
	Tirada: 172.308	Sección: -	
	Difusión: 150.917 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 588	
Nacional	Femenina	Audiencia: 528.209	Valor (€): 6.700,00
Mensual		01/04/2010	Valor Pág. (€): 6.700,00
			Página: 28
			Imagen: No

EL *vínculo* DURANTE EL EMBARAZO

Sentirse llena de amor o vivir con permanente ansiedad durante el embarazo es cosa de dos, porque los pensamientos que inundan a la mujer comienzan a definir y modelar la vida emocional de su hijo.

Texto extraído y adaptado de *La vida secreta del niño antes de nacer* (Ed. Urano)

*i*magínese cómo se sentiría uno a solas en una habitación durante seis, siete u ocho meses sin el menor estímulo emocional o intelectual. Ésa es, más o menos, la consecuencia de ignorar a un niño intrauterino. Lógicamente, sus necesidades emocionales e intelectuales son mucho más primitivas que las nuestras. Pero lo importante es que existen. Necesita sentirse amado y deseado tan apremiantemente como nosotros. Y quizás más aún. Es necesario hablarle y pensar en él; de lo contrario, su espíritu y a menudo también su cuerpo comienzan a debilitarse.

Los estudios sobre embarazadas esquizofrénicas y psicóticas proporcionan pruebas elocuentes de los efectos devastadores del abandono emocional del útero. En estos casos, las mujeres no pueden evitarlo. Las consecuencias de la enfermedad mental impiden una comunicación significativa con sus hijos. Sin embargo, con frecuencia, ese silencio deja marcas profundas en los pequeños. Al nacer, suelen tener más problemas físicos y emocionales que los bebés de mujeres mentalmente sanas.

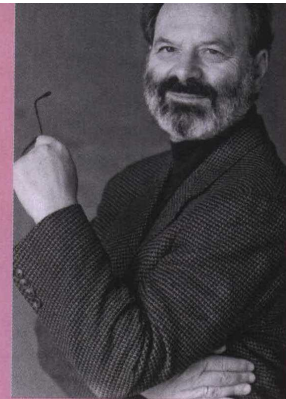
¿Cómo se produce esta comunicación? Lo que merece resaltarse aquí es que existe... y que podemos hacer algo con respecto a ello. Hasta cierto punto, incluso podemos medir su calidad y orientación. En líneas generales, la personalidad del niño intra-

uterino que una mujer lleva en sus entrañas es una función de la calidad de la comunicación madre-hijo y también de su especificidad. Si la comunicación fue abundante, enriquecedora y, sobre todo, nutritiva, existen muchas posibilidades de que el bebé sea robusto, sano y feliz. Esta comunicación es una parte importante del vínculo. Como todos los investigadores que han estudiado el vínculo después del nacimiento coinciden en que es enormemente provechoso para la madre y el hijo, es lógico pensar que el vínculo antes del nacimiento sería igualmente importante. Estoy convencido de que es mucho más provechoso. La vida, incluso la vida en los primeros minutos y horas, ofrece infinitas distracciones: imágenes, sonidos, olores y ruidos. Por su parte, la vida en el útero era mucho más uniforme y estaba completamente rodeada por su madre y todo lo que ésta decía, sentía, pensaba y esperaba. Hasta los ruidos externos pasaban a través de ella.

¿Cómo no va a estar profundamente afectado por la madre? Incluso algo aparentemente tan terrenal y neutro como el latido de su corazón surtía un efecto. Sin lugar a dudas, es una parte fundamental de su sistema de sustentación de la vida. Evidentemente, el niño no lo sabe, pues lo único que conoce es que el ritmo tranquilizador de ese latido es una de las principales constelaciones de su universo. Se >



	Tirada: 172.308	Sección: -	
	Difusión: 150.917 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 588	
Nacional	Femenina	Ocupación (%): 100%	
Mensual	01/04/2010	Valor (€): 6.700,00	
		Valor Pág. (€): 6.700,00	
		Página: 29	Imagen: No



© David Leyes, Toronto, Canada


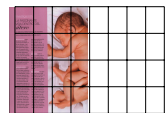
Fuerzas invisibles

El Dr. Thomas R. Verry es una autoridad mundial en la investigación y difusión de la influencia del entorno prenatal y perinatal en el desarrollo de la personalidad. Psiquiatra, profesor, escritor y conferenciante, es el fundador de la Asociación de Psicología Prenatal y Perinatal (APPPAH-Association for Prenatal & Perinatal Psychology & Health).

