

Escuela de Padres
Ciclo Empieza la vida

Embarazo o parto
¡HAY QUE ESTAR PREPARADOS!

Tener un hijo es algo que empieza antes del parto y del embarazo. Si es el primer hijo, modifica la vida de la pareja. Si ya tiene hermanos, cambia igualmente la dinámica de atenciones y sentimientos familiares

El deseo de tener un hijo

El bebé que nacerá físicamente al término del embarazo ya existe desde la fecundación del óvulo. Ha sido vivido por la pareja, se ha hablado de él y se le ha imaginado. Ha ocupado un lugar en la relación entre un hombre y una mujer, cuyo resultado es el nacimiento.

Al comienzo, cuando la pareja aún no tiene hijos, se le denomina conyugal, y se convierten en pareja parental a partir del momento que nace el primer hijo.

El hijo, pues, procede del deseo que surge cuando la pareja siente la necesidad de realizarse y trascenderse en un niño. Pero no basta con el deseo; se requiere, además, una decisión que sea el resultado de una opción y una voluntad comunes. Según sea el grado de armonía existente entre el hombre y la mujer, y según sea la madurez de su lazo conyugal, así también será más o menos fácil la decisión de tener un hijo.

Desear un hijo supone superar en la entrega y en la gratuidad el amor conyugal. El hijo representa el polo desde el cual el intercambio amoroso se supone creador de un ser distinto, en el orden al cual los padres trascienden a sí mismos. Concebir y desear un hijo significa quererlo en una relación de amor. Si bien en un principio puede tratarse de un embarazo “no esperado, no deseado”, luego la pareja supera ese sentimiento y decide aceptarlo y recibirlo en las mejores condiciones posibles.

Del mismo modo que el embrión crece y se desarrolla en el cuerpo de la madre, así también la evolución psicológica de la pareja debe ser concomitante a dicho desarrollo. Los especialistas y los propios padres insisten, desde hace algunos años, en lo importante que es prepararse para el acontecimiento del nacimiento.

El instinto maternal no existe de modo universal y el amor de los padres varía según las diversas culturas y civilizaciones, así como los distintos contextos históricos.

Además de ser un sentimiento natural, el amor de los padres guarda relación con el tipo de sociedad, es decir, con el medio cultural.

El amor de los padres se expresa a través del hijo por distintas acciones:

* **Hablar:** antes del nacimiento el amor se expresa, sobre todo, por medio de la palabra, la cual suele manifestar la dicha y el sentimiento de admiración y expectativa que acompaña la espera.

* **Tocar:** a partir del nacimiento, el amor se exterioriza por medio del cuerpo, mediante manifestaciones de ternura. El contacto corporal expresa un *bienestar conjunto*, cuyo objeto es el cuerpo del bebé, que renueva el amor de los padres mediante el afecto.

* **Seguridad:** desde un principio, el amor adquiere una sensación de seguridad que el bebé necesita, y que le permite alejar de sí los futuros miedos y angustias.

* **Superación:** este amor tiene algo de instintivo, pero hay que desearlo conscientemente en cada una de las sucesivas etapas del desarrollo del niño. Es en la cotidianidad de los gestos maternos y paternos donde los progenitores consiguen superar el egoísmo y el narcisismo (amor a uno mismo), para querer al bebé como a alguien distinto y para amarse entre sí de manera nueva en el *fruto* común de ambos.

El amor que el padre y la madre ofrecen a su hijo tiene una importantísima función práctica y educativa, porque permite al niño desarrollarse armónicamente. Durante su crecimiento, será preciso este amor para que el niño pueda superar las diferentes etapas que constituyen el desarrollo de su personalidad. La responsabilidad de los padres, por tanto, es enorme, porque sin amor no hay evolución armoniosa posible.

