

La mente del bebé recién nacido

David Chamberlain

La mente del bebé recién nacido

© David Chamberlain (por los textos)

© Núria Martí (por la traducción)

© Marilena Oprean (por la cubierta)

© Hanus y Mechtild Papousek (por la figura página 109)

© Editorial OB STARE (para esta edición)

www.obstare.com | obstare@obstare.com

ISBN: 978-84-941826-5-5

A Donna Snouffer Chamberlain,
Comadrona de
La mente del bebé recién nacido

Índice

Introducción

Primera parte: Tu extraordinario hijo recién nacido

Segunda parte: El bebé recuerda su nacimiento

Tercera parte: El nacimiento visto desde dentro

Conclusión

Una perspectiva del décimo aniversario

Apéndice I: Un apunte sobre el aborto

Apéndice II: Un apunte sobre el sentimiento de culpa
de los padres

Fuentes y lecturas

Sobre el autor



La historia de los nueve meses anteriores al nacimiento de un ser humano es, probablemente, mucho más interesante y contiene acontecimientos más trascendentales que los setenta años siguientes.
Samuel Taylor Coleridge, 1840.

Introducción

¿Qué es lo que ves al observar los brillantes ojos de un recién nacido mirándote fijamente? ¿Son realmente los de una persona? Este bebé que frunce el ceño en silencio o se pone rojo de rabia, ¿puede pensar y sentir? A pesar de su pequeño tamaño produce un convincente ruido, pero ¿está diciendo algo en realidad?

Hasta hace poco existían muchas teorías sobre los recién nacidos, pero eran pocos los hechos conocidos. Durante innumerables siglos han estado separados del resto de nosotros por un velo de ignorancia. Aunque hayamos permanecido tan cerca de ellos, hemos ignorado lo sorprendentes que son. La sabiduría popular acerca de los recién nacidos se basaba en las patentes limitaciones de su tamaño, peso y fuerza muscular.

Por consiguiente, aunque se describieran a veces como unos seres adorables, se les consideraba incapaces, infrahumanos, prehumanos, torpes e insensibles y, como tales, eran tratados. La ciencia del siglo xx sostenía que los llantos de los recién nacidos eran meros sonidos «casuales»; sus sonrisas, solo «gases», y sus expresiones de dolor, simples «reflejos». La falsa información que ha existido sobre ellos ha hecho que la tarea de la crianza de los hijos fuera más difícil, y la primera infancia, más desdichada.

Ahora está surgiendo un futuro más brillante para los bebés, ya que en los últimos veinticinco años se ha estado investigando sobre ellos. La combinación sin precedentes del interés que han despertado, de las grandes sumas de dinero público y privado invertidas y de los innovadores métodos de estudio empleados han producido una nueva información en gran parte sorprendente. Las contribuciones a nuestro creciente conocimiento sobre el recién nacido proceden de diversos campos científicos, desde la embriología hasta la psicología.

Como la mayor parte de esta información se ha escrito en el lenguaje propio de los especialistas y se encuentra principalmente en las bibliotecas académicas, pocos padres han podido acceder a ella o han tenido el tiempo y la oportunidad de considerar estas distintas conclusiones como un todo. Este libro reúne los hechos más importantes incluidos en esta extensa literatura con el propósito de darlos a conocer a los lectores, en especial, a los nuevos o futuros padres. Aunque no se trate de una obra con notas a pie de página dirigida a especialistas, el lector interesado encontrará las fuentes y las lecturas apropiadas para cada capítulo al final del libro.

Los investigadores más destacados alaban ahora a los recién nacidos. Berry Brazelton, de Harvard, los califica de «talentosos»; Hanus Papousek, pionero alemán en estudios infantiles, de «precoces»; el famoso pediatra Marshall Klaus, de «sorprendentes». Y el profesor T. G. R. Bower, uno de los investigadores infantiles más innovadores y productivos, declara que son «sumamente competentes» en cuanto a percepción, aprendizaje y comunicación se refiere.

Los bebés han alcanzado la mayoría de edad en nuestro siglo. Como se ha descubierto tanto sobre ellos y este impulso no ha dejado de aumentar, creo que el siglo xx ha sido el del recién nacido, la época en la que por fin hemos obtenido un conocimiento pleno y objetivo de todo lo que son.

A principios del siglo xx solo existía un puñado de trabajos científicos sobre los recién nacidos en todo el mundo; a mediados, podían ya citarse casi quinientos. En los años sesenta y setenta, las publicaciones serias sobre esta literatura incluían al menos dos mil obras y artículos. Esta explosión informativa continúa. Los bebés se han medido por dentro y por fuera, han sido filmados con cámaras que permitían incluso analizar los microsegundos, se han observado durante infinidad de horas y examinado a través de inteligentes experimentos. Los resultados demuestran que captan información constantemente y que aprenden de su experiencia, igual que nosotros hacemos.