Es realmente fascinante pensar que los padres y las madres podemos contribuir a modelar la personalidad de nuestro hijo no nacido, "un ser consciente que siente y recuerda", para que sea una persona feliz. Tan fascinante como los ejemplos que recoge el Dr. Verry en este libro, todo un clásico que ahora se reedita: el director de orquesta que "conocía" obras que nunca había tenido entre sus manos -pero que su madre, violoncellista, tocaba mientras estaba embarazada-; o el del hombre con un dolor de cabeza recurrente en la misma zona de la frente... que había nacido en un complicado parto con fórceps.

Dice Thomas Verry al hablar del vínculo intrauterino y la capacidad de respuesta del bebé a los abrazos, caricias, miradas y otras indicaciones de su madre: "Se basan en el conocimiento que de ella ha tenido antes de nacer. Al fin y al cabo, percibir el lenguaje de los ojos y el cuerpo, no es muy desafiante para un ser que en el útero ha afinado sus capacidades de interpretación de indicaciones para la tarea mucho más difícil de aprender a responder a su mente."



	Tirada: 172.308	Sección: -	
	Difusión: 150.917 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 588	
Nacional	Audiencia: 528.209	Ocupación (%): 100%	
Mensual	01/04/2010	Valor (€): 6.700,00	
		Valor Pág. (€): 6.700,00	
		Página: 30	Imagen: No

Investigación...

LA FASCINANTE VIDA DENTRO DEL útero

EL BEBÉ INTRAUTERINO PUEDE VER, OÍR, DEGUSTAR, EXPERIMENTAR, APRENDER... Y SENTIR, AUNQUE NO CON LA COMPLEJIDAD QUE LO HACE EL ADULTO.

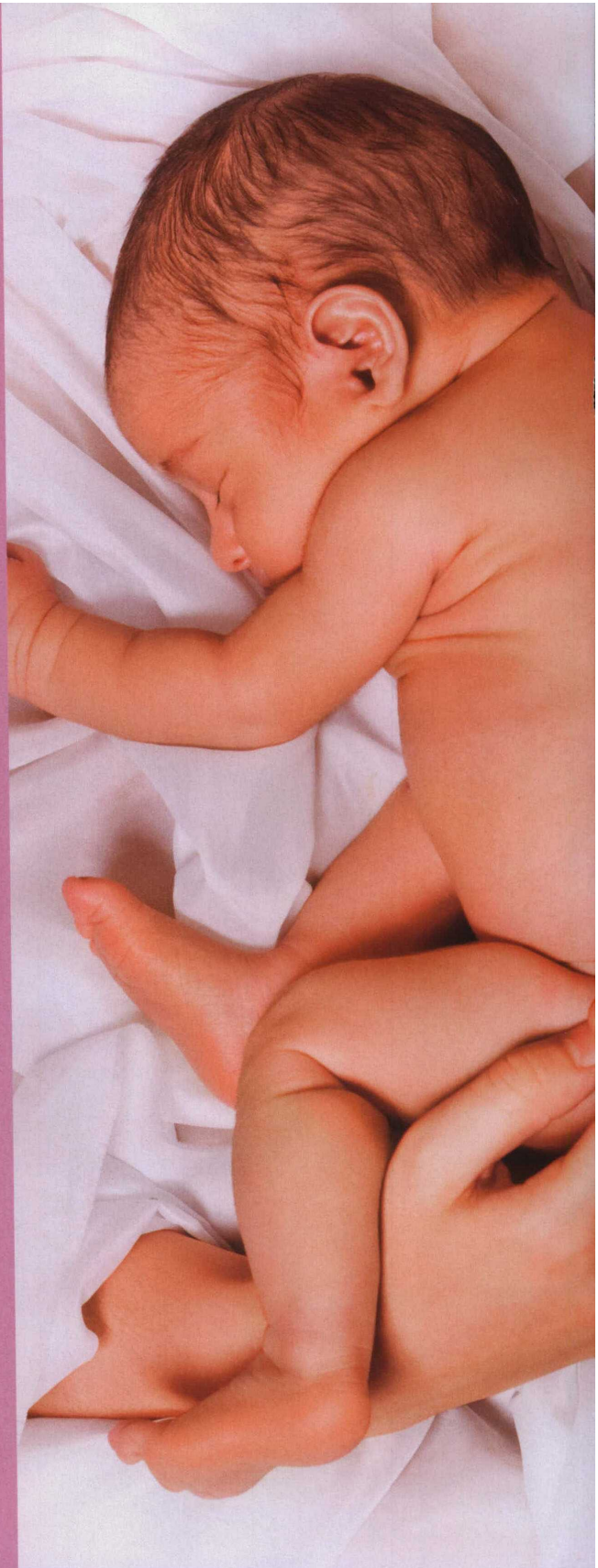
● **Sensaciones.** Antes del tercer mes partes primarias del cerebro ya se han formado. A las seis semanas el futuro bebé responde al tacto y a las 22 presenta patrones sostenidos de ondas cerebrales parecidos a los de los adultos. A partir del cuarto es capaz de explorar su pequeño mundo: juega con el cordón, se chupa el dedo, traga líquido amniótico y reacciona a su gusto...


