

**P**arece que ser padre pudiera ser cualquier cosa y, por tanto, pudiera no ser nada. También se ha extendido la idea de que el padre no es necesario o que simplemente es un segundo cuidador -función que podría ejercer cualquiera-, sea varón o no. Sin embargo, en el curso de evolución del ser humano, supuso una revolución la aparición de la figura del padre. Formó una estructura familiar que resultó crucial para el origen de la humanidad. De hecho, los hombres vivimos todo un conjunto de cambios biológicos cuando somos padres. Y esos cambios se llevan dando en nosotros desde el origen del ser humano.

Se ha demostrado experimentalmente que cuanto mayor es el historial del padre como cuidador de sus hijos, los cambios hormonales son más rápidos y pronunciados. Es decir, que hormonas y voluntad dialogan creativamente en cada individuo y en relación con sus vínculos y la tradición en que vive. El cerebro y el cuerpo del hombre se transforman para que sea un buen padre y lo hacen creando varias disposiciones biológicas.

Primero, el aumento de vasopresina y la reducción de testosterona reducen la libido del varón, lo cual significa que en la primera etapa neonatal la pareja se va a focalizar más en la recepción del niño y va a estar centrado principalmente en la entrega común a él, no tanto en la relación conyugal. La relación conyugal crece extraordinariamente y lo hace sobre todo por la entrega común al recién nacido y al bebé.

Segundo, una testosterona alta se correlaciona con la agresividad. En unas personas se manifiesta en términos de violencia

# BIOPATERNIDAD

## NATURALMENTE PADRES

En el libro "La revolución del padre" (Editorial Mensajero, 2018) reflexionamos sobre la experiencia de la paternidad y explicamos por qué hoy es necesario recuperar el compromiso de los hombres en la familia. Aunque ha sido necesaria una crítica contra formas machistas o distantes de paternidad, en el curso de esa liberación, se ha llegado a vaciar la paternidad de significado y originalidad. La consecuencia es que mientras que hay un sector de varones que se implican más en una paternidad tierna y cuidadora, otro sector deserta y abandona la atención a sus hijos.

Fernando Vidal  
@fervidal31

### EL CUERPO DEL PADRE TAMBIÉN SE TRANSFORMA DESDE LA CONCEPCIÓN DEL HIJO

y dominación. En otras, esa agresividad se encausa en ambición, prosecución de logros, emprendimiento, empeño o proactividad. También está relacionada la alta testosterona con la extraversión, la aventura, el traspaso de límites y una mayor tolerancia al riesgo. El aumento de la vasopresina influye en la reducción de la testosterona y ambas producen un efecto muy interesante: el aumento del miedo, el rechazo de riesgos y el aumento de la protección.

Este segundo efecto, por tanto, consiste en una mayor precaución por los males que puedan afectar al bebé, se corren menos riesgos y se tiene mayor miedo de las amenazas. El

efecto es una mayor protección, seguridad y custodia del bebé. Al reducir la extraversión y aventura, hace que el padre esté más próximo y encauce sus disposiciones proactivas a la crianza.

Tercero, la oxitocina aumenta nuestra prosocialidad, el contacto, la interacción, la empatía, la ternura, el interés por el otro y el reconocimiento del niño. Además da mayor resistencia al cansancio de la hipersociabilidad que trae la paternidad. La investigación sobre la oxitocina humana ha demostrado la implicación de esta hormona en todos los aspectos de la socialidad humana, incluida la empatía, la colaboración social o el enamoramiento. Esta tendencia amorosa no solamente se dirige al hijo sino también a la madre, a la cual también se dirigen los demás cambios: proximidad, protección, etc.

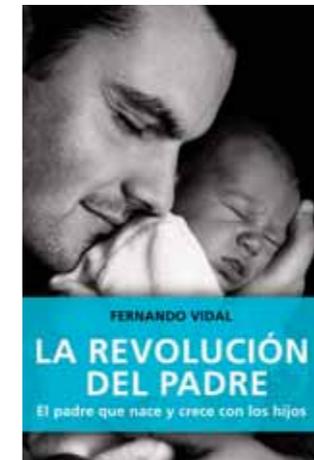
Cuarto, la paternidad reduce el cortisol y también la presión sanguínea, lo cual hace que el varón soporte mayores niveles de estrés bajo la presión a que



una nueva criatura se somete a los padres. Menores niveles de cortisol provoca menor irritabilidad e irascibilidad, aumenta la tolerancia a las molestias, aumenta el sentido del humor y la alegría, y proporciona mayor resistencia al cansancio. Es una hormona muy sensible que varía con nuestras formas de pensar, sentir y obrar.

Quinto, el fenómeno de la paternidad no se limita al momento del nacimiento sino que es perinatal -incluye todo el proceso- desde la concepción hasta que la madre se recupera del parto y vuelve a sus condiciones normales. Precisamente las variaciones decrecientes de los niveles de estradiol parece que influyen especialmente en que los padres sean sensibles y protectores en todo el periodo de gestación, ya que sus niveles regresan a estándares normales en la cercanía del parto.

Sexto, la paternalización del sistema endocrino no se activa por un impacto físico sobre el hombre sino por su participación en un hecho social que comienza por la concepción, continúa en la gestación, culmina en el nacimiento y la primera crianza, y se despliega en la relación con el hijo a lo largo de toda la vida. La



### NO EXISTEN DIFERENCIAS ENTRE PADRES BIOLÓGICOS Y ADOPTIVOS EN LOS NIVELES DE OXITOCINA

activación no es biológica sino social y cultural. Y eso viene reforzado por un hecho como que no hay diferencias entre padres biológicos y adoptivos en los niveles de oxitocina y en los comportamientos paternos.

Todo esto lo contamos en "La revolución del padre", obra que forma parte del proyecto Informe Familia patrocinado por la Casa de la Familia, e impulsado por la Iglesia de Madrid.

En resumen, el cuerpo del padre se transforma desde la concepción del hijo para que junto con su pareja se centren su relación en la acogida y cuidado del niño; aumenta la proximidad y todas las capacidades de comprender, amar y cuidar al niño y a la pareja; la protección y la función de custodia; mejora la resistencia al cansancio y el estrés e incrementa la alegría. ■