Uno de los aspectos más emocionantes de este nuevo conocimiento es el haber comprobado las capacidades del bebé en épocas cada vez más tempranas de la vida. Las tablas que calculaban las distintas edades en las que debían surgir determinadas aptitudes tuvieron que modificarse una y otra vez hasta retroceder casi al momento del parto. Muchas capacidades son innatas y parecidas a las de los adultos, y este descubrimiento ha sorprendido a los investigadores y ha echado por tierra algunas teorías. Una regla fundamental de la psicología evolutiva —que todas las conductas complejas se inician como simples conductas y se van desarrollando gradualmente— se ha vuelto obsoleta. Sorprendentemente, muchas conductas se inician siendo ya complejas.

Lo cierto es que gran parte de lo que tradicionalmente se creía sobre los bebés era falso. Hemos comprendido mal y subestimado sus capacidades. No son seres simples, sino complejos, pese a su corta edad: son pequeñas criaturas con unos pensamientos asombrosamente amplios.

El recién nacido sabe mucho más de lo que suponíamos. Tras haber visto el rostro materno durante algunos minutos después de nacer, puede ya identificarlo de entre una exposición de fotos. También reconoce el sexo de otros bebés aunque los vistamos con ropa del sexo contrario, siempre y cuando este se mueva, algo que los adultos no podemos hacer. Es mentalmente curioso y está ansioso por aprender. Fíjate con qué

soltura un recién nacido coordina sus sentidos: gira los ojos y la cabeza al unísono hacia el lugar del que procede el sonido; levanta las manos para protegerse los ojos de la brillante luz; mama y respira con perfecta sincronía en su primer contacto con el pecho materno, y grita y se retira al practicarle un corte en el talón para obtener una muestra de sangre.

El territorio de la vida anterior al nacimiento ha sido explorado como nunca antes se había hecho. Mediante la maravillosa técnica del microscopio electrónico, la fibra óptica y las lentes especiales, de la ecografía y de otros inventos destinados a la medición, así como de las técnicas de laboratorio, podemos obtener una visión completa del desarrollo de cualquier parte del sistema físico antes de nacer. Estos descubrimientos se han sumado a las numerosas capacidades del recién nacido que ya conocíamos.

Los neurocientíficos han descubierto la tabla cronológica del desarrollo del sistema nervioso. Por ejemplo, los estudios han demostrado que el sentido del gusto empieza a funcionar aproximadamente a la 14ª semana después de la concepción, y el sentido del oído, a la 20ª semana. Al cabo de solo ocho semanas de gestación, al acariciarle las mejillas al bebé no nacido con un fino cabello, se producen reacciones que indican que la sensibilidad táctil ya se ha establecido. Durante la gestación van instalándose todas las estructuras, lo cual permitirá al recién nacido utilizar el sentido del olfato igual que lo hace cualquier adulto. También se da un desarrollo similar para poder usar la gran gama de facultades visuales. Se ha demostrado en muchos experimentos que el recién nacido está capacitado para el aprendizaje.

Una gran cantidad de descubrimientos científicos confirman lo que muchos padres y abuelos ya sabían: que el recién nacido es una persona de verdad. El entusiasmo que mostraban los padres por las capacidades del bebé solía calificarse de vanidad, parcialidad o de alucinación. Ahora, la ciencia confirma que el recién nacido es un ser social capaz de establecer estrechas relaciones, expresarse con energía, mostrar

preferencias e influenciar a los demás desde el primer momento. Puede integrar una compleja información procedente de numerosas fuentes y, con la pequeña ayuda de sus amigos, empezar a regularse a sí mismo y ajustarse al entorno.

Mitos sobre el recién nacido

EL RECIÉN NACIDO NO SIENTE. Algunas enfermeras y médicos siguen diciendo a los padres que su bebé en realidad no siente, que no sufrirá con el tratamiento médico ni echará de menos a su madre si tiene que quedarse en la unidad de neonatología del hospital. Se consideraba que no necesitaban ser anestesiados en el caso de operarles. La sala de partos, los instrumentos obstétricos y las rutinas médicas se diseñaron antes de creer que el recién nacido fuera capaz de sentir y, por tanto, no se tuvo en cuenta su comodidad. Las habitaciones son frías; las luces, cegadoras; las superficies, duras y planas; la atmósfera, ruidosa, y se manipula al bebé con demasiada brusquedad. Se le traumatiza y pincha de manera rutinaria.

