

# Importancia de la vida prenatal para la salud física y psíquica. Hacia una nueva maternidad/paternidad

Pilar Vizcaíno Herranz

Presidenta de la Asociación Nacional de Educación Prenatal (ANEP)

---

## RESUMEN:

Los descubrimientos científicos y genéticos de estos últimos 25 años, demuestran que el ser humano construye las primeras bases de su salud, de su equilibrio psíquico y de su inteligencia durante el periodo prenatal. Existe una relación entre las condiciones físicas y psicológicas de la vida de los futuros padres con la salud, el bienestar y el comportamiento social del niño por nacer y del adulto en que se convertirá. El futuro se decide antes de nacer.

La Educación prenatal natural, positivizada por los padres trae múltiples beneficios:

- Para el niño/a
- Para la pareja
- Para la sociedad

Es esencial para las futuras generaciones que los futuros padres estén informados mediante una preparación fundamental a la maternidad/paternidad para que puedan asegurar las mejores condiciones a sus hijos.

Por ello es fundamental que estos nuevos conocimientos se integren en la formación de los Profesionales de la salud y de la educación y se incorporen en los programas escolares y universitarios.

## ABSTRACT

202

*Scientific discoveries in the past 25 years have shown that foundations of health, psychological balance and intelligence are laid down during the prenatal period. There is an important relationship between the physical and psychological health of future parents, and the health, well-being and behaviour of their baby and the adult he or she will become. The future is decided before we are born.*

*Natural prenatal education, when put into practice by parents, brings multiple benefits for the child, the couple and for society as a whole.*

*It is essential for future generations that future parents are well-informed and prepared for parenthood, so that they can ensure the best conditions for their children. For this reason, it is of vital importance that these new discoveries become an integral part of the training of health and education professionals, and that they are incorporated into school and university curriculums.*

---

Actualmente se sabe que cada una de las etapas de la vida influye en las siguientes.

En la primera mitad del siglo XX el desarrollo de la Psicología profunda puso en evidencia el impacto emocional que se produce durante la primera infancia, y sus repercusiones en el comportamiento del individuo.

A finales de ese mismo siglo numerosas investigaciones desde diversos ámbitos como la Medicina, la Psicología, la Psiquiatría, la Biología, la Genética, etc., han demostrado que está obsoleto el viejo paradigma que consideraba al bebé antes de nacer como un ser sin ninguna capacidad, insensible, sin cerebro, algo así como simplemente un conjunto de células.

Dichas investigaciones nos muestran, en cambio, una nueva visión de la vida intrauterina, y la de un ser en el útero

como un ser sensible, comunicativo, que recibe a través de sus sentidos todas las informaciones, y que reacciona a ellas pudiendo memorizarlas. Asimismo, dichas investigaciones nos permiten constatar que las vivencias emocionales de la madre se graban profundamente en él, llegando a modelar sus pensamientos más intensos, y que el bebé en el útero registra todas las experiencias en el circuito de su cerebro.

No obstante, todos estos conocimientos, surgidos de numerosas investigaciones, están aún lejos de ser conocidos e integrados a nivel mayoritario.

La etapa prenatal es una fase esencial en el desarrollo de cualquier persona. En ningún momento de la existencia el ser humano tendrá tal desarrollo como en dicha etapa: a partir de una célula, en unos meses se habrán generado sesenta mil millones, lo que le convertirá en un ser completo.

## IMPORTANCIA DE LA VIDA PRENATAL A NIVEL FÍSICO

Recordemos brevemente que el bebé *in útero* construye su cuerpo con los materiales aportados por la sangre de su madre, materiales que están impregnados de las emociones y pensamientos maternos.

El niño absorbe todo, no tiene la posibilidad de escoger entre lo que le es beneficioso y lo que le resulta nocivo. Es su madre quien debe hacer la elección, desechar las sustancias perjudiciales (alcohol, tabaco, contaminantes y demás drogas) y dar importancia a los alimentos naturales y llenos de vida: frutas, hortalizas, cereales, etc., sin olvidar los pescados de los mares fríos, cuyos ácidos grasos son muy buenos para la construcción del cerebro del bebé.

