

# Padres primerizos después de los 40 años

CADA VEZ MÁS HOMBRES SON PADRES A UNA EDAD MÁS AVANZADA. A TRAVÉS DE SUS EXPERIENCIAS, CUATRO PAPÁS ABORDAN LO QUE IMPLICA SER PADRES PRIMERIZOS A LOS 40 AÑOS Y LA DUALIDAD DE SENTIR QUE REJUVENECEN CON HIJOS A ESA EDAD Y EL MIEDO A NO TENER LA ENERGÍA PARA JUGAR CON ELLOS.

POR Valentina Cuello Trigo

**A**ndrés Azócar tiene 55 años y fue padre de su único hijo Santiago a los 42: Una edad tardía.  
 —La verdad, no tenía muchas ganas de ser papá, entonces tampoco me aproblemaba que pasara el tiempo y no lo fuera, ni siquiera lo tenía conceptualizado. Yo era hijo único, entonces el sentido “familia”, probablemente, lo tenía un poquito volteado —dice Azócar, quien es periodista y prefirió concentrar su carrera en diferentes medios de comunicación.

La llegada de su hijo Santiago —hoy de 13 años— dice que ocurrió en el momento que considera que era el correcto. Ya no sentía la presión de estar enfocado en el trabajo y podía dedicarle más tiempo a su hijo: convertirlo en su prioridad.

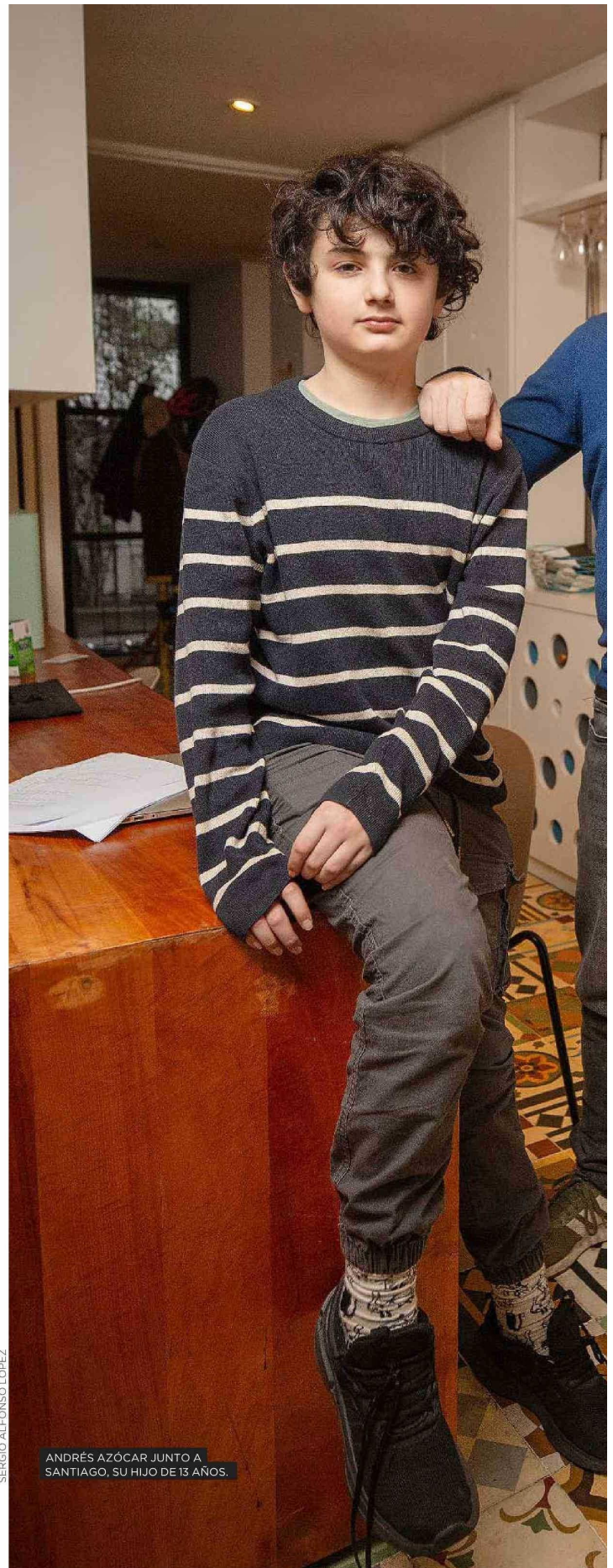
—Era muy difícil tener un hijo responsablemente en esas condiciones —dice Azócar, quien hoy se ha dedicado a trabajar en el marketing digital.

