



# Educación Prenatal: Una esperanza para el futuro Prenatal education: A hope for the future

**Carmen Carballo Basadre<sup>1</sup>**

Asociación Nacional de Educación Prenatal  
(ANEP) España

## RESUMEN

La educación prenatal, desde la perspectiva de los descubrimientos científicos de los últimos decenios, podría convertirse en un agente de cambio social importante y en una alternativa para la transformación de la humanidad, al ser en esta etapa donde se sientan las bases de la futura salud física, mental y emocional de adultos.

Dado que los adolescentes son futuros padres y madres, es importante que puedan acceder a estas informaciones sobre la vida prenatal, a fin de que puedan ir preparándose, para cuando llegue ese momento, desde la conciencia y la responsabilidad.

La educación prenatal, se plantea educar en el respeto a la vida, ofrecer una alternativa que complementa, desde una perspectiva más profunda, la educación sexual que se viene

transmitiendo en el sistema educativo, y fuera de él, centrada, fundamentalmente, en cómo evitar los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual. Hacer tomar conciencia de que la responsabilidad de traer un ser al mundo es algo compartido, y que nos afecta a todos.

Para ello, informamos de la importancia de prepararse antes de concebir, del momento de la concepción, y la grabación que de él haga la primera célula que se va a crear, pues, aquí estará el punto de partida de la educación del nuevo ser, que continuará durante la gestación, el nacimiento y la lactancia.

El resultado de las evaluaciones realizadas en los centros educativos muestran el interés que esta información suscita y la necesidad de incluirla en el currículo escolar. Así como la necesidad de informar a toda la sociedad. Les estaríamos dejando a las generaciones venideras, un legado útil y valioso, pues, podría contribuir a traer al mundo seres que crearían, desde esta nueva visión de la paternidad- maternidad, la armonía en el interior de sus familias y de toda

<sup>1</sup> Profesora Historia del Arte, Expresión y Teatro.  
Asociación Nacional de Educación Prenatal (ANEP) España  
[carmencarballo22@gmail.com](mailto:carmencarballo22@gmail.com)  
Avenida, Costa del Sol nº 23- 5w. 18690 Almuñécar, España  
<https://orcid.org/0000-0002-8210-6727?lang=es>



la familia humana, aportando un nuevo modelo de sociedad, basado en la Paz, el Amor y la Justicia.

**PALABRAS CLAVE:** Educación Prenatal, Paternidad-Maternidad Responsable, Sexualidad y Amor, Preparación, Concepción, Gestación, Nacimiento, Pedagogía Formación.

### ABSTRACT

Based on the scientific discoveries in the last decades, pre-natal education could turn to be an agent of important social change as well as an alternative for humanity's transformation. This perspective could be considered as the foundation for physical, mental, and emotional health of future human beings.

Given that teenagers are the future parents, it is important that they have access to prenatal-life information, in order to start preparing themselves. In this way they can be conscious and responsible when the moment comes to become parents.

Prenatal education embraces the respect for life, offering a complementary approach and a deeper perspective to the current sexual-education provided in the educational system. Prenatal education goes beyond basic information on how to avoid unwanted pregnancies and sexually transmitted diseases. It focuses on the idea of responsibility of what means to bring a human being to the world, how this is a shared interest, and how this has an effect on everyone.

Therefore, we emphasize the importance of the preparation stage before conception; as well as the importance of the moment of conception; given that this will leave a recording in the first cell that will be created. Here is where the starting point of education for the new human being begins. This education will continue during the stages of pregnancy, birth, and breastfeeding.

The outcomes obtained from groups tested in schools, give evidence of the interest that students have toward this topic. This shows the need to include prenatal education information in the schools' curriculum as well as the need to transmit it to the community. We would give to future generations a useful and valuable legacy. This would contribute to raise human beings with a new parenting vision, which would foster harmony inside their families, and therefore the whole human family. This would be manifested in a new model of society based on peace, love and justice.

