y “Sanar para Crecer”, lo cual no es casualidad. Que estos programas y visiones estén tan conectados demuestra que, en este momento histórico, la gran colaboración que hemos iniciado con el ICBF va encaminada a una misma causa: la promoción del cuidado cariñoso y sensible, el desarrollo infantil temprano y la paz desde el hogar.

Un comentario adicional, que me parece central, es que todo esto no solo se aplica al trato que damos a los niños, sino también al trato que nos damos entre adultos. Se trata de construir una cultura de cuidado y paz que empiece con nuestras interacciones diarias: cómo hablamos con nuestros jefes, subalternos, profesores, estudiantes y padres. La construcción de una cultura de paz debe iniciarse en cada instante en el que interactuamos con otro ser humano.

⁵ La presente edición se realizó con base en la transcripción de la conferencia. Se empleó herramientas de IA (Chtagpt5) en la gramática básica y signos de puntuación. El editor revisó el documento contrastándolo con la grabación, se mantienen aspectos del habla oral.

⁶ Jorge Cuartas es Profesor Asistente del Departamento de Psicología Aplicada de la Universidad de Nueva York, Investigador Asociado del Centro de Estudios sobre Seguridad y Drogas (CESED) en la Universidad de Los Andes y co-fundador y co-director de la Fundación Apapacho. Su investigación se enfoca en el desarrollo infantil en la primera infancia, la prevención de la violencia contra los niños y los nexos entre cambio climático, desarrollo infantil y familia.

Con la estrategia Apapacho, buscamos tres objetivos principales:

- Promover el pleno desarrollo de las niñas y los niños, impulsando una generación para la vida y la paz.
- Prevenir la violencia contra la primera infancia en el hogar.
- Fortalecer las capacidades de los cuidadores —mamás, papás, abuelos, tíos—, partiendo de sus propias prácticas de crianza y respetando los lenguajes de la primera infancia.
- Brindar herramientas y apoyos flexibles para el talento humano del ICBF, de otras instituciones y para las familias.

Como les decía, esta gran alianza con el ICBF, IPA y otros socios refleja un cambio de paradigma impulsado por el liderazgo del ICBF. Estamos logrando un encuentro crucial entre la academia, la evidencia y las prioridades políticas, que a menudo pueden estar desconectadas. Creo que este trabajo está catalizando un cambio significativo que traerá grandes beneficios para las políticas públicas de primera infancia en nuestro país.

Las Características Distintivas del Programa Apapacho

El programa Apapacho se distingue por cuatro características fundamentales que lo hacen único.

1. Enfoque basado en fortalezas: Apapacho es un programa que se centra en las fortalezas de las familias. No llegamos a juzgarlas, ni a señalar lo que están haciendo mal, porque desde la ciencia del comportamiento sabemos que esa aproximación no es efectiva. Nuestro trabajo principal es promover las capacidades que ya tienen las familias para que puedan brindar un cuidado cariñoso. La meta es construir sobre las bases sólidas que ya existen en cada hogar.
2. Informado por la evidencia: La estrategia está sólidamente respaldada por la evidencia científica. Esto garantiza que las metodologías y enfoques que utilizamos sean eficaces para lograr los resultados deseados.
3. Acceso gratuito y abierto: Apapacho es un programa totalmente gratuito y de acceso libre. Cualquiera de ustedes puede compartirlo y utilizarlo. Creemos que este tipo de trabajo es un bien global, similar a una vacuna, la salud o el agua potable, que deben ser accesibles para todos. Esta filosofía nos permite llegar a tantas familias como sea posible.
4. Impulsado por la comunidad: La estrategia es relevante a nivel cultural y está impulsada por la comunidad, asegurando que se adapte y resuene con las realidades locales de las familias.

