



PAPÁS

(Te cuidan un montón)



Keith Negley

Prólogo de Glen Henry





PRÓLOGO

Hasta que leí este libro, no me había dado cuenta de que va dirigido a mí tanto como a mis hijos. Me vi reflejado en sus páginas, en los sentimientos que describe y en la manera como los padres de la historia se entregan a sus hijos.

A veces los padres nos sentimos invisibles y también cuesta mucho explicarle a una personita de tres años lo que significa sentirse emocionalmente agotado. El otro día, mi hija me miró y me dijo que quería ser pequeña para siempre, y eso me encantó, porque sentí que está disfrutando de su infancia incluso si a veces yo siento que no estoy haciendo mi mejor esfuerzo. Me recordó que los niños son más comprensivos y sabios de lo que pensamos; perdonan sin dudarlos. A lo mejor mi hija lo aprendió de su mamá. Mi esposa Yvette y yo colaboramos en la crianza, y aunque esperamos que nuestros hijos saquen el máximo provecho de ambos, necesitamos guardarnos un poco de nosotros para nosotros mismos. Dedicar tiempo a reflexionar sobre mis propias emociones y cuidar bien de mí me ha permitido ser un mejor esposo y compañero para Yvette porque, si yo no sé qué necesito ¿cómo podría saberlo ella? Cuidar de mí mismo me permite evaluar mis emociones y comunicárselas a ella, y eso nos hace un mejor equipo.

Esta historia fue una manera maravillosa de transmitirles a mis hijos cómo me siento y también sirvió para dejarles entrever cuánto me importan. Espero que cuando tú recibas este libro, sea porque alguien te dijo que eres visible, que te escucha y que le importas, porque, créeme, ¡así es!

Espero que te haya dicho que te tomes más tiempo para celebrarte y cuidarte, porque los niños necesitan padres como tú. Espero que te haya dicho que su mundo no sería igual sin ti. Y si no te lo han dicho, pues te lo digo yo.

Glen Henry

Beleaf in Fatherhood

PAPÁS

(Te cuidan un montón)



Keith Negley

© Dove Men+Care

Dove
MEN
+CARE



Hay papás de todos los tamaños y formas.



Hay papás **inteligentes**,



y papás **fuertes**.



Papás **graciosos**,



y papás **gigantes**.