De generación en generación, una desafortunada mayoría de bebés varones americanos han sido circuncisos por dudosas razones médicas, religiosas, culturales y estéticas. Solo puedo suponer que los padres lo toleraron porque creían que no sentirían que los estaban torturando. Pero no era así.

Los bebés, considerados incapaces de sentir, se convierten fácilmente en víctimas; en realidad dejan de existir y apenas se les conceden derechos. Antaño, las creencias más funestas de esta índole justificaron el infanticidio (mayoritariamente femenino) tan extensamente practicado a lo largo de gran parte de la historia humana. En la actualidad, están saliendo a la luz pública los maltratos que han sufrido los niños, lo que

antes fue la secreta violencia practicada por los padres. Podrían ser la última gran categoría de personas que ha sido objeto de incompreensión, discriminación y abusos.

En 1975, el obstetra francés Frédérick Leboyer exigió un nuevo enfoque para que los partos se produjeran sin violencia. Sus colegas rechazaron la necesidad de un cambio y recitaron públicamente el mito de que el recién nacido en realidad no siente ni sufre. Pero la verdad que acaba de descubrirse es que tiene todos los sentidos desarrollados y los usa igual que nosotros. Sus llantos de dolor son auténticos. Los insensibles hemos sido nosotros, y no ellos.

TIENE UN CEREBRO POBRE. Probablemente este sea uno de los mitos que más ha perjudicado al recién nacido. Basándose en la burda anatomía que presenta el cerebro en el momento del nacimiento, los científicos concluyeron que era «primitivo» y poco desarrollado, y que como solo tenía un cuarto de su peso y volumen real, era incapaz de realizar las funciones «más elevadas» de pensar, comprender y recordar.

Durante cien años, esta suposición ha regido tanto en la medicina como en la psicología, apoyando los abusos realizados en la obstetricia y la pediatría, y aceptándolos como parte normal del parto. Sin un cerebro, el recién nacido no podía tener experiencias, acumular historia, ser consciente de sí mismo ni tener inteligencia; es decir, no podía realmente estar presente. Este mito ha retrasado artificialmente el inicio de la buena crianza de los hijos y ha impedido reconocer públicamente que el recién nacido es una persona. El razonamiento fue el siguiente: sin un cerebro, no es una persona, y si no es una persona, no es necesario que los padres la cuiden bien.

Visto en retrospectiva, los expertos en el cerebro cayeron en uno de los errores más clásicos de la ciencia al diseccionarlo para descubrir cómo funcionaba. El problema radica en que el cerebro solo funciona adecuadamente como un todo. Si se separan sus partes, deja de ser un sistema. Y un error todavía más grave fue aislarlo de sus conexiones con

otros dos sistemas: el sistema endocrino y el sistema inmunitario. La medicina dividió oficialmente el territorio en tres especialidades distintas: la neurociencia, la endocrinología y la inmunología. Las investigaciones actuales demuestran que las tres se vinculan elegantemente en un fluido sistema de inteligencia central.

Que el cerebro es mucho más que la suma de sus partes ha quedado ilustrado en un debate que se ha prolongado durante décadas acerca de la vaina mielínica que protege las fibras nerviosas. Me topé personalmente con este muro cuando empecé a explicar a mis colegas los recuerdos natales que mis pacientes me contaban. Su reacción inmediata fue afirmar que aquello era imposible porque la mielinización de los conductos nerviosos no se había completado aún en el momento de nacer y, por tanto, las señales no podían fluir adecuadamente por el sistema nervioso. Pero lo cierto es que la mielinización se inicia en algunas zonas pocas semanas después de la concepción y no finaliza hasta alcanzar la adolescencia. Por tanto, no sirve para medir lo que el cerebro de un bebé es capaz de hacer.

SU CEREBRO ES COMO UN MOTOR MONTADO EN CADENA. Otra idea falsa fundamental sobre el cerebro del recién nacido fue que era como un motor montado en cadena y que no podía funcionar hasta estar instalada la última pieza. Este error aumentó con el prejuicio de que las partes del cerebro formadas en primer lugar eran «primitivas» y menos valiosas que las últimas, mucho más sofisticadas e importantes. Esta teoría, que es una verdad a medias como máximo, ha impedido tanto a los científicos como a los padres valorar la inteligencia que ya existe antes de nacer y ha justificado ciertas prácticas inhumanas durante el parto. *Si las partes sofisticadas y «superiores» del cerebro aún no se habían desarrollado*, decía aquel razonamiento, *el recién nacido no podía tener experiencias importantes*. De modo que no podía recordar ni aprender.