La madre ha de elegir también oxigenar su sangre con la respiración —tan importante como la nutrición.

Y, asimismo, ha de hacer elecciones en lo que se refiere a sus sentidos, estas antenas que nos unen al mundo y nutren nuestras actividades intelectuales.

Las capacidades sensoriales del bebé *in útero* se dinamizan, los órganos de sus sentidos se refuerzan, y sus funciones se afinan por los estímulos correspondientes (principalmente táctiles y auditivos) que le vienen de la madre, y a través de ella, del padre y del entorno.

Las influencias sonoras han sido las más investigadas. Algunas de las informaciones —obtenidas de dichas investigaciones— pueden inspirar a los futuros padres desde el inicio de la gestación.

Así, por ejemplo, el Dr. Tomatis ha demostrado que el feto, incluso antes de que el oído interno madure (hacia el sexto mes de gestación) percibe las vibraciones sonoras a través de todas sus células (1).

“Si la mujer embarazada —dice Marie-Louise Aucher— añade el canto a la voz hablada, va a provocar resonancias mucho más intensas, un impacto físico y neurológico poderoso. Dinamiza y equilibra al bebé y es más tonificante para su madre.”

Por otro lado, la audición frecuente de una música suave y estructurada beneficia a los dos: madre e hijo.

La salud de base de un individuo tiene su génesis durante el periodo prenatal, los momentos capitales del nacimiento y la lactancia. En Londres lleva varios años funcionando un Centro de Investigación en Salud Primal, dirigido por el Dr. Michel Odent, con un Banco de Datos que reúne numerosos trabajos al respecto (2).

## IMPORTANCIA DE LA VIDA PRENATAL A NIVEL AFECTIVO

El niño comparte las emociones de su madre. Desde hace décadas sabemos que estas emociones se transmiten mediante las hormonas del estrés (adrenalina y catecolaminas) o de la tranquilidad (endorfinas, occitocina...). Estas hormonas crean en el bebé estados fisiológicos correspon-

dientes a las emociones maternas. Si estos estados se repiten a menudo, crean disposiciones en su carácter.

Numerosos estudios médicos realizados recientemente en Estados Unidos, muestran que las huellas grabadas durante situaciones emocionales traumáticas antes del nacimiento, persisten de manera indeleble en el ser humano ya nacido, afectando a las células y a sus funciones. Y que estas huellas son las responsables de muchas perturbaciones de las funciones vitales y de las secreciones hormonales e inmunitarias, constituyendo el terreno en donde germinarán las futuras enfermedades físicas y psíquicas.

A nivel afectivo la madre también deberá hacer elecciones, evitando conversaciones, lecturas, músicas o espectáculos violentos o deprimentes.

La madre necesita que se le dé confianza y que se le apoye. Si siente dudas, miedos, ambivalencia, debe saber que es normal; que sepa que puede aceptarlas y dejarlas pasar. Puede utilizar numerosas técnicas suaves como el yoga, la sofrología, la visualización etc., que le ayuden a vivir ese periodo de forma creativa y positiva, sabiendo que es co-creadora con las fuerzas de la naturaleza.

Pero la vida actual trae a menudo dificultades, momentos de cólera, enfermedades, problemas, tanto a la madre como a la pareja. ¿Le Llegarán al bebé? Sí, es inevitable. Pero la madre debe saber que posee, según el psiquiatra Thomas Verny, un “escudo protector” para su hijo, que es el de su amor. Que le explique lo que le pasa —como recomienda la psicoanalista y paidopsiquiatra Françoise Dolto—, que le dé seguridad.

Este esfuerzo será bueno para ella y el bebé grabará que la vida tiene momentos difíciles, pero que se pueden superar. Las bases de un carácter fuerte se depositarán en él, y así, desde el periodo prenatal estará dotado de los fundamentos de la capacidad de “resiliencia” de la que habla Boris Cyrulnick (capacidad que poseen los seres de reconstruirse después de un shock desequilibrante), capacidad de la que dispondrá si de forma precoz ha tenido una estructura basada en el amor y la confianza (3).

El papel del padre es también fundamental. Puede comunicarse con el bebé a través de su voz, o por el tacto (haptonomía), y sobre todo, dándole alegría y confianza a través de una madre feliz y segura.