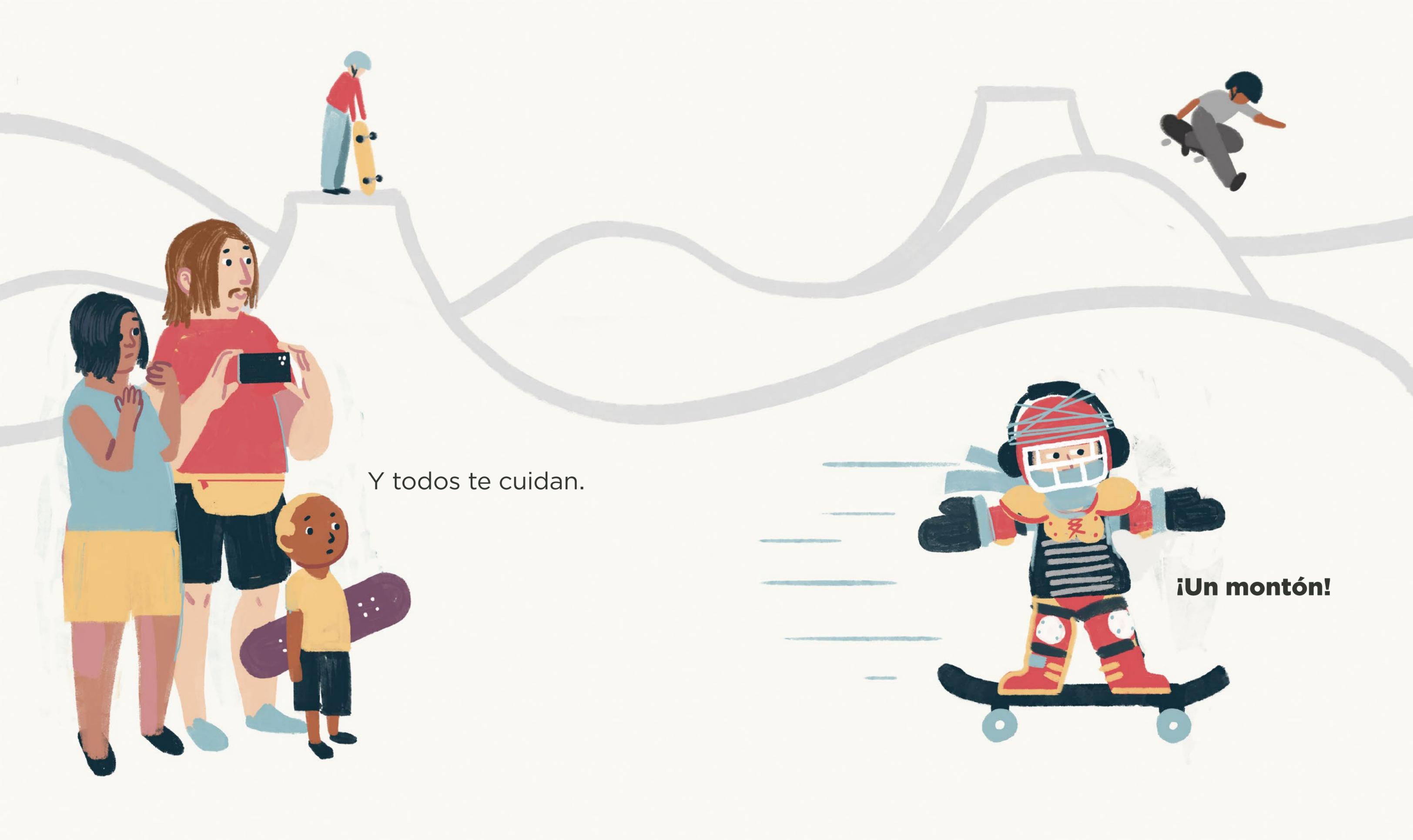
Algunos papás
vuelan solos.



Y otros papás forman
parte de un equipo.

Pero todos son héroes.





Y todos te cuidan.

¡Un montón!