Estructura y Teoría de Cambio

El programa se estructura en 11 sesiones divididas en tres bloques principales:

- **Bloque 1:** Se enfoca en fortalecer la relación entre los cuidadores, las niñas y los niños.
- **Bloque 2:** Trabaja la importancia de la estructura en la crianza, ayudando a las familias a generar rutinas, normas y acuerdos básicos.
- **Bloque 3:** Utiliza las bases sentadas en los bloques anteriores para introducir estrategias que ayuden a las familias a manejar situaciones retadoras en la crianza. El objetivo es reducir el riesgo de castigo físico, gritos, violencia psicológica, emocional y otros tratos humillantes o degradantes.

Nuestra teoría de cambio nos guía en la comprensión de cómo estas actividades y temas se traducirán en resultados concretos. Las sesiones presenciales se complementan con mensajes de WhatsApp y materiales adicionales disponibles en nuestra página web. Esperamos que esta combinación de recursos genere un impacto positivo en los conocimientos, creencias, actitudes y normas sociales de las familias. También buscamos reducir las actitudes que justifican la violencia.

Además, en línea con iniciativas como “Sanar para crecer”, Apapacho busca promover el reconocimiento de las emociones y el uso de técnicas de autorregulación.

Todo esto, a su vez, esperamos que lleve a cambios observables en el comportamiento de las familias, como:

- Un aumento en actividades que potencian el desarrollo infantil, como el juego, el canto y la lectura.
- Un aumento del cuidado sensible y del uso de la educación no violenta.
- Una reducción del castigo físico y la violencia psicológica.
- Una reducción del estrés y una mejora general en la salud mental.

El Programa Apapacho y sus Características Distintivas

El programa Apapacho es un programa comunitario con objetivos principales definidos, pero que además posee cuatro características distintivas que lo hacen único. En primer lugar, es un programa basado en fortalezas. Esto significa que nunca nos acercamos a las familias para decirles lo que hacen mal o para juzgarlas, por ejemplo, diciéndoles que no le peguen a sus hijos. Sabemos, desde la ciencia del comportamiento, que esa aproximación no es efectiva. Por el contrario, el trabajo crucial que buscamos es promover las capacidades básicas para que las familias puedan brindar el cuidado cariñoso que desean.

Nos basamos en sus fortalezas y construimos sobre ellas.

En segundo lugar, es un programa informado por la evidencia. En tercer lugar, es totalmente gratuito y abierto. Esto es muy importante, ya que cualquiera de ustedes puede compartirlo y utilizarlo de forma gratuita. Creemos en la filosofía de que este tipo de trabajo es un bien global, que al igual que una vacuna, la salud o el agua potable, debería ser abierto y gratuito para llegar a la mayor cantidad posible de familias. Y por último, Apapacho es una estrategia impulsada por la comunidad y culturalmente relevante.

Con todo esto, quiero contarles cómo se ve Apapacho en la práctica, antes de pasar a los resultados que hemos obtenido. El programa se compone de 11 sesiones divididas en tres bloques. En el primer bloque, buscamos fortalecer la relación entre los cuidadores y los niños. En un segundo bloque, trabajamos en la importancia de la estructura en la crianza, creando rutinas, normas y acuerdos iniciales que sirvan de base. Finalmente, en el tercer bloque, complementamos lo que las familias ya hacen muy bien con estrategias para abordar situaciones retadoras en la crianza, con el fin de reducir el riesgo de castigo físico, gritos, violencia psicológica y otros tratos humillantes.

Todo esto está guiado por una teoría del cambio, que explica cómo las actividades y los temas que abordamos llevarán a los resultados que esperamos. A través de sesiones presenciales —que complementamos con mensajes de WhatsApp— y materiales adicionales que las familias pueden llevar a casa, esperamos generar impactos en los conocimientos, creencias, actitudes y normas sociales de las familias. También buscamos una reducción de las creencias y actitudes a favor de la violencia. Aquí tenemos una conexión muy fuerte con programas como “Sanar para Crecer”, ya que también trabajamos en el reconocimiento de las emociones y el uso de técnicas de autorregulación.