La corteza cerebral, las estructuras simétricas de los hemisferios izquierdo y derecho del cerebro situadas en la parte superior del

cráneo, es la última en formarse y posee esas especiales circunvoluciones, las arrugas evolutivas más recientes que permiten al ser humano ser mucho más superior que las otras criaturas. Sin embargo, es falso concluir que la corteza cerebral no funcionaba hasta completarse y que el resto del cerebro no podía mantener ninguna actividad compleja. Mucho antes de que la corteza se formara totalmente, los complejos sistemas que nos permiten respirar, dormir, caminar, llorar, orientarnos espacialmente y movernos ya funcionaban. Los sentidos del gusto, el tacto, el olfato y el oído funcionaban y se coordinaban por completo entre sí. En el momento de nacer incluso la visión está ya muy avanzada, aunque la parte visual de la corteza no esté aún plenamente desarrollada.

EL RECIÉN NACIDO NO PUEDE PENSAR. Hasta hace poco, los expertos en el cerebro coincidían en general en que el recién nacido, al igual que Winnie the Pooh, el entrañable personaje de un cuento infantil, «tenía muy poco cerebro». Una obra reciente acerca de la naturaleza del recién nacido escrita por un célebre psicólogo de Harvard afirma que la corteza cerebral del recién nacido se parece a la de una rata adulta.

Si está tan pobremente equipado, ¿cómo podría pensar? Los psicólogos especializados emplean grandes palabras para negar la actividad mental del recién nacido: presimbólica, pre-representativa, prerreflexiva. Es decir, no puede hablar ni pensar. Esto se relaciona con otro mito: que para pensar es necesario saber hablar. Pero las investigaciones recientes han demostrado que un bebé piensa mucho, al margen de que sepa hablar o no. Puedes comprobarlo observando cómo alarga los bracitos con alguna intención, lanza una curiosa mirada, frunce el ceño (o grita) en protesta, gorjea de satisfacción o da un gritito ahogado de excitación. El recién nacido escucha también atentamente los cuentos que su madre le lee y prefieren escucharlos de nuevo aquellos niños que ya los habían oído semanas antes de nacer. Y toma nota: escuchan con atención mientras la madre lee hacia adelante, pero dejan de hacerlo en cuanto ella se pone a leer hacia atrás (frases sin sentido), otro indicio de que pueden pensar.

Y lo que es más revelador aún: son grandes soñadores, según los estudios realizados a través de electroencefalogramas. Sueñan mucho más de lo que tú y yo soñamos. La meticulosa observación realizada por los científicos de los movimientos y las expresiones faciales de un bebé mientras duerme ha demostrado que cuando sueñan actúan y mueven los ojos igual que los adultos. ¿Cómo podrían soñar si no fueran capaces de pensar?

NO ES CONSCIENTE DE SÍ MISMO. Como sus sentidos físicos y su cerebro no han acabado de formarse, el mito continúa afirmando que el recién nacido no puede ser consciente de sí mismo ni de los demás. Los psicoanalistas han declarado que el bebé es «autista» y no responde a las señales sociales, aún no está preparado para mantener relaciones y menos todavía para comunicarse.

Jean Piaget, el conocido psicólogo suizo, eligió la palabra «solipsista» para describirlo, queriendo dar a entender que el recién nacido no mantenía contacto alguno con el mundo exterior y que estaba totalmente centrado en sí mismo. Esta teoría ya no es defendible. Aunque Piaget fuera un teórico puntero en la psicología evolutiva, no gozaba del conocimiento que actualmente tenemos sobre el recién nacido. Enseñó que este necesitaba dieciocho meses para escapar de su «egocentrismo» y dejar de verse como un objeto más.

Los estudiantes de Piaget continuaron manteniendo esta opinión. Burton White, psicólogo de Boston, escribe que el recién nacido está indefenso y que no puede pensar, hablar o socializar con otros seres humanos o ni siquiera desplazarse deliberadamente. Afirma que durante las primeras semanas de vida no se interesa en realidad por ningún aspecto del ambiente que le rodea.

Pero si aceptas esta opinión, no intentarás mantener un íntimo diálogo con tu hijo recién nacido y te privarás de los numerosos regalos que está dispuesto a darte. Tú y tu hijo no sois dos seres extraños que no se conocen, sino que estáis vinculados. Vuestra relación constituye un

dueto, no un solo. El bebé observa atentamente los cambios de tu rostro y puede imitar al instante expresiones de tristeza, felicidad y sorpresa. Escucha con increíble precisión las palabras de los adultos. Las filmaciones muestran que inicia y sigue el diálogo que mantiene con sus padres.

Si estuviera abortado en su propio mundo, no analizaría ni respondería con tanta intensidad a los sonidos. El recién nacido deja de comer, aunque esté hambriento, para escuchar algo interesante. Si oye llorar a otros bebés, normalmente se echa también a llorar. Y si escucha una grabación de su propio llanto, puede que de pronto deje de llorar, lo cual indica que es consciente de sí mismo.

