

Paternidad

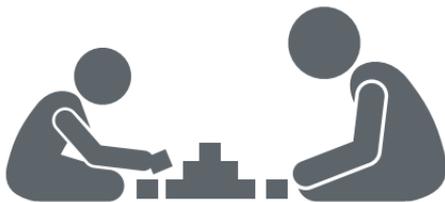


Boletín de salud

Visite nyc.gov/health para encontrar cualquier Boletín de salud.
Llame al **311** para pedir copias gratuitas.



Paternidad y salud



- Las relaciones afectan nuestra salud y bienestar, y una de las relaciones más importantes es aquella que se establece entre padres e hijos.
- Los padres que mantienen relaciones estrechas con sus hijos pueden afectar positivamente la salud y el desarrollo de sus hijos a lo largo de sus vidas.
- Los padres pueden crear relaciones estrechas con sus hijos por medio del juego, conversando con ellos y ayudándolos en las tareas escolares.

La paternidad no es solo biológica. Una persona también puede desempeñar el rol de padre de sus hijos adoptivos o de los hijos de su pareja. Todos los tipos de padres afectuosos son importantes en las vidas de los niños.

Infancia y niñez

Los padres desempeñan un rol importante en la salud y el desarrollo temprano de sus hijos. Los padres pueden:



Asistir a clases de paternidad, como clases de apoyo a la lactancia materna, que ofrecen muchos beneficios para los bebés y los padres durante la lactancia.



Asegurarse de que sus hijos duerman de forma segura colocándolos solos, boca arriba, en una cuna vacía.



Llevar a sus hijos a las consultas de atención de salud, incluyendo los chequeos regulares y a las vacunaciones.

Para obtener más información, visite nyc.gov/health y busque "**early childhood health**" (**salud en la infancia temprana**).

Los padres que se involucran hablan y se conectan con sus hijos. Los niños con padres que se involucran tienen mejores habilidades verbales y de aprendizaje que aquellos cuyos padres no se involucran en sus vidas.

Adolescencia

Los padres pueden afectar positivamente la salud de sus hijos durante la adolescencia. Los adolescentes con padres que se involucran:



Se comportan mejor y tienen un mejor desempeño académico en la escuela, lo que va de la mano con una mejor salud.



Tienen relaciones sexuales más seguras y son menos propensos a tener un embarazo no planeado.



Sufren menos de depresión, desamparo, abuso físico y abuso de sustancias.

La niñez y la adolescencia pueden ser etapas estresantes para los padres y los hijos. Si desea obtener más información sobre estrategias para mejorar la salud mental de su familia, visite nyc.gov/health y busque "**mental health first aid**" (**primeros auxilios para la salud mental**).

Conéctese

A todos les viene bien un poco de apoyo. Estos servicios les permiten a los padres seguir siendo buenos padres, buenas parejas y buenos defensores de la comunidad:



Zona de Fortalecimiento de la Lactancia Materna (BFEZ, por sus siglas en inglés): ofrece capacitaciones a miembros de la comunidad para normalizar la lactancia materna. Visite [nyc.gov](https://www.nyc.gov) y busque "**BFEZ**".



Programa de Paternidad de Healthy Start: ayuda a los padres de Brooklyn a acceder a recursos y capacitaciones laborales para volver a adaptarse después de una ausencia, por ejemplo, debido a que estaban lejos o detenidos en una prisión. Visite [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) y busque "**Healthy Start Brooklyn**".



Iniciativa para la Paternidad (Departamento de Desarrollo Comunitario y de la Juventud): ofrece clases de paternidad y asesoramiento laboral. Visite [nyc.gov](https://www.nyc.gov) y busque "**fatherhood initiative**" (**iniciativa para la paternidad**), o llame al 1-800-246-4646 para obtener más información.

Recursos

Síguenos



@nychealthy



nychealth



@nychealthy

**Para obtener consejos
o información sobre
actividades y programas**

Visite **nyc.gov** y busque
"fatherhood" (paternidad)

**Reciba los boletines de
salud más recientes**

Envíe un correo electrónico a
healthbulletins@health.nyc.gov



Visite **nyc.gov/health/pubs** para obtener este Boletín de salud en otros idiomas y otros documentos de salud traducidos. Usted tiene derecho a recibir servicios en su idioma. Estos servicios se prestan de forma gratuita en todas las oficinas y clínicas del Departamento de Salud de la Ciudad de Nueva York.