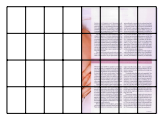
● **Mundo sonoro.** A los cinco meses de gestación, el bebé intrauterino ya tiene su sistema auditivo desarrollado y pocas semanas después reacciona y se muestra especialmente sensible a la voz de su madre. A las 25 semanas responde claramente al sonido y la melodía y lo hace de manera muy distinta según su estilo. Esto permite a la mujer influir activamente en la vida de su hijo antes del nacimiento. Como dice Thomas Verny: "El bebé oye realmente y, lo que es más importante, responde a lo que oye. Una charla suave y dulce le lleva a sentirse amado y deseado. Esto no se debe a que entienda las pala-

bras, que evidentemente, están más allá de su comprensión, pero el tono de lo que dice no lo está. Intelectivamente es lo bastante maduro para percibir el tono emocional de la voz materna."

● **Voluntad.** Entre el tercer y el sexto mes de gestación, el bebé responde a estímulos externos y parece capacitado para actuar según su voluntad. Por ejemplo, se aparta de una fuente de luz que percibe como intensa.

● **Sensibilidad.** En algún momento hacia el final del segundo trimestre, ya no es sólo un ser que siente—percibe y reacciona ante sensaciones— sino un ser sensible, mentalmente consciente y capaz de una cognición primitiva. Un ejemplo es su agitación emocional ante la idea materna de fumar un cigarrillo. El bebé no sabe si su madre está fumando, pero es capaz de asociar la disminución de su provisión de oxígeno, y la desagradable sensación física que le provoca, con esa acción. Esa incertidumbre es la que acelera los latidos de su corazón.



	Tirada: 172.308	Sección: -	
	Difusión: 150.917 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 588	
Nacional	Audiencia: 528.209	Valor (€): 6.700,00	Valor Pág. (€): 6.700,00
Femenina	01/04/2010	Página: 31	Imagen: No
Mensual			



duerme con él, despierta con él, descansa con él. Puesto que la mente humana –incluso la mente humana en el útero– es una entidad productora de símbolos, gradualmente el feto le adjudica un significado metafórico. Su tac-tac constante llega a representar la tranquilidad, la seguridad y el amor hacia él. En su presencia, el niño suele prosperar.

Esto se demostró hace años mediante un estudio singular e ingenioso. Consistía, simplemente, en hacer sonar la cinta con la grabación de los latidos de un corazón humano en la sección de un hospital destinada a los recién nacidos. Los investigadores supusieron que si el latido materno poseía algún significado emocional, los recién nacidos que se encontraban en esa sección los días en que pasaban dicha grabación se comportarían de un modo distinto a los bebés que estaban allí los días en que no ponían la cinta. Y eso es lo que sucedió.

Pero ocurrió de un modo mucho más concluyente de lo que se esperaba. Bastante convencidos al idear el experimento de que aparecerían algunas

estoy refiriendo a un patrón de conducta bien definido y constante. Sólo este tipo de emoción intensa y constante puede crear los tipos de aprendizaje condicionado y que afectarán negativamente a un niño. Un nacimiento físicamente difícil con sus tensiones emocionales concomitantes no modifica las cosas. Lo importante es lo que la madre quiere, siente y comunica al bebé. Por este motivo es tan trascendental que la embarazada piense en su hijo. Sus pensamientos –su amor, su rechazo o su ambivalencia– comienzan a definir y a modelar la vida emocional del niño. Lo que ella crea no son rasgos específicos, como la extroversión, el optimismo o la agresividad. Estas palabras son, sobre todo, palabras adultas con un significado adulto, demasiado específicas y afinadas para aplicarlas a la mente de un niño intrauterino de seis meses.