Todo lo anterior, esperamos que lleve a cambios en el comportamiento. Confiamos en que habrá un aumento en actividades que potencian el desarrollo, como el juego, la danza, el canto y el contar historias. También, un aumento en el cuidado sensible y en el uso de la educación no violenta, de la mano de una reducción en el castigo físico y la violencia psicológica. Además, planteamos que se verán reducciones en el estrés y una mejora en la salud mental de los cuidadores.

Primeros Resultados y la Implementación Piloto

La temática central de Apapacho se enfoca en el cuidado sensible, y creo que esto habla de las complementariedades que tenemos con otros programas. Al final del día, esperamos ver impactos concretos en el desarrollo infantil y en la garantía de los derechos de los niños en Colombia.

Para lograrlo, contamos con materiales como un manual de facilitación, la bitácora familiar y un grupo de WhatsApp donde las familias pueden interactuar entre ellas y con los facilitadores.

En 2024, lanzamos una primera implementación de Apapacho con 191 cuidadores en 8 unidades de servicio en Bogotá y Soacha. Realizamos este piloto como parte de un estudio comparativo: las unidades de servicio que participaron en Apapacho fueron comparadas con otras 5 que siguieron recibiendo los servicios habituales del ICBF. Esto nos permitió entender si Apapacho realmente aportaba un valor agregado a lo que el ICBF ya está haciendo.

La implementación se realizó en modalidad familiar e institucional, lo que demuestra la flexibilidad de la estrategia para diferentes contextos de atención. Utilizamos un estudio de métodos mixtos para recopilar información cuantitativa (que mide temas como la crianza y el desarrollo infantil) y cualitativa (a través de las voces de los participantes y el personal).

En general, encontramos resultados muy prometedores en este piloto. En primer lugar, Apapacho aumentó los conocimientos y las creencias positivas sobre la crianza amorosa y sensible, especialmente en la percepción de la importancia del afecto y la regulación emocional. Lo vimos en los datos y también en los testimonios. Una mamá, por ejemplo, nos dijo: “Ahora me acuerdo del manejo de mis emociones. Pero lo miro y digo, ‘pues que es un niño, es un bebé.’ Si tengo 34 años y me cuesta manejar mis emociones, ¿cómo será para un niño que está empezando a vivir?”. Otra mamá añadió que Apapacho era “aprender sobre la crianza amorosa con nuestros bebés, aprender a dialogar más, a tener más paciencia”.

Por otra parte, también encontramos una reducción en las creencias y actitudes a favor de la violencia. Vimos una reducción significativa en el índice que mide la normalización del castigo físico. Los datos cualitativos también fueron muy reveladores. Una mamá nos contó que, con Apapacho, aprendió a respirar y tomar agua para controlarse, porque a veces, cuando su bebé lloraba mucho, ella también se alteraba y le gritaba. Ella aprendió que si se descontrola, los niños se van a descontrolar más, lo que demuestra cambios muy profundos.

Impactos en Comportamientos y Vínculos

Además de los resultados en creencias y conocimientos, hemos visto resultados iniciales muy interesantes en el plano emocional. Por ejemplo, aproximadamente un 81% de los participantes afirman que usan mucho o siempre las estrategias de manejo emocional que trabajamos en Apapacho. Esto es muy relevante, especialmente porque se conecta directamente con lo que se presentó previamente sobre la regulación emocional.

Ahora, pasando del tema de las creencias y los conocimientos a los comportamientos, que es tal vez el centro de lo que nos convoca a pensar en un programa como Apapacho, encontramos resultados muy positivos. Por ejemplo, hubo un aumento en el involucramiento en actividades de aprendizaje temprano a través de las actividades rectoras de la infancia en el día a día. Vimos un aumento en prácticas y comportamientos que potencian el desarrollo, como el juego, el canto, la danza y el arte.

