El vientre materno, nuestro primer hogar

ENRIQUE BLAY *(Enero de 2014)

Cuando medimos el tiempo de vida de una persona tomamos como referencia el día de su nacimiento. Sin embargo, existimos como ser independiente desde el mismo momento de la concepción. Esta forma de contabilizar nuestra edad tiene como fondo la idea de que, durante los más o menos nueve meses que dura un embarazo, el bebé intrauterino es una especie de tumor benigno que va creciendo dentro de la madre y que finalmente será expulsado con mayor o menor esfuerzo. Y esto, que a muchos de nosotros nos puede parecer increíble, sigue siendo aún hoy en día aceptado, considerando la gestación y el nacimiento más como una enfermedad que como la más maravillosa de las experiencias, sin tener para nada en cuenta las necesidades emocionales de madre y bebé y mucho menos lo que representan en el futuro de las personas.

El bebé intrauterino, a los 3 / 4 meses, tiene todos sus órganos formados, a la espera de su crecimiento y acabado posterior, y a los 6 / 7 meses puede sobrevivir si nace prematuramente. Es un ser en proceso de formación a todos los niveles. En el nivel fisiológico, todos tenemos claro que en el fantástico e increíble proceso de multiplicación celular –que convertirá dos células iniciales (óvulo y espermatozoide) en un complejísimo cuerpo, tanto a nivel material, como mental, emocional y espiritual– cualquier pequeña desviación en ese proceso, tendrá consecuencias en el cuerpo futuro del bebé, más o menos graves según sea ese fallo. Pues de la misma manera sucede con su proceso de desarrollo psicoemocional, que se inicia desde el mismo momento de la concepción. Y hablar de desarrollo psicoemocional es hablar de que el bebé intrauterino es capaz de percibir, procesar, almacenar y dar respuesta a la información que recibe.

Canales de percepción del bebé intrauterino

¿Por qué canales recibe información el bebé intrauterino? Podemos plantear tres canales de percepción:

Los inherentes a los órganos de percepción que se van desarrollando a lo largo de la gestación: oído, tacto, gusto, olfato.

A través de la sangre materna que el bebé recibe mediante el cordón umbilical, que contiene sustancias como neurotransmisores u hormonas, que producen en el bebé las mismas reacciones que en la madre. Por ejemplo una de las hormonas del estrés, la adrenalina, que en la madre produce aumento del ritmo cardíaco, de la presión arterial, tensión, ansiedad, etc. produce exactamente lo mismo en el bebé. O por el contrario las endorfinas, que en la madre producen tranquilidad, bienestar, paz, etc. y que actuarán de la misma manera en el bebé.

El más sutil de los canales, el que permite que el bebé perciba lo que piensa, lo que siente su madre, es el canal denominado “Percepción Extrasensorial”, porque está fuera de los canales de percepción que otorgan los órganos de los sentidos o la fisiología. También podríamos llamarlo, desde la visión de las diferentes energías que conforman el cuerpo humano, “Percepción Energética” ya que es capaz de percibir las energías de pensamientos y sentimientos.

La evolución de la percepción

Una vez vistos estos canales de información, que otorgan al bebé intrauterino unas grandes e innegables capacidades perceptivas, podemos preguntarnos ¿cómo procesa esa información, de qué color es el cristal con que filtra toda esa información, haciéndola suya, qué siente?

Desde la concepción hasta los, más o menos, dos años después del nacimiento, la percepción podríamos calificarla de “puramente” emocional y es, a partir de esa edad –época preverbal– donde el niño empieza (¡Ojo! empieza) el desarrollo de sus capacidades de percepción racional. Es evidente que no es lo mismo hablar de un bebé de tres meses, que de un año, que de dos, de tres, de cuatro, etc. La diferencia está precisamente en la evolución de sus capacidades perceptivas y de sus experiencias vitales (aprendizaje), incluidas las de la gestación y nacimiento.

La Percepción Emocional –subjetiva, global, intuitiva, de imágenes, emocional–, es lo contrario de la Percepción Racional –objetiva estructurada en base al juicio, el contraste, la lógica, la razón–, que prevalece en el adulto. La Percepción Emocional es subjetiva, es decir, hacia el interior, lo que hace que cualquier impacto emocional que recibe el bebé o niñ@, sea gratificante o traumático, se hace propio.

Es este un concepto fundamental para la comprensión de la forma en que el bebé (en el útero y en su nacimiento) y el niño “sienten”. Para la comprensión de cómo percibe, procesa y almacena la información. Para la comprensión de lo que el bebé y el niño necesita para su equilibrio y armonía.

Pero, en el fondo, ¿qué importancia tienen la gestación, el nacimiento y los primeros años posteriores si ni siquiera nos acordamos de lo acontecido en esas épocas? Pues no sólo son importantes, sino fundamentales en el futuro de las personas.

El fenómeno de la analogía

En la gestación, el nacimiento y el período de primera infancia se forma el carácter, la forma más profunda de nuestra forma de ser. También quedan grabadas todas nuestras experiencias emocionales.

“Analogía” significa “relación de semejanza entre dos cosas parecidas”. Un ejemplo de percepción analógica es aquella que se produce cuando, al oler a incienso, nos vienen imágenes de nuestro viaje a la India o cuando escuchamos una determinada canción y en nuestra mente aparecen imágenes de aquel primer baile romántico. El proceso es automático, no consciente. De igual manera sucede con los impactos emocionales traumáticos que quedan almacenados junto a las circunstancias que lo rodean. Son cargas de profundidad con retardo, ocultas a nuestra mente consciente, dispuestas a estallar en situaciones “análogas”, semejantes, a lo largo de nuestra vida.