**KEYWORDS:** Pre-natal education, Responsible Parenting, Sexuality and Love, Preparation, Conception, Pregnancy, Birth, Pedagogy, Child Rearing.

### 1.- INTRODUCCIÓN

*“No basta con que las familias tengan muchos descendientes, lo más importante es que nazcan bellos seres humanos. Gracias a ello las ciudades tendrán paz y las casas serán gobernadas con sabiduría”*

Ocelle de Lefkade. Pitagórico

Quiero comenzar esta comunicación planteando una serie de interrogantes que, quizás, a medida que avance y que se vaya desarrollando la misma, puedan servir de base para la reflexión y para acercarnos a vislumbrar una respuesta. En todo caso necesitaré Estudio, Investigación y Formación.

¿Es posible transformar a la humanidad y solucionar de una manera eficaz y duradera los problemas que la atenazan?

¿Podemos cambiar la actual sociedad egocéntrica, que está en la base de estos problemas, y llegar a vivir en un mundo regido por las leyes del Amor, y de la Armonía, donde



todos los seres humanos puedan alcanzar la Felicidad, la Plenitud y la Abundancia?

Estamos viviendo tiempos difíciles, complejos y muy delicados, nos encontramos ante numerosos retos personales, familiares y sociales. Necesitamos encontrar respuestas urgentes para solucionar los problemas en los que estamos inmersos: guerras, pobreza, hambre, contaminación, violencia de todo tipo...

Por ejemplo, con respecto al tema de la violencia, según demuestran los estudios de Adrian Raine, de la Universidad de los Ángeles, si un niño ha sido violentado en el útero, tiene una predisposición mucho mayor que otros a la violencia, siendo además muy difícil de erradicar.

Entonces, ¿Cómo crear un nuevo modelo social, basado en el Respeto al Ser Humano y a la Naturaleza?

¿Cómo tejer unas relaciones nuevas, más sanas y armoniosas entre padres-hijos, entre profesores-alumnos y en la sociedad en general?

Hasta este momento, los métodos que hemos venido utilizando sólo no parecen solucionarlos de una manera satisfactoria y duradera, sino que, al contrario, podemos observar y constatar, con un sentimiento de impotencia, como en lugar de disminuir, aumentan.

Sabemos que la educación es un factor importante y poderoso para el cambio y la mejora de las sociedades, y la historia nos ha dado pruebas de ello, a lo largo del tiempo. Hasta ahora siempre se había pensado que la educación era la que podíamos dar a un ser cuando había nacido, y con este fin se han creado Escuelas, Universidades, Sociedades de Estudio e Investigación variadas... pero podemos observar como a pesar de todas las que tenemos y de la transmisión de conocimientos e información, que se da en ellos, la situación no mejora de una manera duradera.

Quizás porque, entre otras razones, la "Escuela", en los últimos tiempos, se ha enfocado demasiado en la instrucción y ha olvidado la dimensión educativa, el desarrollo integral del ser, la transmisión de valores. En cuanto a los padres no tienen tiempo para educar o les faltan las herramientas adecuadas, para afrontar y solucionar los problemas con los hijos. Y los medios de comunicación, en general, tampoco colaboran, ni ofrecen modelos que sean válidos, para hacer tomar conciencia y transformar la sociedad. Basta con ver la TV, y los programas que pasan, el cine, el teatro...

Lo cual nos lleva a constatar, desgraciadamente, como la violencia y la conflictividad, personal, familiar y social en todos los sectores crece. Por una parte, debido a la situación de las condiciones familiares o sociales desfavorables, por otra parte, por la falta de referencias, de ideales, de perspectivas de futuro, y por la ausencia de valores éticos que dominan la sociedad. **Habría que devolver pues, a la Pedagogía, su lugar como forjadora de caracteres nobles, íntegros, justos, amorosos, pacíficos, y no desde el ser ya nacido, sino desde el inicio de esa vida, desde la etapa prenatal.**

¿Quizás, por lo tanto, ha llegado el momento de buscar otras alternativas, de explorar lo inexplorado, de abrir la puerta a nuevos horizontes, de intentar probar otras vías, de ir a las raíces donde todo se origina?