Además, aproximadamente el 87% de las familias reportaron usar mucho o siempre el “tiempo apapacho”. Este fue un componente central del programa que promovía que las familias dedicaran, al menos, cinco minutos diarios a seguir el liderazgo de sus niños y hacer las actividades que ellos quisieran. Sabemos, desde la ciencia del desarrollo humano, que estas interacciones de “servir y volver” son fundamentales. Por ejemplo, cuando el bebé señala algo, nosotros miramos, o cuando sonríe, le devolvemos la sonrisa. Esto genera una mentalidad centrada en los derechos y en el desarrollo único de cada niño.

Estos resultados son maravillosos. Una de las mamás nos decía que el “tiempo apapacho” les enseñó a dejar el celular a un lado por un rato para dedicar un tiempo consciente a sus hijos.

Crianza Positiva y Satisfacción del Programa

Luego, vimos también un aumento de la crianza amorosa y sensible. Esto se relaciona con que los cuidadores conocieran más sobre las habilidades, preferencias y deseos de los niños desde muy pequeños para poder acompañarlos en su desarrollo. Una madre nos compartió que, para ella, Apapacho significó “dedicar tiempo a mi niña, compartir con ella y saber de los temas de ella, tener confianza, poder tener un mejor trato con los niños y repartir espacios para compartir con ellos”.

También encontramos impactos positivos en el uso de estrategias de crianza y disciplina no violentas. Esto incluye el explicar por qué algunas cosas son peligrosas o no están permitidas, y el modelar con nuestro ejemplo los comportamientos que queremos ver. Las familias nos decían, con su propia voz, que estaban aprendiendo a poner límites sin imponer su autoridad. Esto es muy importante, ya que demuestra a las familias que la ausencia de castigo físico no significa que no hay disciplina o reglas. Por el contrario, promueve una estructura positiva y amorosa que realmente conduce a la educación. Todos sabemos que el castigo no es la mejor forma de aprender. De hecho, cuando tenemos jefes amorosos e inspiradores, damos lo mejor de nosotros. Esto aplica tanto para niños como para adultos, y vuelve al tema de la cultura de cuidado que es esencial promover.

Para cerrar, vemos que el 100% de las familias recomendaría Apapacho, y el 91% recomendaría las sesiones a otros cuidadores, lo que demuestra una gran satisfacción con el programa.

Ingredientes para un Futuro Mejor

Quería cerrar diciendo que algunos ingredientes esenciales para que Apapacho realmente funcione son las relaciones humanas y un vínculo fuerte. Es la escucha legítima y la apertura que hemos generado en esta gran alianza entre el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, la Fundación Apapacho, IPA y las universidades con las que estoy afiliado. Ha habido un proceso de escucha y respeto profundo. Creo que esto habla mucho del trabajo que tenemos que hacer como país: escucharnos, entendernos y remar hacia el mismo lado con una visión compartida para generar un impacto transformador en las políticas públicas y en el ecosistema del desarrollo en la primera infancia en Colombia.

Mi invitación final, de todo corazón, es que construyamos esta cultura de cuidado día a día, con todas las interacciones que tenemos, no solamente con los niños, sino entre todos nosotros.



Testimonio en video por: Facilitadora del Programa Apapacho

Soy de nacionalidad venezolana. A principios de este año, llegué a Colombia junto a mi familia: mi esposo y mi bebé, que en ese momento tenía ocho meses. Al llegar, me sentí profundamente sola, porque en Venezuela tenía una red de apoyo muy grande con la que aquí no contaba. Estaba llena de dudas y, sobre todo, quería hacerlo lo mejor posible en la crianza de mi hija, sin repetir patrones que me habían marcado.

Tuve la oportunidad de entrar a un programa de cualificación familiar con el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Allí conocí a muchísimas madres y familias que pasaban por la misma situación que yo, lo que me hizo sentir un poco menos sola. Sin embargo, mi mayor duda seguía siendo: ¿cómo lograr que mi hija dejara de llorar y gritar?