Los psicólogos han estado encontrando precursores que piensan que el niño es consciente de sí mismo antes de cumplir dos o tres años, época en la que se creía que empezaban a serlo. Un experto en la materia escribe que los bebés descubren que tienen una mente y que los demás también la tienen a los nueve meses. Colwyn Trevarthen, psicólogo infantil de la Universidad de Edimburgo, cree que las interrelaciones entre la gente son innatas en el ser humano y que ya se aprecian en el recién nacido.

EL RECIÉN NACIDO NO NECESITA A SU MADRE. Este mito justifica el hecho de dejar a los bebés en los nidos de los hospitales lejos de sus madres, práctica que se decía era necesaria para asegurar que estuvieran sanos. Pero sucede todo lo contrario. El recién nacido recibe de su madre anticuerpos que le protegen de las infecciones, así como la atención que no puede recibir en el nido. El hecho de permanecer acostado junto a su madre le ayuda a regular la temperatura corporal, el ritmo metabólico, los niveles hormonales y enzimáticos, la frecuencia cardíaca y la respiración. Separar a un recién nacido de su madre le causa tanto una carencia física como un sufrimiento emocional.

Las madres saben en el fondo de su corazón lo que los científicos acaban de descubrir: que la relación entre madre e hijo es mutua, recíproca e incluso mágica. El llanto del recién nacido provoca que el

pecho de la madre segregue leche, la única leche perfecta que para él hay sobre la tierra. Después del parto, la lactancia acelera la expulsión de la placenta y protege a la madre de hemorragias. Además, en la mirada y el contacto del bebé hay un vital poder que activa los sentimientos y la capacidad necesaria para ser una buena madre. El bebé necesita oír la voz de su madre, aprender los ciclos del sueño y reconocer los olores corporales y expresiones faciales de esta. Necesita saber que ella se encuentra bien.

EL MITO DE LA EDAD. La edad es una especie de categoría que va en contra del recién nacido. Sin darnos cuenta, tendemos a pasar por alto los grupos de edades distintas a la nuestra, como la del embrión, el feto, el recién nacido, el niño, el adolescente o el anciano. De algún modo, esos «otros» se ven lamentablemente como seres inferiores, discapacitados e incapaces de ser personas como nosotros.

En general, la juventud se considera una categoría inferior. Creemos que un recién nacido no es lo bastante real como para ser escuchado, aprender de él o protegerle de un trato inhumano. Se convertirá en una persona más tarde, quizás cuando pueda caminar, hablar o ir al colegio.

Mitos aparte, el bebé parece actuar como un individuo mucho antes de nacer, dedicándose espontáneamente a actividades que le gustan, expresando preferencias por ciertos sonidos, movimientos y sabores y reaccionando ante el peligro en el útero. Una vez nace, a partir del primer día, se dedica a muchas complejas actividades integrando los sonidos y las imágenes, regulando su actividad y su descanso y demostrando un auténtico aprendizaje. Usando su capacidad para comunicarse, inicia un diálogo contigo y establece estrechas relaciones y, sin que te des cuenta, te empieza a enseñar a ser madre.

La emoción, un lenguaje para cualquier edad, se refleja en el rostro del recién nacido. Hemos tardado demasiado en reconocerlo. Observa si no las expresiones de felicidad, sorpresa, tristeza, miedo, rabia, disgusto, interés e inquietud de tu bebé.

Los recuerdos del nacimiento: una nueva frontera

Quizás la última gran barrera científica que impide aceptar plenamente que los recién nacidos son personas desaparezca al aceptar la posibilidad de que al nacer existe ya una compleja memoria personal. Los padres escépticos acaban a veces aceptando los recuerdos natales al oír a su hijo de dos años hablar espontáneamente acerca de ellos. Una vez sabemos que el recién nacido es muy bueno aprendiendo y que el aprendizaje y la memoria van de la mano, es fácil aceptar la existencia de los recuerdos natales. Algunos no necesitan convencerse porque han recordado su nacimiento a través de un método u otro. Otros los han descubierto bajo hipnosis o a través de los grandes progresos realizados en una terapia psicológica.

La memoria nos ayuda a ser conscientes de nosotros mismos; ambas cosas están ligadas, al igual que el aprendizaje y la memoria. Sin memoria, la experiencia no sirve de nada, y el sentido de uno mismo corre un grave peligro.

Lo más sorprendente de la mente del recién nacido es la capacidad de recordar el nacimiento y de recuperar de adulto este recuerdo en ciertas circunstancias. Los recuerdos natales son cápsulas del tiempo que constituyen una sorprendente prueba de la existencia de la personalidad y del pensamiento.