Algunos papás te dan
el doble de helado,

**aunque solo
alcance para uno.**



Y algunos papás pueden convertir una cama para **2** en una para **3, 4 o 5.**



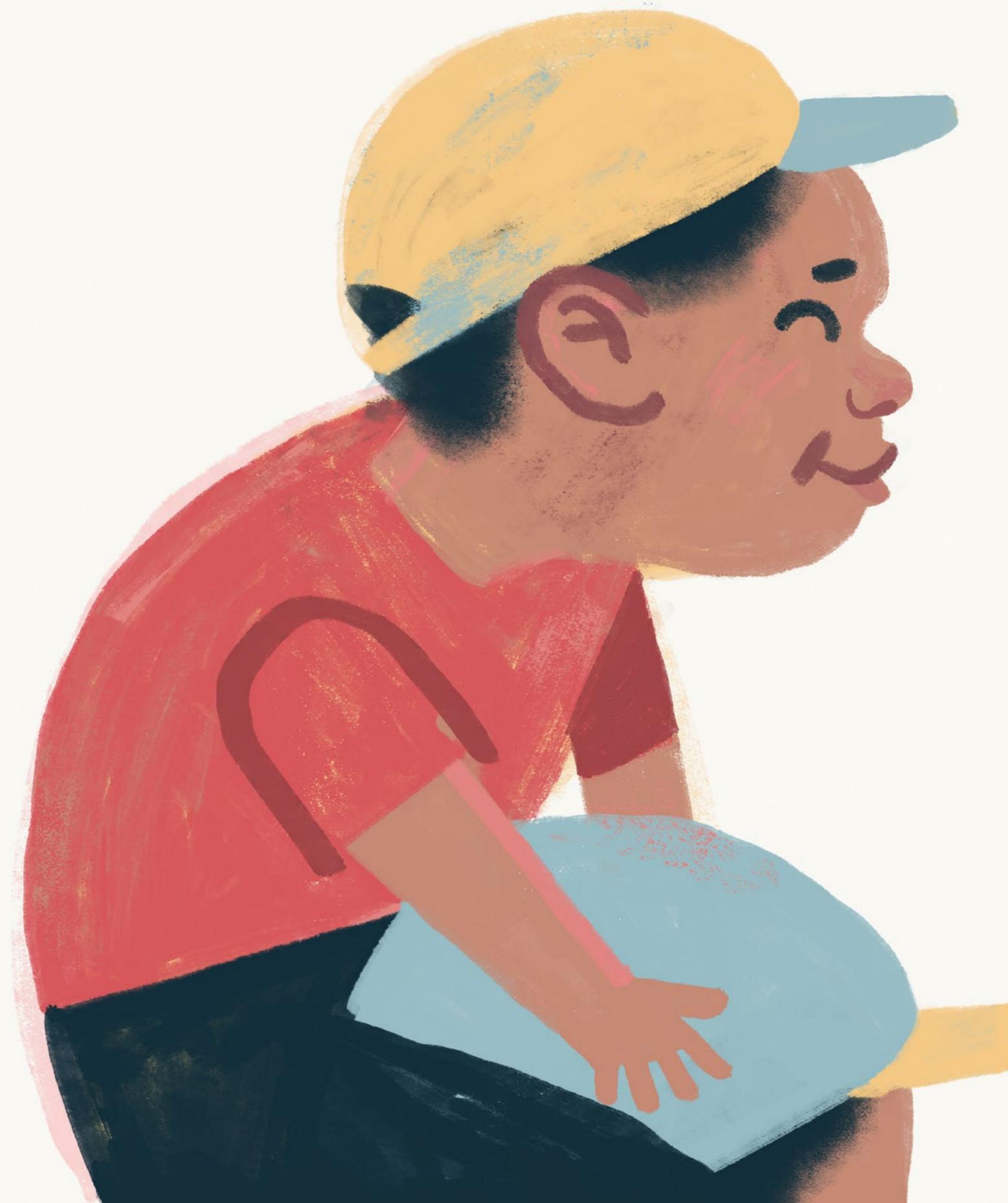
An illustration of a father with a large black beard and a red t-shirt, kneeling on the floor. He is holding a colorful ball in his hands, looking down at it. To his right, a small, pink, round baby is sitting on the floor, looking up at the father. The background is filled with various toys, including a soccer ball, a guitar, a bicycle, and a tennis racket, all drawn in a simple, sketchy style. The overall scene is bright and cheerful.

Algunos papás tienen muchos juguetes, **pero siempre hacen lugar para más.**



Y a algunos papás les gusta
relajarse con un buen baño.

Algunos papás te llevan en hombros cuando **tienes los pies cansados.**



Algunos papás tienen los pies cansados,
pero igual te llevan en hombros.