Fue en ese momento que llegó Apapacho. Este año, tuve la oportunidad de formar parte del equipo de facilitadoras del programa. Apapacho es un programa de parentalidad familiar que, en once semanas, entrega herramientas prácticas, útiles y sencillas a las familias para promover una crianza amorosa y sensible.

Durante toda la implementación, estuvimos de la mano del equipo de especialistas de la fundación. Recibimos capacitaciones constantes sobre temas de familia e infancia, y aprendimos a potenciar nuestras habilidades para el manejo de grupos. Contábamos con un manual de facilitación que contenía la estructura de cada sesión, y cada familia recibía una bitácora con un resumen de los temas, actividades de reflexión y juegos para compartir con sus niños. Es importante destacar que las ilustraciones de las bitácoras están inspiradas en familias latinoamericanas, indígenas y afrodescendientes, lo que las hace aún más especiales.

De la mano del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, este año logramos llegar a más de 200 familias, quienes al igual que yo, tenían dudas sobre cómo promover un hogar de cuidado y de mayor bienestar para sus niños.

El programa fue pensado como una receta para que cada cuidador incluyera semana a semana los ingredientes en su familia. Tenemos los ingredientes base, como el reconocimiento, la celebración, la gestión de las emociones en los adultos, la identificación de los momentos del desarrollo de los niños y el “tiempo apapacho”, que es un tiempo de juego liderado por los niños. Luego, vienen los ingredientes para nuestra receta, como las rutinas, las normas y las instrucciones. Finalmente, complementamos con el aprendizaje de herramientas que nos permiten responder de manera positiva a los comportamientos retadores, estableciendo consecuencias y, sobre todo, acompañando las emociones de nuestros niños.



PROMOCIÓN DE VÍNCULOS AFECTIVOS SEGUROS Y UNA SOCIALIZACIÓN POSITIVA EN LA INFANCIA.⁷

Por: Sonia Carrillo Ávila, Profesora del Departamento de Psicología de la Universidad de los Andes⁸

⁷ La presente edición se realizó con base en la transcripción de la conferencia. Se empleó herramientas de IA (GEMINI) en la gramática básica y signos de puntuación. El editor revisó el documento contrastándolo con la grabación, y la revisora realizó ajustes gramaticales y de estilo, conservando el tono y concepto.

⁸ Sonia Carrillo, Psicóloga de la Universidad Nacional de Colombia. Doctora en Psicología del Desarrollo y Educación de la Universidad de Texas-Austin. Es profesora asociada del Departamento de Psicología de la Universidad de los Andes, Bogotá. Allí imparte el curso de Psicología del Desarrollo en el programa de pregrado y el Seminario Avanzado de Desarrollo en el postgrado. Adicionalmente, dicta cursos en temas relacionados con el área del desarrollo humano como seminarios sobre relaciones de apego a lo largo de la vida, bienestar infantil, psicología y política pública en la niñez y la adolescencia, la ciencia de la felicidad. Su investigación se centra en las relaciones de los niños en el contexto familiar y escolar, el bienestar en niños y adolescentes, y programas de intervención para promover las competencias positivas y el bienestar. En la actualidad, es la investigadora principal del proyecto Diseño positivo de un programa para promover la gratitud en el contexto escolar, financiado por la Fundación Templeton, y codirige con Karen Ripoll un proyecto de investigación sobre la Enseñanza de la psicología en Colombia, con el apoyo de la Universidad de los Andes y ASCOFAPSI.

Es un gusto poder colaborar con el bienestar familiar, especialmente en una sesión como la de hoy, en la que se están presentando experiencias y programas tan fantásticos que están llegando a la comunidad. Me refiero a proyectos que están basados en evidencia, como bien decía Jorge, y que están teniendo un impacto tan grande en las familias, en las mamás, en los papás y, sobre todo, en los niños y las niñas, que yo creo que se constituyen en el centro de interés de todos los que estamos aquí reunidos.