Generalmente, la mayor parte de las veces, se suele actuar sobre las consecuencias, con el fin de dar una respuesta inmediata a las situaciones que lo necesitan y paliar los problemas acuciantes ante los que se enfrenta la humanidad. Pero para solucionar algo, realmente, hay que ir a las causas. Es decir, a las raíces profundas que lo han originado.

Los descubrimientos científicos y psicológicos que se están llevando a cabo desde la década de los 80 del siglo pasado, desde campos como



el de la Medicina, la Biología, la Bioquímica, la Neurociencia, la Psicología... nos están indicando que esas “raíces” se encuentran en la etapa prenatal, y que es en ella donde se sientan las bases de lo que será nuestra futura salud física, mental y emocional, de nuestra forma de relacionarnos y comportarnos, incluso de nuestra creatividad, posteriores como adultos.

**“La educación, por lo tanto, comienza antes del nacimiento”.**

En este sentido **la Educación Prenatal se presenta como una revolución**, que remueve los cimientos de la idea que, hasta ahora, teníamos de la educación, y lo hace como una revolución pacífica, porque al ir a las raíces profundas donde todo se origina, podría, ser la solución y la respuesta a los conflictos y problemas actuales, de una manera duradera. **Se abre también con ella un campo amplio, vasto y rico a la Investigación Científica y a la Formación en el ámbito de la Pedagogía.** Y prueba de ello, es este Simposio, que acogemos con esperanza, entusiasmo y alegría.

El bioquímico japonés Kazuo Murakami dice:

**“Si el conocimiento puede contribuir a una vida mejor debemos utilizarlo ahora”**

Desde hace más de tres décadas, el concepto o la visión que teníamos de los niños antes de nacer se han transformado con el descubrimiento de las vivencias de estos durante la etapa prenatal. ¿Quién se iba a imaginar que los niños antes de nacer iban a percibir sensaciones, emociones o pensamientos de sus madres, y que además estos les iban a influir, que tendrían recuerdos, que harían ciertos aprendizajes, que se iban a sentir amenazados, violentados, o bien amados?

En realidad, lo que están descubriendo los científicos, gracias a los avances actuales de la ciencia y de la técnica, sobre la vida prenatal, aunque puedan parecernos ideas nuevas, lo cierto es que no lo son, ya se conocían y se

practicaban en las civilizaciones antiguas, en sus momentos de esplendor, como en la India, en China, en el mundo amerindio, en Grecia... tenemos numerosas citas y referencias en los textos conservados. Y también a lo largo de los siglos tenemos pinceladas aquí y allá de ella, y no sólo en las culturas más desarrolladas, también en las más primitivas de África o en la de los aborígenes de Australia...

Como dice Alfred Tomatis, médico otorrinolaringólogo y uno de los primeros pioneros en este campo de la educación prenatal:

*“A fuerza de reflexión y de intuición, los antiguos han propuesto hipótesis que hoy día la ciencia, con su arsenal tecnológico, no hace más que verificar”. (1990 P.191)*

A partir del siglo XVIII, con el desarrollo de la ciencia y de la técnica, estas ideas ancestrales quedaron soterradas, aunque en este mismo siglo, tenemos testimonios como los del escritor y teólogo suizo, Jean Gaspar Lavater (1741-1801) que decía: *“Si una mujer pudiera llevar el registro exacto de las intensas experiencias imaginativas que atravesaron su alma durante el embarazo, podría posiblemente conocer también con anterioridad los momentos culminantes en el devenir filosófico, moral, intelectual y fisiognómico de su hijo”.*

