



Feliz día de las Las Madres

*"Mujer, yo hubiera sido tu hijo,
por beberte
la leche de los senos como de un manantial,
por mirarte y sentirte a mi lado y tenerte
en la risa de oro y la voz de cristal.
por sentirte en mis venas como Dios en los ríos
Y adorarte en los tristes huesos de polvo y cal,
porque tu ser pasara sin pena al lado mío
Y saliera en la estrofa, limpio de todo mal.
Como sabría amarte, amarte como nadie supo jamás.
Morir y todavía
Amarte más.
Amarte más
Y más"
Amor, de Pablo Neruda*



Sigue a la gobernadora de Aragua
Karina Carpio en las redes sociales

 @soykarinacarpio |
   @karinacarpioaragua
 karinacarpioaragua
 karina Carpio 



La madre es el amor más puro que cualquier ser humano pueda tener

DENNY MÁRQUEZ
CIUDAD MCY

Durante el proceso de gestación e incluso antes de concebir la mujer se prepara para convertirse en madre y se le desarrollan una serie de pensamientos, emociones y sentimientos que afloran una especie de preparación natural para recibir a su primogénito ya que todo lo que sucede antes y durante el embarazo influyen en su desarrollo.

La vinculación y conexión de una madre con su hijo ocurren de manera increíble, y esa mezcla de sentimientos y emociones pueden repercutir en el desarrollo del mismo de manera positiva o negativa según sea el caso, por eso siempre se recomienda que la conexión es vital tanto emocional como física de

> Desde el momento de gestación, la comunicación entre madre e hijo es súper importante y puede influir en la conducta del bebé



la madre con el bebé.

9 meses dentro de la madre se crea un vínculo increíble entre ambas partes, donde se debe estar muy pendiente si se tiene algunas ideas y percepciones negativas la madre debe buscar ayuda para mejorar sus pensamientos y que esto afecte su embarazo.

Durante el embarazo aparecen ciertos factores que intervienen: biológicos, cognitivos, sociales y emocionales.

Los factores biológicos es que el que la mujer experimenta a través de los cambios físicos:

- Sistema hormonal
- Digestivo
- Urinario
- Circulatorio
- Linfático
- Muscular

Los factores cognitivos este se refleja en los pensamientos que se representa en imágenes mentales que experimenta antes y durante el embarazo:

- La maternidad
- La crianza
- El parto

Los factores sociales que no es más que la calidad de las relaciones que mantiene la mujer durante el embarazo y el apoyo que recibe:

- La pareja
- Situación económica
- Situación laboral

Los factores emocionales este proceso desarrolla una serie de sentimientos muy diferentes en las futuras madres:

- Alegría
- Amor
- Incertidumbre
- Preocupaciones
- Miedos



VOCES DE CIUDAD MCY, TELEARAGUA Y ARAGÜEÑA 99.5 FM

Madre solo hay una, y su amor es puro e incondicional

➤ Madres imparables, llenas de amor, sacrificios, esfuerzo y dedicación para sus hijos, quienes hoy alzan su voz y destapan sus corazones para hablarnos de sus experiencias

DENNY MÁRQUEZ | CIUDAD MCY

La madre es aquel amor puro y sincero que envuelve a estas mujeres agueridas que con mucho sacrificio, esfuerzo y trabajo sacan a sus hijos adelante.

Hoy quisimos rendir un pequeño homenaje a esas madres de Ciudad MCY Telearagua y Aragüeña 99.5 FM, quienes desde cada una de las plataformas comunicacionales desde donde se desempeñan dan lo mejor de sí, para llevar el sustento a sus hogares, siempre con la mejor sonrisa.

Acá les presentamos a quienes muchas veces no ven frente a una pantalla, escuchan su voz en una radio o leen sus textos en el periódico, pero que su trabajo habla por sí solas, hoy te presentamos a estas madres que con mucho sentimiento plasmaron el amor más grande que pueden expresar hacia sus hijos.

Elizabeth Catarí

Es asistente de presidencia de Telearagua, madre de 3 hijos (20, 18 y 7 años). Una vez que sale de las instalaciones del canal se convierte en madre. En esta época Elizabeth concentra todas sus energías en su hijo de 7 años para darle lo mejor. Su hija mayor es su pilar por ser la primera. "Extraño mucho a mis dos hijos mayores, ya que están fuera del país, nunca pensé que mi vida iba a cambiar y que estarían lejos de mí, como madres no estamos preparadas para eso, pero sé que están bien y dando lo mejor de ellos fuera de nuestro país". Elizabeth destaca que los padres debemos orientar a nuestros hijos para que cada día sean mejores personas.