La ventaja de intervenir al final es que mis antecesores ya han planteado los elementos centrales que, como colegas, compartimos no solo por el interés en el desarrollo de los niños y las niñas en Colombia, sino también por los principios fundamentales sobre los cuales se debería basar esa búsqueda de un desarrollo óptimo y un bienestar integral.

Quisiera, a lo largo de mi presentación y en este corto tiempo, traer algunas de las palabras que mis colegas ya mencionaron, porque lo que tengo para compartir no es nada distinto a lo que ellos han expuesto y a las bases en las que se fundamentan estas experiencias.

Como psicóloga del desarrollo, mi interés se concentra en comprender y enseñar los procesos de desarrollo, en particular el desarrollo social y emocional. Es en lo que investigamos y en lo que desarrollamos programas de promoción. Por eso, es gratificante escuchar que la palabra “cuidado” se mencionó en todas las intervenciones, porque de eso se trata: ¿quién provee ese cuidado?, ¿cómo se provee? y ¿cuál es su propósito?

Quisiera resaltar algunos de los elementos que la literatura y los expertos señalan como claves para lograr el éxito que han reportado los colegas.

Para ello, me gustaría partir de unas preguntas fundamentales. Cuando hablamos del desarrollo infantil, estas preguntas suelen surgir:

- ¿Qué hace que algunos niños y niñas se desarrollen de manera óptima?
- ¿Qué factores son esenciales para que se desarrollen de forma integral y saludable?
- ¿Qué hace que los niños desarrollen relaciones sociales positivas?

Mis colegas ya han tocado estos temas: Geraldine habló de cuidado y regulación emocional; Fernando, de entornos seguros y del lenguaje de los niños; y también se habló de la importancia de la coparentalidad y la corresponsabilidad.

La respuesta a estas preguntas es la clave para lograr el mejor desarrollo de los niños y las niñas. Ahora, ¿qué pasa en la primera infancia y por qué se le presta tanta atención? Es una buena idea trabajar en la primera infancia desde todo punto de vista, como bien han trabajado colegas del CINDE (Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano).

Primeros Años y el Árbol del Desarrollo

Desde el punto de vista del desarrollo mismo de los niños y las niñas, pero también desde el fortalecimiento de sus contextos de desarrollo —tanto el familiar como el escolar—, e incluso desde el punto de vista económico, es mucho más beneficioso invertir en las etapas tempranas. Para una sociedad, es más barato invertir en parentalidad positiva, patrones de apego seguro, interacciones respetuosas y estilos parentales positivos que luego invertir en problemas mayores como la desnutrición, o problemas de salud física y mental en la niñez o la adolescencia, que desafortunadamente cada vez se están presentando a edades más tempranas.

Entonces, ¿qué ocurre en esos primeros años de vida que permite que se siembren las bases para un desarrollo exitoso? Me gusta ilustrar estas primeras etapas con la imagen de un árbol, porque el tronco inicial es fundamental. Algunos teóricos del desarrollo socioemocional también usan esta imagen para enfatizar que las raíces son esenciales y que el tronco inicial es fundamental; por eso, la primera infancia es tan crucial. Me encontré con esta imagen que tiene un corazoncito en la mitad, lo cual es perfecto para el tema de hoy, ya que esas raíces se fortalecen y se forman con una crianza afectiva basada en el cuidado, el amor y el afecto.

Las Interacciones Positivas: La Clave del Desarrollo

El desarrollo óptimo de los niños no es un acto de fe. No puede serlo. Tampoco depende solo del dinero que tengamos, ni es cuestión de suerte. Definitiva y absolutamente, no se lo podemos dejar a la suerte, y el hecho de que haya tantas personas dedicadas a estos programas tan maravillosos que escuchamos hoy demuestra que el desarrollo no tiene que ver con la fe, el dinero o la suerte. Tampoco depende de un gen particular que heredemos. Si bien depende de muchos factores culturales, una de las cosas más importantes que todos los ponentes han mencionado es que depende de las interacciones positivas y amorosas, donde el centro sean los niños y las niñas.