O los del novelista Johan Karlz Wezel, que apuntaba la idea de: *“Si bien no en todos los casos, la mayoría de los fenómenos que para asombro de doctos e iletrados afectan a tantos seres humanos, encontrarían fácil explicación si se dieran a conocer de manera exacta y con detalle la historia de su devenir dentro del seno materno, desde el primer día de su existencia hasta el día de su nacimiento”.*

Carmen Carballo – Pilar Vizcaíno (2017 p. 17)



En el siglo XIX, Freud empezó a dar importancia a las experiencias infantiles y a tener en cuenta la experiencia de angustia en el momento del nacimiento, gracias a una aspirante a matrona que contestó en el examen a la pregunta de qué significaba el meconio, que se debía a la angustia que experimentaba el niño. Su discípulo Otto Rank, en su obra "El trauma del nacimiento" expone que los problemas psicológicos podrían ser reconducidos, si se tuviera en cuenta la vivencia traumática no resuelta durante el nacimiento (trauma de la separación), que sería posteriormente confirmada por los tocólogos Philip Schwart y Hans Saenger a principios del siglo XX.

Entre finales del siglo XIX y principios del XX, algunos filósofos y pedagogos, también se pronunciarán sobre el tema, añadiendo alguna pincelada más, como Rudolf Steiner, que dirá que había que conceder a las futuras madres el derecho a formar hijos libres del estrés psicofísico, en la certeza de que, durante la gestación, el bienestar y la alegría de una madre, son las fuerzas que contribuyen a hacer que su hijo nazca con órganos perfectos.

O Peter Deunov que consideraba fundamental para la salud de la sociedad la aplicación de los principios de la educación prenatal.

Y Omraam Mikaël Aïvanhov que en el 1938, en una conferencia dada en Lyon, (Francia), habló de la importancia de la educación prenatal como un factor para la transformación de la sociedad, haciendo hincapié en la importancia de la preparación de los padres antes de la concepción, de la importancia del momento de la concepción y del papel fundamental de la madre, apoyada y sostenida por el padre, durante la gestación; principios que serán confirmados posteriormente por los descubrimientos científicos y psicológicos.

En 1970 se funda la Sociedad Internacional de estudios sobre la psicología prenatal (ISPP) y

Thomas Verny, que con su libro "La vida secreta del niño antes de nacer", que revolucionó el campo de la psicología, y David Chamberlain, fundarán la APPPAH, Asociación americana de psicología pre y perinatal. Y ya, a partir de 1980, de una manera ininterrumpida, se realizarán investigaciones y descubrimientos importantes sobre la vida prenatal, gracias al desarrollo creciente de la ciencia y la técnica. Siendo cada vez más los científicos y profesionales que se interesan por ella, desde diversos campos.

*"Si, la ciencia se volverá vidente y redentora, a medida que aumente en ella la conciencia y el amor a la humanidad".*

Édouard Schuré

## 2.- Objetivos

A.- Hacer tomar conciencia a jóvenes, padres, educadores y del campo de la salud, de la importancia de la vida prenatal, a fin de permitir a los futuros padres mejorar y armonizar el desarrollo físico y psíquico de sus futuros hijos.

B.- Informar a los jóvenes de la necesidad de prepararse para este momento importante de la concepción y de la gestación, que si se extiende y generaliza puede cambiar el curso de la humanidad.

C.- Educar seres en el respeto a los padres, profesores, sociedad en general. Educar seres humanos que desarrollen plenamente la cultura de Paz que tanto necesitamos.

D.- Educar seres en el respeto al medio ambiente y a la naturaleza, contribuyendo de esta manera al desarrollo sostenible.

E.- Educar seres solidarios y fraternales conscientes de la necesidad de compartir y adoptar actitudes tolerantes con la diversidad.

F.- Educar hombres y mujeres que construirán



un mundo de equilibrio, respeto y armonía, valorando la importancia del papel de cada uno en el proceso de creación y formación de la vida.

G.- Erradicar la violencia y la dependencia de todas las sustancias tóxicas que destruyen, sobre todo a los jóvenes.