La relación entre Azócar y Santiago es muy cercana a pesar de tener a su primer hijo a una edad en que la mayoría de los padres tienen hijos más grandes. Para Azócar, Santiago es un compañero con el que puede compartir muchos intereses que van desde el cine y la música hasta el animé y el deporte. Esto, reconoce, ha generado un vínculo estrecho entre ellos.

Santiago también lo acompañó cuando fue diagnosticado de cáncer hace siete años.

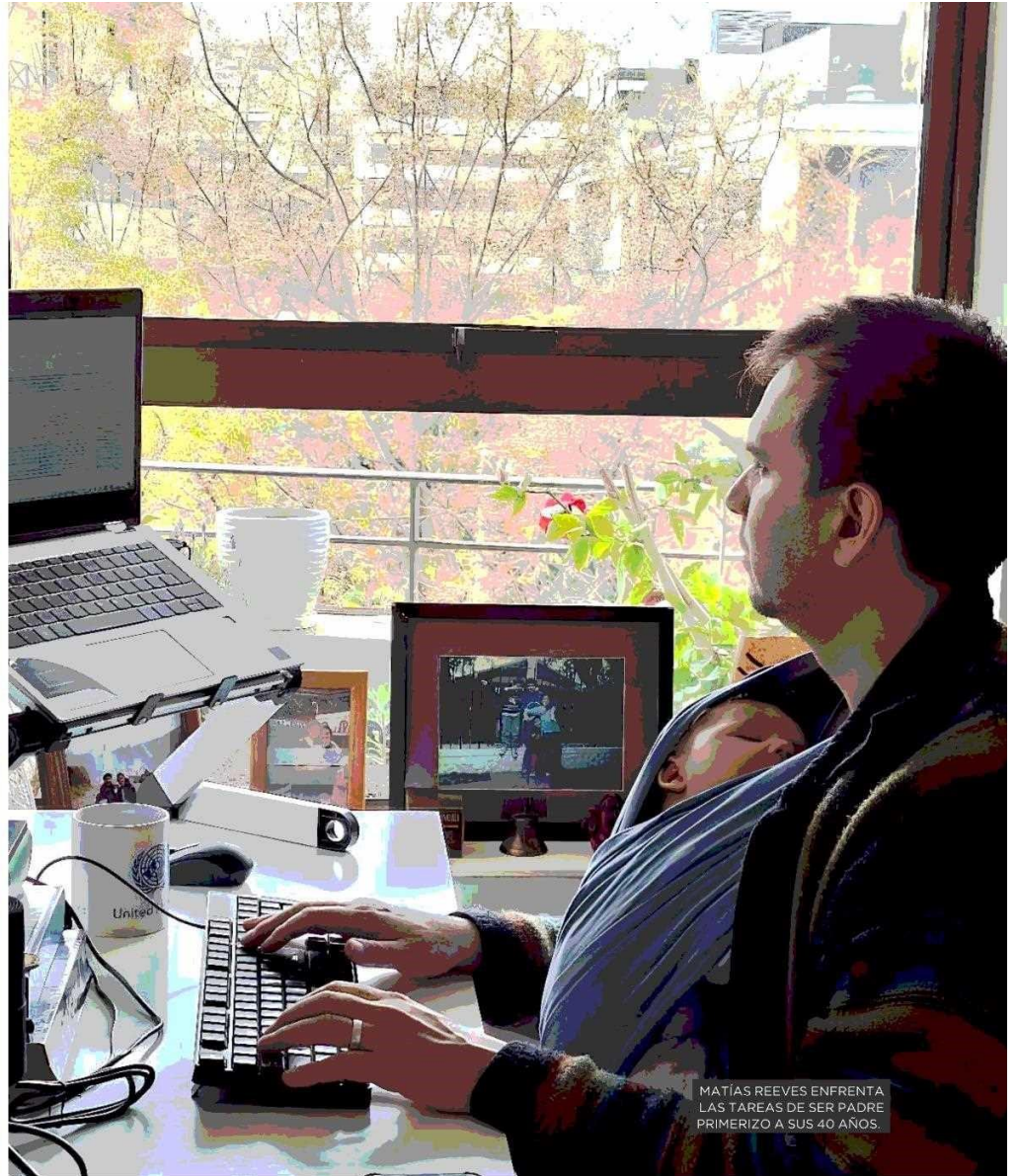
—Fue un cáncer agresivo que me obligó, primero, a prepararlo para la vida, porque la mía entonces creí podía pausarse en cualquier momento... eso me ha obligado a estar mucho más cerca de él.