María Fernanda Carruido

Se convirtió en madre a los 21 años, nos comenta que su situación ha sido muy fuerte, ya que sus hijos no cuentan con la figura paterna, ella es analista de Recursos Humanos en Aragüeña 99.5 FM. "De verdad me cuesta ser de carácter fuerte, cada vez que les voy a llamar la atención a mis hijos me da mucha risa, pero siempre trato de conversar con ellos y orientarlos". Nos dice que así como fue su crianza ha querido inculcar eso a sus hijos. Como madre orgullosa destaca lo privilegiada que se siente de que sus hijos sean tan proactivos y dice que ellos forman parte del mejor equipo, alentando a hacer cosas nuevas.



Oroipsis Gil

Es Coordinadora de Web en Ciudad MCY y nos cuenta que ser madre es algo que le ha permitido agradecer a Dios por tener a su príncipe Thiago, "las etapas van pasando y se van superando esos temores y miedos". Oroipsis se denomina como una madre moderna que busca romper viejos patrones y dejarse llevar por la intuición o como se considere que quiere llevar cada quien la formación de su hijo, con total dedicación a su crianza, nos especifica que el rol de madre es una cosa y el de padre es otra, que no se deben asumir roles que no corresponden. Tiempo al tiempo, no hay porque correr, tener hijo es una gran responsabilidad.



Leidy Martínez

Esta madre aragüeña pertenece al departamento de Servicios Generales de Telearagua, con 47 años es madre de 5 hijos, en edades comprendidas entre los 25 y 16 años, con caracteres diferentes, madre soltera que siempre ha buscado dar lo mejor de ella para sus hijos, "siempre le doy consejo a mis hijos, me tocó ser padre y madre a la vez, trabajaba hasta las 11:00 de la noche, ya cuando llegaba los conseguía dormidos y al siguiente día lo veía sólo un ratito y les dejaba su desayuno y almuerzo listo para salir de nuevo a trabajar". Leidy representa a todas esas mujeres que salen a diario para llevar el sustento al hogar, siempre está trabajando incansablemente, se considera una madre que consiente, pero a su vez también pone carácter a sus hijos para que sean hombres y mujeres de bien.



Griselys Valera

Ella es auxiliar de producción de Aragüeña 99.5 FM, madre de un varón de 15 años, para ella la llegada de su hijo representó un cambio total, porque lo tuvo muy joven, por lo que considera que es una de las enseñanzas más grandes y hermosas que pudo regalarle la vida, "mi hijo fue la inspiración y el impulso para seguir adelante sin detenerme, es mi motivo, muchos pensaron que no seguiría mis estudios, y todo lo contrario, mi hijo no fue un impedimento, fue el motor de impulso para exigirme más. Entre tantas experiencias nos cuenta que después de tener a su hijo pudo poder comprender más a su madre. Griselys es la única hembra de cuatro hermanos y siempre ha contado con el apoyo de toda su familia, se considera una madre que mantiene una buena comunicación con su hijo.



Andreína León

Ella es la Coordinadora de Secciones Especiales de Ciudad MCY, madre de una hermosa princesa llamada Victoria, Andreína nos cuenta que para ella ser madre significa amor puro, genuino, incondicional y verdadero, "es la prueba de que Dios existe, porque que un ser pueda dar vida a otra ser es maravilloso". Su hija representa su mayor victoria, nos cuenta que la llegada de su hija reflejó una esperanza de la parte humana y hasta un milagro de vida. El día a día de esta madre incansable es una batalla que demanda tiempo para saber distribuir entre el trabajo y la convivencia con su pequeña, ya que como toda madre quiere disfrutar cada paso y momento, y ellos crecen muy rápido, por lo que se debe hacer un equilibrio. Quiere formar a una niña con capacidades de gestionar sus emociones con una buena autoestima y con criterio propio.



Reina Betancourt

Periodista de Ciudad MCY, madre de dos jóvenes (19 y 14 años), para ella es la consolidación de la función que Dios le colocó como tarea sobre la Tierra, "madre es una sola, pero no todas las mujeres cumplen con ese rol, el sólo tener el privilegio de dar vida y llevar un hijo 9 meses ya eso es vida y amor". Esta madre orgullosa dice que la adolescencia es una de las etapas más fuertes, pero que le ha brindado la plena confianza a sus hijos para que la vean como una amiga más.



HONOR A QUIEN HONOR MERECE

Ser madre hoy en día representa un desafío



REINA BETANCOURT
CIUDAD MCY

Anteriormente, el rol de "ser madre" se resumía básicamente a la crianza de los hijos, era mantener el orden en el hogar, preparar comida, tener limpios y sanos a los niños, cuidar el aspecto de la casa, la apariencia del esposo, mientras que el hombre se iba a trabajar para llevar el sustento; sin embargo, este esquema en la actualidad ha cambiado, porque hoy en día las féminas además de ser madres y esposas también son profesionales y trabajan en función de su superación como mujer.