Lo que se forma son tendencias más amplias y más profundamente arraigadas, como el sentimiento de seguridad y autoestima. A partir de estas tendencias, más adelante, en la infancia, se desarrollan

LAS INCERTIDUMBRES OCASIONALES NO DAÑAN AL NIÑO, LO HACEN LOS PATRONES DE CONDUCTA DEFINIDOS Y CONSTANTES

diferencias, los científicos quedaron asombrados ante la cantidad y la magnitud de las que se produjeron. Prácticamente en todos los sentidos, los bebés sometidos a la grabación se encontraron mejor y, en la mayoría de los casos, mucho mejor. Comían, pesaban y dormían más, respiraban mejor, y lloraban y enfermaban menos. Esto no se debió a que recibieran un tratamiento especial, a que tuvieran padres superiores o mejores médicos, sino sólo a que estuvieron expuestos a una cinta de dos dólares en la que estaban grabados los latidos de un corazón.



Lógicamente, la mujer no tiene control sobre esta operación y, en cierto sentido, su latido funciona con el piloto automático. Pero puede llegar a comprender sus emociones y abordarlas con más eficacia. Esto es vital para el bienestar de su hijo porque su mente se modela de manera fundamental según sus pensamientos y sentimientos. El hecho de que su mente evolucione hacia algo principalmente duro, angular y peligroso, o suave, fluyente y abierto depende, en gran medida, de que sus pensamientos y emociones sean positivos y reforzadores o negativos y cargados de ambivalencia.

Eso no significa, en modo alguno, que las dudas y las incertidumbres ocasionales harán daño al niño. Tales sentimientos son naturales e inofensivos. Me

rasgos específicos del carácter... como en aquellos niños que mencioné. No nacieron tímidos, sino ansiosos, y a partir de esa ansiedad puede surgir una dolorosa timidez.

Un ejemplo más afortunado es la seguridad. Una persona segura confía profundamente en sí misma. ¿Cómo no va a hacerlo si desde el filo mismo de la conciencia se le ha dicho que es deseada y querida? Atributos como el optimismo, la confianza, la cordialidad y la extroversión surgen naturalmente de ese sentimiento. Se trata de elementos preciosos para dar a un niño, elementos que pueden proporcionarse fácilmente: al crear en el útero un entorno cálido y emocionalmente enriquecedor, la mujer puede lograr una diferencia decisiva en todo lo que su hijo siente, espera, sueña, piensa y obtiene a lo largo de la vida.

Durante esos meses, la mujer es el nexo entre su bebé y el mundo. Todo lo que le afecta incide en él. No hay nada que la afecte más profundamente ni que la alcance con un impacto tan hiriente como las preocupaciones con respecto a su marido (o compañero). Por este motivo, emocional y físicamente hay pocas cosas tan peligrosas para un niño que un padre que maltrata o deja sola a su esposa embarazada. Prácticamente, todos los que han estudiado el >

	Tirada: 172.308	Sección: -	
	Difusión: 150.917 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 588	
Nacional	Femenina	Audiencia: 528.209	Valor (€): 6.700,00
Mensual		01/04/2010	Valor Pág. (€): 6.700,00
			Página: 32
			Imagen: No

Desarrollo

MARCADO POR LA EXPERIENCIA

En nueve meses, el bebé intrauterino pasa de ser un ser emocionalmente insensible a uno capaz de registrar y procesar sentimientos y emociones muy complejos y complicados.

- **Se va definiendo.** El ego del niño intrauterino –el total de lo que como individuos pensamos y sentimos sobre nosotros mismos– comienza a funcionar en algún momento del segundo trimestre, período en el que ha alcanzado la madurez necesaria.

- **El primer paso.** Su sistema nervioso está en condiciones de transmitir sensaciones a los centros cerebrales superiores, mensajes que fomentan su desarrollo neurológico.