Dado que la habilidad para ser buenos padres o madres no es algo con lo que se nace, se puede aprender, y por eso los programas que nos han presentado hoy son tan absolutamente exitosos. Varios de los ponentes se refirieron a la importancia de un entorno seguro y social. Por supuesto, las condiciones físicas, los ingresos y la pobreza que afectan a un porcentaje altísimo de nuestra población son elementos que juegan un papel importante. Ojalá no tuviéramos ese porcentaje de pobreza tan gigantesco, pero también, por otro lado, los sistemas, tanto el familiar como el escolar, son vitales. Yo, por ejemplo, he trabajado en los últimos años en promover fortalezas en el contexto escolar.

Fortaleciendo la Crianza: Más Allá de la Familia Nuclear

La familia y la escuela son entornos cruciales donde podemos aprovechar y fortalecer las capacidades de los niños. Es aquí donde podemos generar ambientes de aceptación, apego seguro e involucramiento. El programa “Paternal,” por ejemplo, se enfoca en el involucramiento de los cuidadores, y si bien se concentra en los papás —una de mis líneas de investigación en la Universidad ha sido la interacción con ellos—, debemos recordar que en Colombia hay muchos otros cuidadores importantes.

Hemos hecho investigaciones con hermanos mayores, abuelos y abuelas, quienes son cuidadores fabulosos que nos ayudan a lograr la meta del desarrollo óptimo y el bienestar de los niños. Esta evidencia nos demuestra que nuestra función como familia, escuela y cuidadores es vital en los primeros años. Me alegra mucho escuchar que ya no se pone tanto énfasis en que la mamá sea la cuidadora principal, una idea que prevaleció en la literatura psicológica por décadas. La realidad es que en muchos lugares de nuestro país, los hermanos y hermanas mayores se han convertido en cuidadores centrales.

Funciones Clave de los Cuidadores y el Desarrollo Infantil

¿Cuáles son esas funciones de los cuidadores? Principalmente, proporcionar seguridad física, mental, emocional y social. Queremos que los niños crezcan saludables y con un pleno bienestar. También debemos estimularlos cognitivamente. Hay muchas maneras de hacerlo. Siempre les muestro a mis estudiantes un video hermoso de una antropóloga de la Universidad de los Andes sobre las pautas de crianza en el Chocó, que muestra cómo la comunidad genera estimulación y qué es relevante en esa crianza y educación.

El afecto, el amor, el cuidado y los patrones de apego seguro son esenciales para que los niños desarrollen la socialización que tendrán en el futuro con sus pares en el preescolar o en el colegio. Esto depende en gran medida de ese entorno familiar seguro y protector inicial.

Quiero resaltar la importancia del inicio. Geraldine mencionó que el desarrollo neurológico es crucial porque el cerebro regula gran parte de nuestro comportamiento. ¿Y cómo logramos un desarrollo cerebral óptimo? Con una nutrición y una estimulación adecuadas. Necesitamos arrancar con un desarrollo físico óptimo, ya que, si el cerebro se desarrolla bien, las posibilidades de aprendizaje e interacción de los niños serán significativamente mayores.

Afortunadamente, cada vez estamos rompiendo más el mito de que los niños recién nacidos no ven, no oyen, no sienten, no perciben y que les tomará meses lograr estas funciones básicas. Todo lo contrario. Muchos teóricos del desarrollo hablan de un concepto que me gusta mucho: que los niños nacen precoces. Esto no significa que sean genios, sino que nacen equipados para percibir, sentir, aprender, pensar, moverse y adaptarse a su contexto. Tenemos que aprovechar todas esas fortalezas y capacidades innatas.