El embarazo: el niño antes de nacer

Se trata de un período de espera durante el cual la madre siente cómo se modifican su cuerpo y su imagen corporal. Vive con un embrión que se halla dentro de ella misma. El embarazo supone un replanteamiento del modo que la mujer tiene de percibirse a sí misma; replanteamiento que, en función del embrión que lleva en su interior, la obliga a recomponer la idea que tenía de su propio cuerpo, de sus formas, de la expresión de su rostro... Este cambio corporal de la futura mamá puede ser vivido como un grado más de realización, pero puede ser también algo temido y capaz de reactivar las angustias y los temores.

Durante los nueve meses de gestación, la madre debe redescubrir su cuerpo a fin de establecer un vínculo entre ella misma y lo que siente en su vientre. Es al nivel de la percepción y la sensación donde tendrá lugar una primera comunicación primordial con el embrión.

A muchas mujeres les cuesta aceptar el tener el vientre cada vez más grueso, el hecho de engordar o adelgazar, observar cómo aumentan de volumen sus senos o cómo les salen manchas rojas en el rostro. El marido debe acompañar esta etapa haciéndole comprender que

el embarazo, lejos de perjudicarla, le proporciona una nueva dimensión de madurez y plenitud. Es preciso, pues, que el hombre adopte actitudes gratificantes y participe activamente en toda esta etapa.

Los estudios psicológicos ponen de manifiesto que el padre debe participar en todo el proceso de preparación del parto. Cuanto antes se ejerza la paternidad, mejor será la calidad de los vínculos entre padre e hijo. Y debe hacerse siguiendo los pasos de la evolución del embarazo, para ir tomando conciencia progresivamente de la identidad de padre.

La maternidad es aún más desconcertante para el hombre que para la mujer. Es necesario, por tanto, que el padre se prepare para el parto. Hoy día a este se le pide que acompañe a su mujer, pero, sobre todo, que tenga un papel activo. En algunas tribus africanas es el varón el *protagonista* de los dolores y las angustias del parto, así como el destinatario de las atenciones sociales por el nuevo ser. Muchos futuros padres, entre nosotros, siguen manifestando su reticencia, porque consideran que no va con la imagen que ellos tienen del hombre y de la virilidad. La preparación del padre trata de superar estos prejuicios, en un intento de conciliar paternidad y maternidad. Ya desde la fase embrionaria es necesario que el padre establezca un vínculo creador entre él y su hijo. Esto es paternidad.

El embrión es capaz de percibir

Afirmar que la concepción da origen a un embrión significa sostener que este es un ser humano. Los datos que la Biología y la Genética ofrecen, muestran que el ser que inicia el desarrollo en el vientre materno está dotado de un genoma diferente al del padre y al de la madre. En él, desde su más temprana fase (cigoto, primera fase de su desarrollo unicelular) están determinados desde la estatura y el color de los ojos hasta el tipo de enfermedades genéticas a las que estará sujeto.

El desarrollo y diferenciación embrionarios son muy rápidos. A las cinco semanas de su concepción, el embrión humano apenas mide un centímetro, pero diversos órganos ya han empezado a tomar forma. A los dos meses, la forma del cuerpo ya está completa. De ahora en adelante no necesitará más que refinar sus funciones y crecer; de los dos a los nueve meses multiplicará 20 veces su estatura y mil veces su peso.

A partir del tercer mes, el embrión es sensible a todo cuanto la madre vive y siente en el interior de su cuerpo. Percibe las alegrías y las angustias, las sensaciones de calor y frío, las secreciones y modificaciones fisiológicas que ocurren en la cavidad del seno materno. El embrión cuenta ya en el quinto mes con un equipamiento sensorial y perceptivo que le permite comunicarse con el vientre de la madre. Pero a partir del momento en que es viable, el embrión es igualmente sensible a las percepciones exteriores. Recibe las ondas del ritmo cardíaco, percibe los sonidos y oye la voz humana.

Por eso es importante que los futuros padres *hablen* a su embrión, le pongan música suave o le canten; esto forma parte del deseo de anticipar su nacimiento y de disponer para él un favorable medio psicológico y fisiológico. Aunque los futuros padres no sean conscientes de ello, lo cierto es que el embrión es capaz de percibir los traumatismos de un entorno social agitado.

Volveremos sobre este tema.