Después de esa etapa, su relación entre padre e hijo se fortaleció. Las clases de natación que recibe Azócar de su hijo son ejemplo de ello. Si bien el padre reconoce que no es un buen nadador a diferencia de Santiago, quien puede avanzar en la piscina más metros que él, lo toma como parte de una anécdota de haber optado por ser un padre mayor.



ANDRÉS AZÓCAR JUNTO A SANTIAGO, SU HIJO DE 13 AÑOS.

SERGIO ALFONSO LÓPEZ



MATÍAS REEVES ENFRENTA LAS TAREAS DE SER PADRE PRIMERIZO A SUS 40 AÑOS.

—Ahí está todo. Ahí está la cercanía que te permite aceptar que tu hijo te enseñe. Él me da una nueva energía.

Para la psicóloga Ivette González, académica del Departamento de Psicología de la Universidad de Chile, hay un rejuvenecimiento que ocurre al interiorizarse en las temáticas de los hijos.

—Cuando uno se involucra en temas que son muy diferentes a los que uno estaría a los 40 años si no tuviera hijos más jóvenes, implica un aumento de la actividad social, física, deportiva... y eso mantiene mucho más activas a las personas adultas.

### PATERNIDAD POSTERGADA

Una semana antes de cumplir 40 años, el 19 de abril de 2024, el consultor en la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y autor del libro "Memento Mori", Matías Reeves (40) sostuvo por primera vez a su hijo Gaspar. Llevaba años con el deseo de ser padre y con Maida, su pareja, estaban de acuerdo con que era el momento de ampliar la familia.

Aunque Reeves asumió su labor como papá primerizo con naturalidad, esto no ha estado exento de las tareas que se relacionan con ejercer una paternidad responsable y cooperativa desde los desvelos,

**Según el INE, desde 2017 se notó la tendencia de padres en edades más avanzadas. Muchos inician su paternidad alrededor de los 45 años.**

la preparación del hogar para recibir al bebé, hasta:

—Tener la conciencia plena de que es mi responsabilidad.

Un poco después de que su hijo cumpliera el primer mes, Reeves escribió en X: “El trabajo diario es inmenso. Es una locura que hombres se desentendían y manden a cambiar”.

Pero en su conversación enfatiza:

—Se vuelve notoria la importancia que tiene el rol de la crianza compartida. Pero hay que reivindicar el rol y posicionarlo. Desde el derecho y el deber, pero sobre todo el deber.

A pesar de ello, para el escritor la experiencia de ser papá ha sido gratificante, porque fue una decisión consciente y que tomó con calma.

—Tuve tiempo en mi vida para pensarlo bien y fue una decisión muy racional el “cuándo” y “con quién”. Si pienso en el Matías de 25 años, en esa época yo quería otra cosa y lo hice.

Aproveché de estudiar, he tenido éxitos profesionales, personales, familiares —reflexiona Matías Reeves, quien hoy reconoce estar enfocado en una paternidad activa y dice que es fundamental estar presente y asumir un rol compartido en la crianza de su hijo: entender sus gestos, su forma de comunicarse, y apoyar a la madre.

—Uno tiene que estar ahí, pero con cuerpo y alma entregado a su hijo.

## LOS ESTUDIOS

Según cifras del Instituto Nacional de Estadísticas (INE) consignadas en el Anuario de Estadísticas Vitales publicado en 2020, ya desde 2017 se veía una tendencia donde los hombres eran padres en edades más avanzadas que las mujeres, iniciando su paternidad alrededor de los 45 años.