Descubrí la existencia de los recuerdos natales mientras trabajaba como psicólogo explorando el origen de algunos problemas con ayuda de la hipnosis. Mis pacientes no cesaban de recordar sus nacimientos, a veces sin que yo supiera que esto era posible. Los recuerdos que compartieron conmigo me impulsaron a aventurarme en un estudio e investigación que durarían trece años y que acabarían produciendo una serie de trabajos académicos con un montón de notas a pie de página, además de este libro. Tuve que aprender sobre los propios recién nacidos,

el proceso del nacimiento y la complejidad de la memoria y la conciencia. En esta obra te ofrezco mis descubrimientos más interesantes.

Mis pacientes no cesaban de contarme, con bastantes detalles, lo que les había ocurrido al nacer e incluso las ideas que tenían cuando eran bebés. Descubrí que en sus pensamientos de «bebé» había una increíble madurez. Cada uno de ellos hablaba con conocimiento de causa y reconociendo su identidad. Conocían y amaban a sus padres. Su personalidad no parecía tener nada que ver con su tierna edad ni estar en vías de desarrollo en ningún simple sentido; ya estaba en su interior desde el principio.

Conmovido por esos relatos, empecé (con el permiso de mis pacientes) a grabarlos, y al final acabé por recoger, transcribir y estudiar cientos de grabaciones. En 1980 inventé un método para demostrar que los recuerdos eran reales: comparar mediante hipnosis los recuerdos de la madre con los del hijo/a.

Algunas personas, mientras están bajo hipnosis, recuerdan algo con una inusual viveza o detalle. Esta capacidad, llamada hipermnesia, ha sido estudiada, admirada y cuestionada por los expertos durante décadas. Recientemente, una importante publicación sobre los experimentos realizados en este campo ha confirmado que los sujetos hipnotizados recuerdan mucho más el material tanto verbal como no verbal de un suceso, siempre que este sea importante y se obtenga con un método llamado «libre recuerdo». Los estudios demuestran que los sucesos que contienen fuertes imágenes, emociones, sensaciones o un significado especial se recuerdan con más facilidad. No obstante, pueden desvanecerse si el entrevistador formula al paciente preguntas demasiado directas, le sugiere respuestas o usa técnicas que le instan a responder y le confunden mientras está intentando recordar.

Es raro oír un relato que describa momento a momento el nacimiento, aunque mucha gente sea capaz de tener recuerdos natales. Estas sorprendentes historias poseen todas las ventajas del lenguaje madu-

ro, porque el recién nacido ha crecido. Revelan los pensamientos lúcidos y profundos que surgieron durante el nacimiento.

Desde que en 1975 un paciente me contó por primera vez sus recuerdos natales, he escuchado tanto historias inspiradoras como deprimentes. Quizás, como soy psicólogo, y la gente siente deseos de acudir a mí porque sufre, he tenido que enfrentarme repetidamente a las heridas ocultas que dejan las palabras hostiles, los arrebatos o las inquietantes preguntas surgidas durante el nacimiento. Estas «marcas de nacimiento» psicológicas pueden y deberían evitarse. Se necesitan terapias creativas que traten estos problemas producidos durante el nacimiento.

Puedo asegurarte que no todos los niños nacen con problemas psicológicos. Los bebés que son bienvenidos al ser concebidos, cuidados durante la gestación y dulcemente recibidos por unas amorosas manos al nacer empiezan la vida de una manera positiva. Contemplan el mundo con un inmenso interés y curiosidad, actúan como si se sintieran seguros y establecen un sólido vínculo con sus padres.

Probablemente cientos de adultos han recuperado por propia voluntad sus recuerdos natales o prenatales con la ayuda de un «renacedor», un terapeuta «primal» o un «oyente» dianético. Un menor número de ellos los han descubierto por casualidad mientras experimentaban algún estado alterado de conciencia: en un viaje psicodélico, en un sueño, durante una fantasía o una meditación. Y otros pocos afirman haber recordado siempre partes de su nacimiento, aunque no se hayan atrevido a decirlo por miedo al ridículo. A medida que los recuerdos natales van teniendo mejor acogida, son más los adultos que se atreven a revelarlos. Si te encuentras entre ellos, me gustaría que los escribieras y me los enviaras.

Hasta ahora, los coherentes relatos obtenidos en estado de hipnosis que narraban paso a paso el nacimiento solo podían conocerlos principalmente un pequeño círculo de profesionales. Pero ahora se ofrecen por primera vez en esta obra con la generosa autorización de todos los hombres, mujeres y niños implicados. Los relatos textuales se

han corregido para que sean más breves, suprimiendo las repeticiones (innecesarias) y revisando la gramática; también se ha omitido lo que yo decía en las sesiones. Así son más fáciles de leer.