Se va construyendo una “Biografía Oculta”, con cargas emocionales beneficiosas o dañinas, dependiendo del signo e intensidad de los impactos. Ya de adultos, por una situación análoga (parecida o semejante), puede estallar alguna de esas cargas emocionales negativas, convirtiéndose en una Actualización Patológica o síntoma.

Lógicamente, esta Percepción Emocional del bebé y niñ@, esta constatación de las consecuencias en su presente y futuro, hace que debamos replantearnos aspectos de la gestación, el nacimiento y la educación infantil.

La gestación

Lo que siente la madre, lo siente su bebé. Y ya hemos visto cómo lo siente, cómo lo procesa, cómo le afecta ahora y en el futuro. ¿Qué podemos hacer para que este bebé se sienta feliz, aceptado, protegido, deseado, amado?

En primer lugar, la madre, debe procurar estar el mayor tiempo posible en un estado de tranquilidad, de paz, de relajación. En segundo lugar, ha de mantener una comunicación intensa, constante, con su bebé a través de sus pensamientos, de sus manos en el vientre. Para ello es también una gran herramienta la relajación y la visualización. Cuando entramos en relajación profunda, alcanzamos la percepción emocional, que es la percepción en que se encuentra el bebé. Es como si fuéramos moviendo el dial de una radio hasta

encontrar la frecuencia de la emisora que deseamos escuchar. Sintonizamos con nuestro bebé y se produce una increíble comunicación entre madre y bebé y viceversa.

La madre debe intentar evitar estados emocionales negativos, como la tristeza, las preocupaciones intensas, el miedo, la angustia y el estado continuado de estrés. Debería replantearse, considerando lo anterior, todo lo referente al entorno laboral de la mujer embarazada. Hoy en día no sólo no se la apoya, sino que en muchas ocasiones se la discrimina. Falta comprensión de lo que supone la gestación para la madre, sus cambios fisiológicos, su mayor sensibilidad, su necesidad de tranquilidad, de sentirse respetada, apoyada en el proceso. Muchas mujeres embarazadas sufren de estrés durante su embarazo porque se les exige la misma dedicación o esfuerzo, o incluso más, que si no lo estuvieran. Hay suficientes estudios que demuestran el efecto negativo del estrés sobre el desarrollo del bebé. El riesgo de que los bebés cuyas madres han sufrido estrés durante el embarazo sean hiperactivos, tengan problemas de motricidad y déficit de atención es mucho mayor que en caso de bebés de madres no estresadas.

Los sentimientos y los estados de ánimo de las madres están vinculados a hormonas y neurotransmisores que viajan por el torrente sanguíneo y, a través de la placenta, llegan al cerebro en desarrollo del futuro bebé. Una exposición prolongada a las hormonas del estrés, incluidas la adrenalina y el cortisol, enseñan al cerebro en desarrollo a reaccionar según la modalidad de “huida o combate” a lo largo de toda la vida, aunque sea inadecuado. Por otra parte, el empeño de la madre en el amor y la alegría, inunda ese mismo cerebro en desarrollo con endorfinas y neurohormonas “positivas”, por ejemplo la oxitocina, que favorece una sensación sostenida de bienestar.

Las emociones e incluso los pensamientos de una madre afectan directamente la “configuración” de la mente. Tener un hijo es la más maravillosa de las experiencias y vale la pena vivirla en toda su intensidad, con todos nuestros sentidos abiertos, con toda su carga emocional, ya desde la

El papel del padre durante la gestación

El padre puede y debe ser más que un mero espectador en el embarazo de su pareja. Tiene dos funciones importantes. La primera, sabiendo que la madre necesita de un estado emocional equilibrado, debe hacer lo posible porque su pareja se sienta querida, acompañada, comprendida, apoyada, en su proceso de embarazo (incluida la satisfacción de los tradicionales antojos). La segunda, el inicio del vínculo afectivo con su hijo, poniendo sus manos en el vientre de la madre, hablándole, cantándole, jugando con él. Se ha comprobado que si el padre ha entablado esta relación con su hijo durante la gestación, el bebé nacido reconoce su voz entre la de otros hombres, reacciona con placer en sus brazos, se siente tranquilo con él. Por su parte, el padre, demuestra un instinto paterno afectivo muy superior a otros, que hasta ese momento, al tener en brazos a su hijo por primera vez, no habían tomado conciencia real de su paternidad.

“Nuestro primer hogar es el vientre materno. Nuestras primeras percepciones de un hogar cálido y amoroso nos acompañarán para siempre, constituirán una base sólida sobre la que crecer y desarrollarnos como seres humanos en armonía. De nuestra madre recibimos, a través del cordón umbilical, el oxígeno y los nutrientes necesarios para la vida. De sus pensamientos y sentimientos recibimos la semilla del amor, lista para germinar en cuanto nazcamos y estemos en sus brazos.”

*El autor es diplomado en Psicología del Desarrollo y Terapeuta Psicoemocional especializado en la época primal del ser humano (gestación, nacimiento y primera infancia) bajo la perspectiva de lo que siente y necesita un bebé para su desarrollo en armonía.