*Algunos papás **se afanan TANTO**
que, si les pides la luna, te la dan,



incluso si **eso les quita el sueño.**

Pero cuando te olvidas de qué tú
también importas,

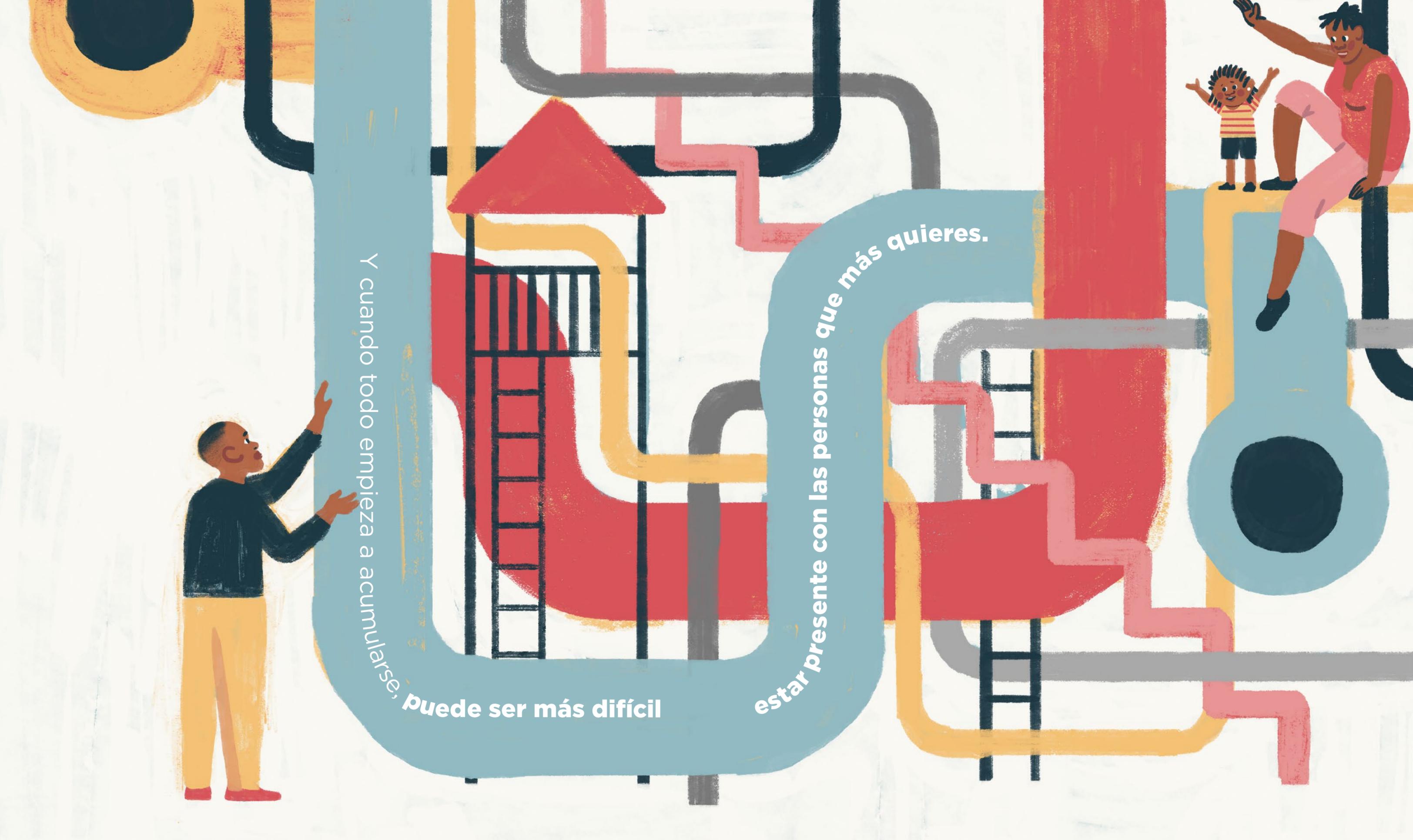
**ahí es cuando todo puede empezar
a acumularse.**





Y cuando todo empieza a acumularse, puede ser más difícil

estar presente con las personas que más quieres.



Por eso, papá, recuerda que a ti también te cuidan. **Es importante parar y recargar las pilas.**





Porque cuando te sientes cuidado...