En sus recuerdos natales, los «bebés», ahora convertidos en adultos, describen lo que experimentaron durante el parto, cómo les trataron las enfermeras y los médicos y qué dijeron e hicieron sus padres. Esta clase de recuerdos inquietan a los padres, suscitan controversias entre los científicos y no siempre pueden explicarse dentro del limitado marco del conocimiento presente.

Nuestros descubrimientos sobre los recuerdos natales concuerdan con los hallazgos de las investigaciones modernas: el cerebro, el sistema nervioso y los sentidos físicos del recién nacido se mantienen activos y coordinados; la mente del bebé siente y expresa una normal variedad de emociones humanas mientras está alerta y receptiva, explorando e incorporando cada nueva experiencia.

Mientras se consideró que el recién nacido era insensible y no podía pensar, es lógico que no se aceptara que fuera capaz de recordar y que no se tuvieran en cuenta las pruebas que lo demostraban. Este escepticismo ha perdurado hasta ahora. Como las publicaciones especializadas en psicología e hipnosis se mostraban reacias a publicar artículos sobre recuerdos natales, los trabajos americanos sobre este campo se publicaron a veces en el extranjero porque se acogían con una actitud más receptiva.

En 1971, los psiquiatras europeos fundaron en Viena una asociación profesional —e iniciaron diversas publicaciones (en alemán) dedicadas a la psicología prenatal— que ahora se llama Sociedad Internacional de Psicología y Medicina Prenatal y Perinatal (ISPPM). Como en 1983 las sociedades profesionales existentes rechazaron los artículos y los simposios propuestos por esta sociedad, los investigadores y terapeutas de Canadá y EE.UU. organizaron lo que en la actualidad se conoce como la Association for Pre- and Perinatal Psychology and Health (APPPAH). Yo fui uno de ellos. En la primera reunión de este nuevo grupo, quinientas

personas pudieron escuchar a cincuenta y cinco conferenciantes de nueve países. A partir de entonces, cada dos años se ha venido celebrando este evento.

Gracias a las innumerables pruebas sobre la capacidad del recién nacido y a los increíbles avances realizados sobre el cerebro, la mente y la conciencia, podemos ahora valorar los recuerdos natales con más sensibilidad. Se merecen que los analicemos atentamente. Lo que aprendamos de ellos puede cambiar nuestra forma de vivir; de abordar la maternidad/paternidad, la concepción, la gestación y el parto; y de educarnos unos a otros. Algunos recuerdos natales perturban las preciadas creencias científicas y las expectativas de los padres. Pero a quienes escuchamos atentamente nos enseñan muchas cosas sobre la diferencia entre el cerebro y la mente, sobre las terribles consecuencias de los traumas natales y, quizás, lo más importante de todo, sobre la nueva dimensión de la conciencia humana.

Los relatos natales son pequeños documentos, historias privadas con un significado público. Después de escuchar tantos, he comprendido cómo se estropean los comienzos, se arruinan los momentos sagrados y se crean obstáculos que generarán frustración y desdicha. Un mal nacimiento puede ser como tener una espina clavada que no cesa de infectar la herida que ha provocado. Los relatos natales revelan, además, la calidad de vida que tienen los padres y las madres, y el virtuoso carácter de los profesionales que les ayudan. Estos relatos nos recuerdan que un nacimiento seguro y significativo no es una casualidad, sino un «bendito» acontecimiento que inspira a toda la gente que ha participado en él.

En el siglo xx se ha dejado de pronto de nacer en casa para hacerlo en el hospital. Aquello que siempre había sido un acontecimiento familiar se ha convertido en un evento médico, y la calidad psicológica del alumbramiento se ha resentido con ello. El recién nacido dramatiza este hecho en sus recuerdos natales. Teniendo en cuenta su testimonio, hemos tardado demasiado en reconocer los efectos negativos que un mal

nacimiento puede tener sobre el cuerpo y la mente. Debemos despertar a la necesidad de un buen nacimiento.

Quizás no estés preparada para la sabiduría y la madurez que demuestran estos relatos natales. En cuanto a su profundidad y calidad, los pensamientos de un recién nacido van mucho más allá de lo que nunca se había podido predecir ateniéndose a su edad cronológica o a la condición física de su cerebro. Por eso, a algunas personas les es imposible creer en los recuerdos natales. Pero cada vez hay más pruebas. Los viejos mitos que durante tanto tiempo han condenado al recién nacido a una categoría inferior se cuestionan en esta obra.