- **En evolución.** Pronto irá realizando operaciones más complejas. Por ejemplo, la madre ha pasado un día agotador que ha fatigado a su bebé no nacido; ese cansancio crea una sensación primitiva –incomodidad– que moviliza el sistema nervioso del bebé, y su intento de darle sentido involucra al cerebro. En cuanto se repitan esas circunstancias, los centros receptivos estarán lo bastante desarrollados para procesar

mensajes maternos más complejos y sutiles. Es cuestión de práctica.

- **Emociones que influyen.** La ansiedad de la madre perturba la sensación de unidad con el entorno que tiene el bebé. También lo empuja a actuar: patalea y se revuelve para apartarse de esa sensación que proviene de la madre. Es decir, empieza a crear unos mecanismos de defensa primitivos. Una sensación directa que al principio simplemente le incomodaba, acaba empujándole a encontrar modos de abordarla.

- **Otras reacciones.** Si su madre está sentada en una posición incómoda, el bebé intrauterino se molesta. Los sonidos desagradables, como los gritos, también le hacen reaccionar así. Pero esas pequeñas dosis de enfado tienen su parte positiva: aceleran el desarrollo de asociaciones intelectuales rudimentarias. Por ejemplo, en el caso de reprimir sus movimientos, el niño no nacido aprende algo sobre la relación causa efecto –la forma en que la madre se sienta o acuesta le provoca calambres y enfado–, un precedente del pensamiento humano.

EL BEBÉ TAMBIÉN OYE LA VOZ DEL PADRE EN EL ÚTERO Y, TRAS NACER, RESPONDE EMOCIONALMENTE A ELLA

papel del futuro padre han descubierto que su apoyo es absolutamente indispensable para ella y, en consecuencia, para el bienestar del hijo de ambos.

Este hecho convierte al hombre en una parte importante de la ecuación prenatal. Un factor igualmente vital del bienestar emocional del niño es la actitud del padre hacia la pareja. Diversos elementos pueden incidir en la capacidad de un hombre para relacionarse con su compañera, desde lo que siente hacia ella o hacia su propio padre, hasta las presiones laborales o sus propias inseguridades. Las investigaciones han demostrado que lo que afecta más profundamente su sentido de compromiso –para bien o para mal– es en qué momento comienza la relación con su hijo, si es que ésta tiene lugar.

Por evidentes motivos fisiológicos, el hombre, está, en este caso, en desventaja. El niño no es una parte orgánica de su ser. Sin embargo, no todos los impedimentos físicos del embarazo son insuperables. Algo tan corriente como hablar es un buen ejemplo: un niño oye en el útero la voz de su padre y existen claras pruebas de que oír esa voz supone una importante diferencia emocional. En los casos en que un hombre habló con su hijo utilizando palabras breves y tiernas, el recién nacido pudo distinguir la voz de su padre en una habitación, incluso en las primeras una o dos horas de vida. Más que distinguirla, responde emocionalmente a ella. Por ejemplo, si está llorando se calla. Ese sonido cariñoso y conocido le dice que está protegido.

La relación también influye directamente en el futuro padre en un sentido más general. Los estereotipos suelen retratarlo como bienintencionado pero torpe. Esto crea una pernicioso crisis de confianza en muchos hombres. A modo de defensa, suelen alejarse de sus esposas durante el embarazo y recurrir a la seguridad de amigos y colegas que les proporcionan respeto y el sentido de la propia valía. La relación es un modo –un modo muy importante– de romper este círculo vicioso e interesar al hombre mucho más profunda y significativamente en la vida de su hijo desde el principio mismo. Cuanto antes se interese, más posibilidades de beneficiarse tendrán su futuro hijo o su futura hija.

Es necesario un profundo cambio desde la raíz del ser para alejarse de prácticas pasadas. Esto y sólo esto es necesario si abrigamos la esperanza de producir futuras generaciones de niños cada vez más sanos y emocionalmente seguros. ❁

de interés

PARA SABER MÁS SOBRE EL DR. THOMAS R. VERNY

LECTURAS *El futuro bebé. Arte y ciencia de ser padres*, Ediciones Urano
● *El vínculo afectivo con el niño que va a nacer*; Ediciones Urano ● *Artículo Sexo y género*, El Mundo de la Maternidad n° 18, www.obstare.com

WEBS www.trvernymd.com ● Página web oficial del autor.
www.birthpsychology.com ● Asociación de Psicología Prenatal y Perinatal.