



## ¿Por qué los padres deben participar en el programa HANDS?

El embarazo y la maternidad pueden ser experiencias abrumadoras que traen muchas preocupaciones, preguntas y estrés.

Durante el embarazo es posible que un padre se pregunte:

- “¿Son típicos los sentimientos que tengo acerca de mi embarazo?”
- “¿Cuáles son los cambios e incomodidades físicas que se pueden esperar durante el embarazo?”
- “¿Qué debo saber antes del parto y antes de llevar a mi bebé al hogar?”
- “¿Cómo preparo a mi otro niño /niños para la llegada de un nuevo hermanito?”

Después de que llegue el niño sus preguntas podrían incluir:

- “Cómo sabré qué necesita mi bebé cuando llora?”
- “¿Cómo puedo ayudar a mi bebé y a mis otros niños a que se sientan seguros y amados?”
- “¿Cuándo mi niño debe empezar a caminar y hablar?”
- “¿Qué tan importante es el papel del papá en el desarrollo de un niño?”
- “¿Qué es una disciplina adecuada?”
- “¿Cómo puedo balancear las necesidades de cada uno en mi familia?”

**HANDS es un programa voluntario de visitas al hogar para las madres, padres y familiares. HANDS responde este tipo de preguntas y les proporciona a los padres el apoyo necesario para desarrollar la relación entre padre e hijo sin costos para la familia.**

## ¿Qué pueden esperar los padres?

Todas las familias recibirán información y aprenderán acerca de los recursos comunitarios para los padres.

Algunas familias recibirán un apoyo adicional a través de visitas al hogar. En su propio hogar, estas familias participarán en actividades divertidas para aprender más sobre:

- Tener un embarazo saludable
- Cómo cuidar a su bebé
- Cómo crear vínculos con su niño
- Cómo proporcionar a su niño experiencias enriquecedoras para el aprendizaje
- Crear un hogar seguro y saludable
- Desarrollo de los niños
- Lidar con el estrés

## ¿Quiénes pueden participar?

- Cualquier padre (mamá/papá) esperando un nuevo bebé.
- Las familias deben inscribirse durante el embarazo o antes de que el bebé cumpla los 90 días de nacido.



## Proporcionándoles apoyo a los padres, desde el principio, en sus propios hogares

### Cómo es que el programa HANDS ha mejorado las vidas de las familias de Kentucky?

**Las familias que participaron en el programa HANDS (comparadas con las familias que no participaron) experimentaron\*:**

- Menos bebés prematuros
- Menos bebés con bajo peso al nacer (<5 libras, 9 onzas)
- Menos bebés con muy bajo peso al nacer (<3 libras, 5 onzas)
- Menos retrasos del desarrollo

**Los estudios han mostrado que las familias que participan en el programa HANDS durante el primer trimestre del embarazo experimentan aun menos incidencia de lo que se ha mencionado arriba.**

**Los padres también informaron mejoras en:**

- La seguridad de su hogar
- Sus capacidades de enfrentar problemas
- El sistema de apoyo
- La cantidad de estrés
- Las técnicas de disciplina
- Las capacidades de controlar la ira

\*Estos resultados se elaboran según los datos de las estadísticas vitales del 2002-2005 y los datos de evaluación del programa.