



## La influencia de la etapa prenatal en nuestras vidas

¿Qué es lo que hace que nuestros niños tengan una buena autoestima y que se sientan bien consigo mismos? ¿Qué es lo que hace que estén sanos, que se sientan cómodos al lado de los demás?

Muchos padres pensarán que es una cuestión de suerte o del trabajo de proporcionar una buena educación a sus hijos. Pero, ¿nos hemos parado a pensar qué otros factores influyen en nuestros hijos para llegar a ser lo que son?

Los grandes psicólogos del siglo pasado descubrieron que una parte de la personalidad del niño venía dada en su nacimiento, y que la otra era consecuencia del aprendizaje y la influencia consciente o inconsciente del entorno en cual se desarrolla. Se reconocía así, que el niño no era tan solo un adulto en miniatura al que había que "educar", sino que además la niñez era una etapa de la evolución que tenía que ser entendida y, sobretodo, respetada.

No obstante, los estudios científicos internacionales en psicología perinatal de los últimos 30 años, han demostrado la importancia de la vida prenatal en el desarrollo del niño, tanto a nivel físico, como mental y emocional. Se ha comprobado lo que ya se intuía tanto en ciertas civilizaciones antiguas como en las vivencias de las madres embarazadas, el niño es un ser sensible, comunicativo y sociable que aprende y recibe información a través de sus sentidos, formados desde el tercer mes de gestación. Asimismo, se ha descubierto que el niño percibe el mundo exterior a través de las experiencias de su madre y que, a su manera, piensa, decide y construye sus ideas sobre la vida. Entre muchos ejemplos, el doctor Thomas Verny y su equipo, demostraron con estudios científicos que los dos factores más determinantes para evitar nacimientos con poco peso u otras disfunciones, son el amor y el deseo de la madre de tener el bebé y el apoyo que recibe ésta del padre y de su entorno familiar. Asimismo, el sentimiento de seguridad que desarrolla el niño o el adulto durante su vida, proviene directamente de la sensación de seguridad sentida por el bebé dentro del vientre de su madre, como lo atestiguan las experiencias médicas y terapéuticas realizadas en adultos en los últimos 30 años. Entre ellas, el doctor Claude Imbert, fundadora del Instituto Europeo de Sofroanálisis, a podido comprobar en sus más de 20 años de práctica, como las experiencias y las decisiones tomadas en este periodo permanecen presentes en nuestro inconsciente y se manifiestan continuamente en nuestros actos más cotidianos y en nuestros sentimientos más profundos hacia el mundo y hacia nosotros mismos.

Para entender estas afirmaciones, imaginemos por un momento lo que puede representar la concepción, algo que generalmente no preparamos y que ni siquiera pensamos en ello. Es en el momento de la concepción cuando se forma la primera célula del nuevo ser con su ADN, símbolo de su identidad. En poco tiempo, esta célula dará origen a millares que formarán los órganos, el sistema nervioso, el cerebro y todo lo básico del cuerpo humano. En este instante de la creación de la primera célula, cuando quedan registradas las influencias genéticas y particularidades de la familia a la que se pertenece, tanto como el amor, la alegría, el miedo o incluso la violencia que pueda vivirse durante el acto sexual. Asimismo, el nacimiento es el mayor cambio que realiza el ser humano en su vida. "Lo puedo lograr, soy capaz, soy respetado..." son decisiones que integrará el bebé y el futuro adulto si se respeta su persona y se honra este momento. Sin embargo, en un mundo tan medical como el que vivimos, actuamos sin dar importancia a lo que pueda vivir el bebé.

**Y, ¿cómo dar a nuestro bebé lo que el necesita?**

**El bebé depende totalmente de su madre, él no puede elegir, es ella quien debe hacer la elección de lo que le va a proporcionar. Lo esencial es el amor y el vínculo con el bebé. Además de alimentos naturales, agua pura y aire limpio, es imprescindible vivir una vida lo más tranquila y armoniosa posible, como lo afirma el profesor Jean Pierre Relier en su libro "Ama a tu hijo antes de que nazca". Podemos hablarle, tocarle a través de la barriga y sentir cómo él responde; proporcionarle bellas imágenes, música melodiosa y pensamientos positivos; utilizar la imaginación para visualizar un niño sano y feliz, y con las cualidades más honorables del ser humano... Estas herramientas no son sofisticadas, son formas simples y naturales de conectar y dar el cariño y la atención que el bebé necesita. Cada padre encontrará aquello que les inspire. No es necesario seguir al pie de la letra lo que dicen los libros o los cursos. Tan sólo escuchar y descubrir en nuestro interior lo que nos conecta con nuestro bebé de la manera más espontánea y placentera posible. ¡Dejaros sorprender!**

**Sin embargo en nueve meses se vive de todo, y habrá momentos duros. No se trata de forzarse a cantar una canción si estamos en otra onda (aunque nos puede ayudar). Tampoco hace falta preocuparse. El niño percibe todas nuestras emociones, y se enriquece de ellas, siempre y cuando estas emociones "negativas" no perduren en el tiempo. Sin embargo, lo que sí es importante es comunicarle lo que nos pasa. De la misma manera que a nosotros nos gusta que nos expliquen las cosas cuando algo "va mal", el bebé también lo necesita, tal y como lo afirma la pedopsiquiatra Françoise Dolto. Este esfuerzo por parte de la madre creará un vínculo con su hijo/a, que le permitirá comprender que la vida puede tener momentos duros y que éstos se pueden superar. Incluso las situaciones más traumáticas, le pueden ser explicadas como a un pequeño adulto, evitando que le dejen una huella que pueda marcarle para el resto de su vida.**

**Aquellos de nosotros que no dispusimos de estas informaciones en el momento de dar vida a nuestros hijos, no debemos culpabilizarnos por ello. Hicimos lo mejor con las herramientas que disponíamos. Lo importante, es que ahora podemos entender mejor a nuestros hijos y a nosotros mismos.**

**En conclusión, conocer la vida de nuestro bebé, estos primeros y significativos 9 primeros meses, permite a los futuros padres crear un vínculo fuerte con sus hijos, base sólida para una vida feliz y una relación rica y profunda. Es tiempo de difundir esas informaciones en el mundo, no solamente a los futuros padres, pero también a los jóvenes (los adultos de mañana), a los profesionales del nacimiento, etc. Eso es uno de los objetivos principales de la Asociación Española de Educación Prenatal, a su vez parte de un amplio proyecto Europeo.**

**La sociedad del mañana estará en manos de nuestros hijos. Preparar un mundo con más respeto, con más empatía, con más confianza, y con más vida,... es nuestra responsabilidad de hoy. Ofrecer estas cualidades en los momentos más significativos de la vida de nuestros hijos, como es su venida al mundo, es nuestra obligación.**

**Véronique Batter**

**Directora del Proyecto AlmaNacer y Administradora de RedlLimitada**

móvil: 677 213 511; [vero@almanacer.es](mailto:vero@almanacer.es); [www.almanacer.es](http://www.almanacer.es)