...quienes
te rodean



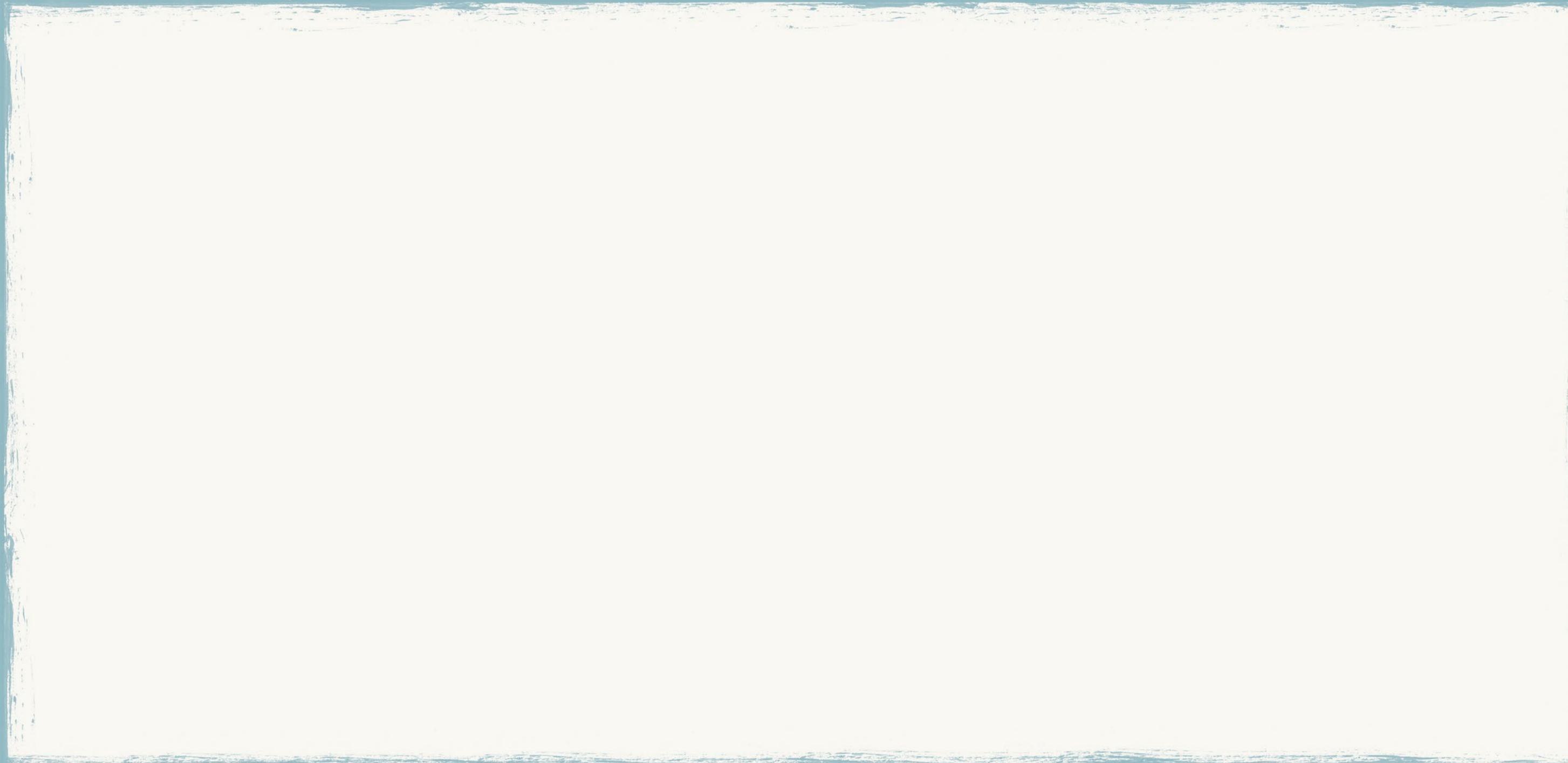
también lo sienten.

**Papás, ustedes cuidan mucho
a su familia.**

**Por eso, déjenos cuidarlos a ustedes.
En este Día del Padre y siempre.**

Dove
MEN 
+CARE

**Dibuja a tu familia y comparte un
mensaje del Día del Padre con tu papá.**





PAPÁS

(Te cuidan un montón)



Ellos te cuidan en un montón de diferentes maneras.
Ellos cuidan a un montón de personas diferentes.

**Pero cuando ellos se cuidan,
quienes los rodean también lo sienten.**

© Dove Men+Care

Dove
MEN 
+CARE