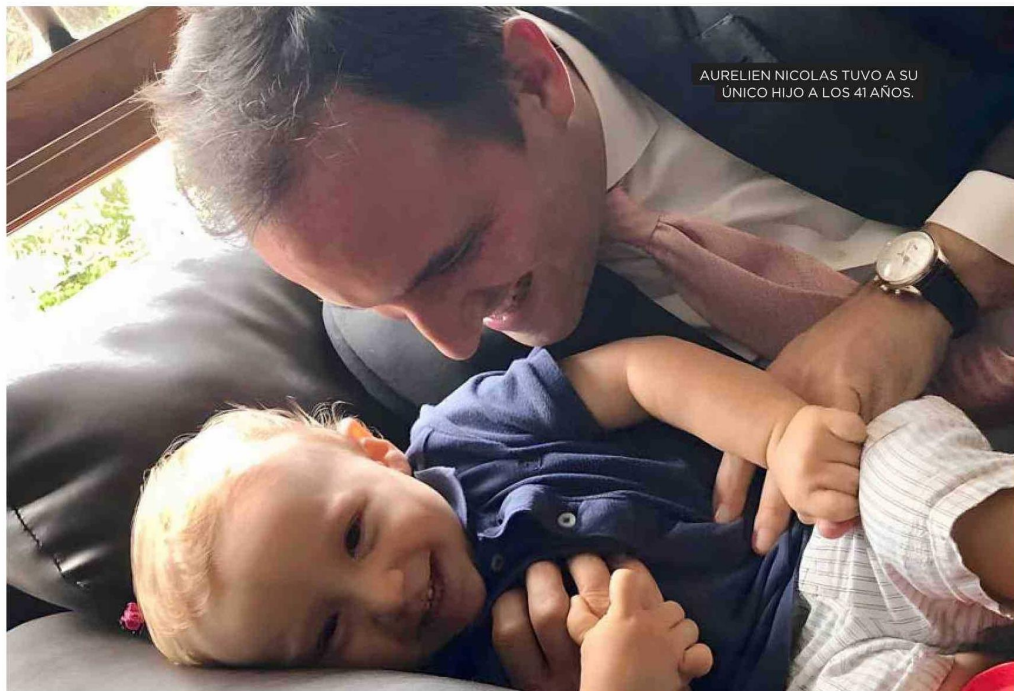
Un estudio publicado por académicos del Centro de Investigación Familiar de la Universidad de Cambridge en 2022, asegura que los padres en edades tardías se benefician de una mayor estabilidad financiera y flexibilidad laboral en comparación con padres más jóvenes y cuentan con una mayor preparación psicológica. Los padres participantes en esta investigación manifestaron que creían que ya habían pasado la fase de su vida en la que socializaban o salían con frecuencia, dedicándole un mayor tiempo a la crianza.

Según la psicóloga Ivette González, la postergación de la paternidad responde a distintos factores entre los que destaca la consolidación de una relación con una pareja estable y la realización personal.

Martina Yopo, directora del Observatorio de Desigualdades UDP y académica de Sociología de la Universidad Diego Portales, sostiene:

—En la sociedad chilena han ocurrido transformaciones culturales en torno al género y la familia que han permitido estas reconfiguraciones donde es más común que los hombres posterguen su paternidad o tengan menos hijos, aunque enfrentan mucho menos restricciones, limitaciones y estigmas que facilitan esta transición.

Según una investigación realizada por académicos de la Universidad de Stanford, los hombres, al igual que las mujeres, enfrentan complicaciones reproductivas con el paso de los años. Este “reloj biológico” se establece en los 45 años, edad que marca un punto de



AURELIEN NICOLAS TUVO A SU ÚNICO HIJO A LOS 41 AÑOS.

inflexión en la fabricación de gametos masculinos, donde una edad paterna más avanzada se relaciona con una baja en la calidad de los espermatozoides.

Un estudio publicado por investigadores británicos en la revista “Fertility and Sterility” explica que los hombres mayores de 45 años tenían casi cinco veces más probabilidades de tardar más de un año en concebir, lo que en algunos casos llevaba a buscar tratamientos de reproducción asistida.

## NO HAY EDAD

Para el ingeniero comercial y experto en finanzas Aurelien Nicolas (47), tener a su hijo Adrien a los 41 años fue el inicio de un nuevo ciclo. Ocurrió en un momento en que muchos de sus conocidos entraban a lo que denomina una espiral “de cuestionamientos sobre lo que estaban haciendo”, mientras él tuvo que enfocarse en su paternidad. Tomó la decisión tras considerar diversos factores: una pareja y un lugar estable donde vivir, la consecución de metas personales y profesionales que permitieron asumir una paternidad consciente.