Sin embargo, el rol de madre en la actualidad es una tarea complicada, porque no sólo se trata de dar a luz, también tiene el mayor peso en la crianza de sus hijos, la educación, el cuidado, además, realiza todos los días un sinnúmero de actividades hogareñas y laborales. Sin embargo, a veces esto puede conllevar a un conflicto por cumplir estas múltiples tareas.

En el marco de la celebración del Día de la Madre se realizó la entrevista a la psicóloga de Ciudad MCY, María Gabriela Díaz, quien aportó unos tips para que las mujeres puedan cumplir con los diferentes roles que demanda la sociedad, pues ofrece una guía práctica para disfrutar cada momento, combatir contra el reloj y lograr alcanzar sus metas personales y profesionales.

Explicó que dentro de todas estas funciones que debe cumplir la mujer está el rol de "ser madre", porque tiene en sus manos el desarrollo, la vida y supervivencia de otro ser humano, especialmente los primeros años de vida.

Por lo antes expuesto, en muchas oportunidades todos esos roles no se cumplen a cabalidad, lo que puede repercutir de manera negativa en su vida y en la de sus hijos, "la palabra clave para ser madre hoy en día es la

> La madre de hoy en día, "no olvidarse ser mujer", administrar el tiempo para los hijos, para compartir en pareja, y siempre sacando un tiempo para ellas, son frases de la psicóloga María Gabriela Díaz, quien asegura que esto le permitirá hacer un equilibrio y drenar presión en el rol de madre

disponibilidad, porque tiene que estar disponible los 365 días del año para su familia; sin embargo, la mujer debe cubrir con otras demandas como salir a trabajar, debe ayudar a sus hijos con las tareas, debe cocinar, mantener la casa limpia, por eso se le llama a un rol de desafío que sobrecarga a la mujer", dijo.

"Cuando se define el rol de ser mujer es cuando se debe definir cómo se distribuye su tiempo para cumplir con las tareas sin olvidar ser mujer, lo que permite, además un equilibrio, de entregar una estabilidad emocional a mis hijos, no puedo olvidarme de ser una excelente madre; sin embargo, no puede olvidarse de ser una gran esposa y sobre todo ser mujer", afirmó.

EQUILIBRAR EL TIEMPO

Entre los consejos de la especialista entrevistada, para las mujeres que mantienen presión ante los diferentes roles que debe cumplir, es el "no olvidarse ser mujer", para ella este rol debe estar primero, no llevarse el traba-

jo a casa, porque allí ya tienes otras ocupaciones que cumplir, administrar el tiempo para los hijos, para compartir en pareja, pero sin olvidarse de apartar un tiempo para leer un libro, ver una serie de televisión que le agrade, lo que le permitirá hacer un equilibrio y drenar presión. El rol de madre es una tarea agotadora que una buena mujer debe cumplir.

"A veces las mujeres nos ponemos metas tan altas que terminamos desarrollando una gran angustia por las tareas diarias, porque a veces no podemos cumplirlas todas, eso genera ansiedad, depresión, estrés y repercuten en la salud física, emocional y en nuestro equilibrio psicológico, es bueno tratar de mejorar cada día, pero también es necesario vivir con improvisos, que van a evitar que se logre esa perfección, esas variables eternas que muchas veces no permiten tener todo bajo control, una casa desordenada de vez en cuando, una comida a deshora de vez en cuando no te hace ser mala madre, es bueno saber que no todo el tiempo 'todo va estar bajo control', la madre es multifuncional, pero también es un ser humano. Debemos permitirnos cierto margen de error, en la medida que yo lo permito eso va a generar mayor tranquilidad y al día siguiente se resuelve", señaló.

Conversar siempre con sus hijos, con su pareja, va a ser el mejor aliado, compartir con ellos aun cuando estás fuera del hogar, para que se valore su trabajo, hazle saber tu cansancio, no tengas miedo a educar, enseña valores, principios por encima de cualquier cosa, distribuye el tiempo en cada uno de los roles, destina un tiempo para ser pareja y otro para ser madre.

EJEMPLO DE MADRE

Por otro lado, María Ortega, Supervisora Agregada de la Policía Nacional Bolivariana del estado Aragua, tiene 16 años de servicio, tuvo su único hijo a los 30 años, madre soltera, vive en La Cooperativa.

"Me motivó a ser policía de Aragua porque tengo la convicción de querer ayudar a la ciudadanía en su defensa y hacer cumplir las leyes y a pesar de cumplir este rol como funcionaria siempre brindo ese amor incondicional para mi hijo, la idea es su apoyo incondicional, mi único deseo es que se convierta en un hombre de bien y en un gran profesional, nosotras las madres somos de la creación divina, debemos fomentar en el hogar el amor, el respeto y sobre todo el amor hacia Dios", afirmó.