## IMPORTANCIA DE LA VIDA PRENATAL A NIVEL MENTAL

¿Influyen los pensamientos de la madre en su hijo? Sí. Según Marie-Claire Busnel y su equipo de la Universidad de París V.

Después de haber estudiado durante muchos años la audición fetal en el laboratorio, han constatado que el “feto reacciona tanto al pensamiento como a la palabra de su madre”, pero no reacciona si se trata de una charla interior intrascendente, sino cuando este pensamiento tiene cierta densidad, sentido y presencia real (4).

¿A través de qué medio se transmiten los pensamientos y las imágenes mentales de la madre?

Mediante **el agua**.

El investigador japonés Masaru Emoto ha estudiado la plasticidad de este elemento indispensable para la vida (5). A partir de los trabajos llevados a cabo por el bioquímico Lee Lorenzen sobre la resistencia magnética del agua, Emoto tomó muestras de agua y los sometió a diversas influencias: músicas armoniosas o desestructuradas, sentimientos de amor o de odio, pensamientos de vida o de muerte, oraciones, etc. Congeló esas muestras y fotografió los cristales resultantes con un microscopio electrónico.

Los clichés que obtuvo son concluyentes; reflejan el esplendor o el horror con el que está impregnada el agua.

El cuerpo humano está compuesto por más de un 70% de agua. El fenómeno investigado por Emoto, ¿podría explicar la influencia del pensamiento sobre nuestras células, y sobre todo nuestro organismo?

En cuanto al huevo humano fertilizado, está constituido de un 90% de agua. ¿Podría esta agua captar y grabar la primera información que recibe: la calidad del amor de los padres en el momento de la concepción? Y, ¿este proceso de impregnación acuosa, seguiría en el transcurso del embarazo, en el que el bebé se alimenta a través de la sangre de su madre y se baña en el líquido amniótico?

De este modo se explicaría el impacto de la vida interior de la madre sobre el psiquismo y también sobre el organismo del ser que se está formando en ella.

Esto invitaría a las futuras madres a utilizar la fuerza de su imaginación creadora para regalar a sus hijos con las más

bellas imágenes, y sensibilizarlos a las más bellas cualidades humanas.

Centremos ahora nuestra atención en la Genética, que nos conduce al núcleo de la célula. El biólogo americano Bruce Lipton aporta trabajos recientes que contradicen el determinismo genético, admitido comúnmente. Estos estudios muestran que "la activación de los programas de los genes está controlada por el medio ambiente, más exactamente por la percepción que tiene el organismo de ese ambiente."

"Las emociones maternas como el miedo, la cólera o, por el contrario, el amor o la esperanza influyen bioquímicamente en la selección y en la reescritura del código genético del niño *in útero*, con consecuencias evolutivas muy profundas en las generaciones futuras"<sup>6</sup>.

Según Lipton los padres son verdaderos ingenieros genéticos: sus pensamientos, sentimientos y actos cambian los genes de sus hijos. ¡Un descubrimiento monumental!

## DEDUCCIONES PRÁCTICAS

¿Qué podemos deducir a nivel práctico?

En primer lugar que la Educación Prenatal natural participa en la génesis de la salud física y psíquica del ser que se forma, y es la prevención más fundamental de las disfunciones (7).

Es indispensable una información general para suscitar una toma de conciencia colectiva sobre la importancia del periodo prenatal, fundamento de la persona, periodo que incluye la concepción y el parto/hacimiento.

204

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Tomates, A. 9 meses en el paraíso. Ed. La Campana.
2. <http://www.birthworks.org/primalth>
3. Cyrulnik, B. Les nourritures affectives. Ed. O.Jakob.
4. Busnel, MC. L'aube des sens. Ed. Stock (Cahiers du nouveau né, nº 5).
5. Emoto, M. Mensajes del agua. Ed. La Liebre de Marzo.
6. Lipton, B. IV Congreso Mundial de Educación Prenatal, Caracas, 2001.
7. Bertin, MA. La Educación prenatal natural: una esperanza para el niño, la familia, y la sociedad. Ed. Mandala.