—Yo no tuve crisis de los 40, gracias a mi hijo. En lugar de preguntar, ¿qué sigue ahora?, cuando tienes un hijo, te proyectas para 25, 30 años, hasta que crezca y sea un adulto. Entonces, eso te da una energía que no pensabas que podías tener.

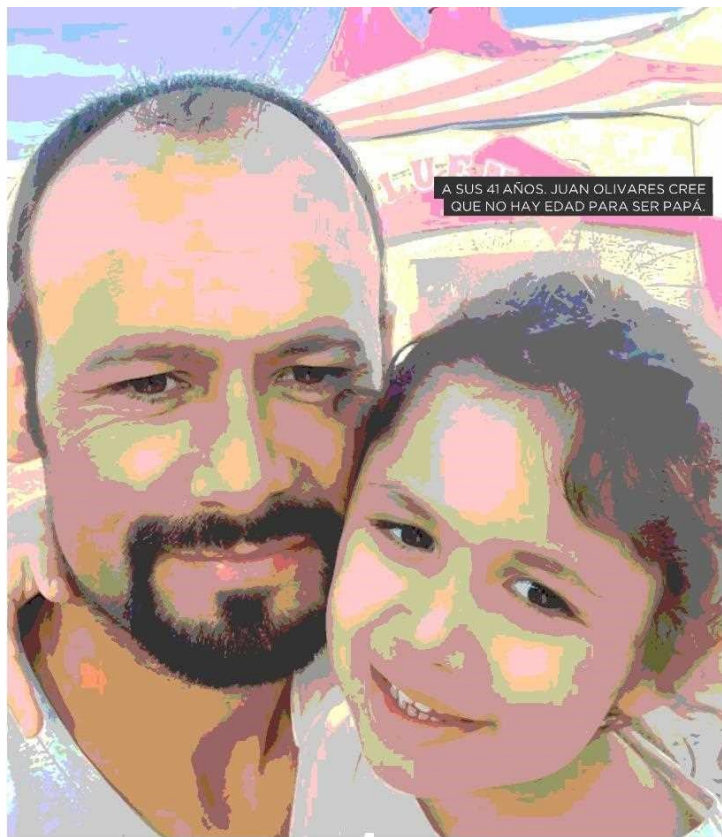
La psicóloga Ivette González afirma:

—A esa edad, hay un comportamiento que es mucho más sereno, más tranquilo, más de aceptación. Hay una construcción un poco más elaborada de sí mismo y también un autoconcepto que está más consolidado, y por tanto eso hace que también las experiencias se vivan de forma diferente.

Nicolas cuenta que pese a su trabajo, que actualmente lo tiene viajando entre México y Chile cada 15 días, cada vez que está con su hijo se enfoca plenamente en Adrien, dedicando su tiempo a conversar, pasear y jugar con él.

—Nuestra relación es muy buena y Adrien ni se percató que su padre es más viejo, soy su padre nomás.

Una experiencia similar ha tenido el profesor de inglés Juan



A SUS 41 AÑOS, JUAN OLIVARES CREE QUE NO HAY EDAD PARA SER PAPÁ.

## La paternidad sobre 40 responde a distintos factores, entre los que destacan consolidar una relación con una pareja estable y la realización personal.

Olivares (41), quien reconoce que la idea de ser papá no siempre estuvo clara. Antes del nacimiento de su hija Josefa, él y su pareja eran “espíritus libres que buscaban conocer el mundo, viajar más y vivir holgadamente”. Cuando finalmente sintieron que era el momento fue al comienzo de la pandemia del covid-19.

Durante esta época, Olivares y su pareja sintieron que eran “unos primerizos solos contra el mundo”. Los primeros años de Josefa estuvieron marcados por el confinamiento de la pandemia. Olivares recuerda que, a causa de este, no podían recibir visitas y en su entorno los únicos padres de su edad que conocían tenían un niño de siete años.

Juan Olivares encontró apoyo en un grupo de padres en redes sociales, donde pudo conocer experiencias similares.