Cuidado y Desarrollo en la Primera Infancia: Los Pilares del Bienestar

Lo que los niños experimentan en sus primeros años son, sin duda, las raíces de su desarrollo. Partir de una base sólida desde el inicio es clave. Si el tronco de ese árbol arranca fortalecido, las posibilidades de desarrollo son enormes. Esto, como han dicho mis colegas, significa brindar cuidado sensible y fomentar patrones de apego seguro.

El cuidado sensible consiste en leer e interpretar adecuadamente las necesidades que los niños nos comunican desde que nacen. El llanto, por ejemplo, no es para molestarnos, sino una forma de decir que tienen una necesidad: ¿es hambre?, ¿el pañal?, ¿quieren un abrazo? La forma en que respondemos a esas necesidades es fundamental. Si lo hacemos con un tono adecuado y una voz dulce, les estamos diciendo: “Aquí estoy para ti, no te preocupes,

ya voy a responder a tu necesidad”. Así es como se construye ese vínculo de confianza y seguridad, que es el fundamento del apego seguro.

El lenguaje también es importante. Hablarles a los bebés, no solo para estimularlos, sino para expresarles afecto y conectar con ellos, es crucial. Como dice Alicia Oiberman, una importante investigadora argentina, la infancia es el mejor momento para intervenir. El éxito de los programas que hemos escuchado hoy lo demuestra: cuanto más temprano intervenimos, más temprano fortalecemos esos vínculos seguros y garantizamos que el desarrollo inicie por el camino correcto.

La Familia como Contexto Protector

La familia es un contexto absolutamente básico para fortalecer competencias y promover factores de protección. Las dos palabras clave para un apego seguro son cuidado sensible y respuestas seguras y apropiadas. Como dice el teórico del apego Alan Sroufe, nuestro rol en el primer año de vida es fomentar la regulación emocional. Esto se logra a través de una comunicación clara, afectuosa y, por supuesto, un cuidado sensible. Así podemos enseñar las emociones y modelar la autorregulación, como lo demuestran los testimonios que escuchamos.

Una vez que los niños crecen, a partir del año y medio o los dos años, el énfasis debe pasar al fomento de la autonomía y a una parentalidad positiva. Un estilo de crianza democrático, el respeto bidireccional y las oportunidades para que los niños jueguen y exploren son esenciales. Como decía Jorge, la crianza positiva no significa que no haya normas; por el contrario, hay normas bidireccionales, de respeto mutuo y afecto.

Otro mito que se ha ido rompiendo es que la cantidad de tiempo es lo que importa. La mayoría de los padres y madres de hoy trabajan fuera de casa, pero lo que realmente importa es la calidad del tiempo que se comparte.

Conclusión: Nuestro Rol en el Bienestar Infantil

A modo de conclusión de esta jornada, quisiera enfatizar que los niños y las niñas nacen equipados para el logro y un desarrollo óptimo. Es nuestra responsabilidad reconocer esas capacidades y fortalezas y desarrollarlas. El rol de los cuidadores y de los agentes es crucial, ya que son muchos los responsables de la crianza.

Es importante hablar no solo del desarrollo óptimo, sino también del bienestar, tanto de los niños como de los cuidadores. La conexión entre todos los contextos es fundamental: la familia, el entorno escolar y, por supuesto, el Estado, como vemos hoy con el ICBF.

El Estado es vital para el diseño de programas como los que hemos escuchado, pero también para las políticas públicas que fortalezcan esos factores protectores. El objetivo es lograr que todos los niños y niñas colombianos tengan el mejor desarrollo y el mayor bienestar.



**BIENESTAR
FAMILIAR**

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
Sede de la Dirección General
Av. Carrera 68 # 64C - 75 Bogotá, Colombia.



LÍNEA DE
ATENCIÓN A
NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES.
PROTECCIÓN · EMERGENCIA · ORIENTACIÓN

Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co

 @icbfcolombiaoficial

 @ICBFColombia

 @icbfcolombiaoficial

 ICBFColombia