Mientras lees este libro, quizás descubras lentamente en tu interior que esta nueva fuente de información sobre el recién nacido no trata solo de él sino que constituye al mismo tiempo una información vital sobre nosotros, una ventana que nos permite entrever aquello que nos convierte en personas. En estas páginas tal vez veas algo que te haga preguntarte cómo influyó en ti tu propio nacimiento. Aunque esta no sea una obra terapéutica sino acerca del recién nacido, encontrarás algunas pistas sobre la conexión que existe entre el nacimiento y la vida, que le sigue en distintas partes del texto. El capítulo de Fuentes y Lecturas te ofrece una serie de obras sobre este tema.

A medida que leas la información sobre la madurez del recién nacido y el desarrollo de la vida intrauterina, tal vez te preguntes inevitablemente cómo afecta todo esto al tema del aborto. Para los lectores que deseen conocer qué pienso y siento en relación al aborto, he hecho algunos breves comentarios en el Apéndice I. De igual modo, sé con cuánta frecuencia suelen los padres preocuparse o culparse por el daño que puedan haber infligido a sus hijos con sus acciones durante la gestación o el parto. En el Apéndice II les dirijo algunas palabras de consuelo y varios consejos sobre este tema.

A continuación, encontrarás relatos de nacimientos felices y relatos de nacimientos desgraciados. Conocerás la sabiduría del bebé

«de su propia boca» y la efectividad que demuestra, que parece no tener nada que ver con la edad. Tal vez la información te sorprenda, te despierte curiosidad acerca de ti, te confirme las secretas intuiciones que ya tenías sobre los bebés y aumente la veneración que sientes por la vida.

Primera parte
Tu extraordinario hijo recién nacido

Capítulo 1

El desarrollo del cuerpo y del cerebro

Las mujeres han criado a sus hijos desde el inicio de la raza humana, pero nunca lo han hecho con la visión interior que se puede tener hoy día. El crecimiento del recién nacido ha dejado de tener lugar en una oscura matriz bañada en misterio y cubierta por un velo de ignorancia. Ahora, a través de las numerosas «ventanas» que la ciencia ha abierto, puedes ver lo que ocurre en tu interior.

Una ventana, abierta por la embriología, te permite ver qué partes del bebé se van desarrollando cada día, cada semana y cada mes. Te describe en cualquier momento al ser que estás engendrando. La tabla del crecimiento del niño intrauterino está llena de sorpresas: conocerlas te ayudará a saber con más profundidad cómo influyes en tu bebé.

A través de otra ventana, abierta por los neurocientíficos y los bioquímicos, puedes observar el cerebro de una forma nueva y comprender cómo es posible que tu hijo muestre tantos signos de inteligencia antes de nacer. Este conocimiento te ayudará a comprenderte tanto a ti misma como a él. La nueva información sugiere que las madres y los padres no necesitan esperar para mantener una significativa interrelación con su bebé recién nacido. El secreto para comunicarte con el silencioso útero es saber lo que está sucediendo en él.

La magia de la concepción

LeAnn había estado anotando su temperatura y los ciclos de fertilidad en el calendario. Una noche después de hacer el amor con su esposo, mientras yacía semidespierta en la cama, antes de dormirse del todo, tuvo la clara sensación de que le ocurría algo espiritual a su cuerpo. Al despertar a la mañana siguiente, anunció: «Nuestro bebé ha llegado». Marcó con un círculo aquella fecha en el calendario y escribió: «Concebido». Dijo que el sentimiento había sido único y claro. Y tuvo razón.

¿Cómo puede una mujer sentir que acaba de concebir? El proceso es infinitesimal y sutil. Unas dos semanas después de la menstruación, un solo óvulo espera la llegada de una vorágine de espermatozoides durante el coito. Aunque los doscientos millones de espermatozoides que han sido emitidos parezcan desesperados por llegar hasta allí, el microscopio electrónico muestra que en cuanto tocan el óvulo, se pegan a él con un gran abrazo hasta que uno de ellos es atraído hacia el interior. La membrana del óvulo fecundado se transforma entonces para impedir el paso al resto de espermatozoides. Si este proceso tiene éxito, como ocurre el cuarenta por ciento de las veces, la gestación se inicia.

En las primeras veinticuatro horas después de que el espermatozoide se haya fusionado con el óvulo, la célula fertilizada se divide en dos. Esto va ocurriendo una y otra vez en un proceso de transformación y diferenciación de las células hasta producir varios cientos de millares de millones de células organizadas en todas las estructuras corporales y órganos del bebé. En la actualidad, las fotografías registran las etapas de crecimiento que tienen lugar en todas las partes del cuerpo.

Diez días después de la concepción, este diminuto grupo de células multiplicativas (llamado blastocito), apenas visible a simple vista, emprende un lento viaje hacia el útero. Ahora, el privilegiado blastocito —de nuevo ocurre el cuarenta por ciento de las veces— encontrará un lugar seguro donde alojarse en la pared del útero.