—Me ayudó mucho a ver que no estábamos solos en esto. Había otros padres que tenían las mismas dudas que yo, que tenían algunas inseguridades y otros que tenían más herramientas con base en su experiencia y que pude aprender.

A veces, Olivares se plantea cómo habría sido ser papá más joven, pero llega a la conclusión de que no hay una edad para enfrentar la paternidad.

—Hay hitos de la vida que yo he hecho “tarde” —menciona—. Entré a la universidad tarde, fui papá tarde... y me lo he cuestionado, pero no sé si lo habría hecho mejor o peor. Quizás lo habría hecho con muchas más inseguridades. Pero no me arrepiento de haber sido papá a esta edad, porque creo que hay momentos, hay etapas que muchas veces no van acorde a esta.

El ingeniero comercial Aurelien Nicolas está de acuerdo:

—La experiencia no es muy distinta de la de cualquier papá, porque cuando uno es padre cambian muchos aspectos de la vida, sin importar la edad.

El hijo de Nicolas hoy tiene seis años, y aunque en su familia no es tema su paternidad más tardía, sí menciona los momentos donde las diferencias se hacen más visibles con otros papás.

La primera vez que llegó al jardín con Adrien notó que la mayoría de los apoderados eran padres jóvenes, quienes asumían que él estaba en su “segunda vuelta” como padre, como si estuviera criando “una segunda camada de hijos después de un divorcio”, recuerda él.

—Hay un sesgo social sobre los padres viejos —dice Aurelien Nicolas y menciona que cuando se organizan actividades deportivas los fines de semana, suele restarse. No está seguro de seguir el ritmo, aunque comparte con ellos en otros espacios como reuniones de apoderados o paseos.

Esta disparidad es explicada por la psicóloga Ivette González:

—A la edad de 40 años, los pares pueden estar en otro tipo de actividades versus a uno que está criando; pero por otro lado empiezan a vincularse con gente más joven, hay gente con otra disposición y otra energía. Entonces, una paternidad a los 40 años es altamente desafiante.

Esto no solo se circunscribe al aspecto social. De acuerdo a la organización japonesa Fathering Japan —que lanzó la plataforma “Senior Papa Project” para padres en edades más avanzadas—, también se manifiestan desafíos en la misma dinámica familiar donde se asumen los cuidados de los hijos y de los parientes mayores (abuelos, por ejemplo), mientras se gestionan las responsabilidades laborales.

### EL MIEDO

Aunque los padres entrevistados reconocen ventajas de una paternidad a una edad más avanzada, también asumen temores. Uno de los más frecuentes es el miedo al envejecimiento: no tener energía o las ganas suficientes para jugar con sus hijos.

Cuando Juan Olivares piensa en su hija Josefa no puede evitar plantearse si a medida que ella crezca podrá seguirle el ritmo.

—Puedo tener las ganas, la predisposición de que si ella quiere mochilear, yo la puedo acompañar, pero mi temor más grande es que el cuerpo físico no responda.

Aurelien Nicolas también lo ha experimentado, y en ese sentido ha visto el nacimiento de su hijo como un impulso para buscar una vida más sana.

—Me ha llevado a una vida un poco más equilibrada, pero sobre todo a ser consciente de que si no lo hago por mí, puedo levantarme a correr por él, y eso me da la motivación para hacer las cosas y tener una vida más sana, porque quiero que me tenga para rato.

A esto, Nicolas agrega un segundo elemento: la diferencia generacional en torno a la tecnología. Algo que ya ha vivido con su hijo. Cuando está en México y habla por WhatsApp con Adrien, este también plantea que pueden hablar por la PlayStation, algo que sorprende a Aurelien Nicolas con una pregunta: ¿cómo se hace?

Para la psicóloga González, cómo se aborde estas diferencias entre generaciones es clave:

—Es muy importante entender que existen los cambios, y dentro de ello, tratar de colaborar, conversar, y comprender que existe una generación que es totalmente distinta a la que uno vivió —asegura la profesional y comenta que el fortalecimiento de un vínculo protector, comunicativo y no autoritario con los hijos ayuda a enfrentar las diferencias que pueden agudizarse en la adolescencia.

Pero a pesar de lo que pueda ocurrir a medida que crezca su hijo, Aurelien Nicolas no tiene ninguna duda sobre su paternidad:

—Si tuviera que hacerlo de nuevo, lo haría igual. ■