H.- Educar en una sexualidad sana y responsable, donde amor y placer vayan asociados.

I.- Dignificar el papel de la mujer-madre y devolverle su verdadera dimensión en nuestra sociedad. Así como, valorar y poner de relieve la importancia del papel del hombre- padre durante todo el proceso.

K.- Participar en la Prevención de la salud física y psíquica

### 3.- Contenidos

¿Qué entendemos por educación prenatal?

Aquella que va a recibir un ser, desde los primeros momentos de su vida, es decir, antes y durante su estancia en el útero materno, mediante la utilización práctica de una serie de métodos naturales, llevados a cabo por la pareja, con el fin de que pueda disponer de las mejores condiciones, para su desarrollo físico, emocional y mental, y así convertirse después en un adulto equilibrado, sano y feliz.

Y aquí, llegados a este punto, es importante distinguir entre instrucción y educación, para clarificar a qué nos referimos cuando hablamos de educación prenatal.

**Instrucción:** es la transmisión de conocimientos y de habilidades y para ello utiliza métodos de aprendizaje.

**La educación:** es la que trata de ayudar a los seres a despertar y a desarrollar todo su potencial de una manera integral.

Al ser prenatal no hay que enseñarle nada,

mediante “técnicas artificiales específicas”, eso sería violentarle y resultaría incluso perjudicial; esta educación prenatal, a la que nos referimos, es la que se realiza a través de la madre mediante los procesos naturales del embarazo. El ser prenatal, básica y fundamentalmente, lo que necesita es sentirse amado, deseado, protegido y rodeado de tranquilidad y seguridad, así como que se le reconozca su derecho a estar aquí.

### ¿Cuándo comienza?

Desde el mismo instante en que se decide asumir la responsabilidad de traer un nuevo ser al mundo.

### Etapas a través de las cuales se desarrolla:

**3.1- Preparación a la concepción. 3.2- Concepción. 3.3- Gestación.**

**Complementadas con el 3.4- Nacimiento y la 3.5- Lactancia materna.**

Podemos decir que estos son los principios de base sobre los que se asienta esta educación prenatal de la que hablamos.

### 3.1- Preparación a la concepción.

*“Que gran avance, para los padres y los niños venideros, el día que los sistemas sociales, médicos y psicológicos propongan, incluso antes de la concepción, una verdadera preparación a la paternidad – maternidad. La integración posterior de estos conocimientos les permitirá adquirir actitudes mentales y emocionales positivas para engendrar un bebé y ayudarle a crecer, no sólo satisfaciendo sus necesidades materiales sino también aportándole amor y desarrollo global”.*

Claude Imbert. (2008, P.43)

El primer paso a dar sería, pues, **la educación**



**de los futuros padres:** cómo prepararse para traer hijos al mundo en las mejores condiciones y cómo poder ofrecérselas después a sus hijos.

*“El progreso puede realizarse si los hombres y las mujeres toman conciencia de su responsabilidad en la concepción y en la gestación de los niños. Puesto que la creación depende de los creadores, estos deben mejorarse para que sus creaciones sean a su vez mejores”.*

Omraam Mikhël Aïvanhov (1989 p. 144)

Un artículo publicado en el periódico Ideal de Granada, (España) el 21,1,2016, escrito por un juez de menores, el juez Calatayud, muy conocido por sus sentencias ejemplares, y dos psicólogos decía: **¿Hay que estudiar para ser padres?** Para pilotar un avión hay que tener una licencia. Para conducir un coche hay que tener un carné. Y para ser padre no se exige nada.

Por lo tanto, con la transmisión de estas informaciones a los futuros padres, quizás, les estaríamos ayudando a “obtener esa licencia”, para poder abordar la paternidad – maternidad en su momento, de una manera más consciente y responsable.

*“En la Grecia antigua, la preparación para el papel de ciudadano incluía la de padre, era pues importante preparar a los jóvenes desde la pubertad para la paternidad, estaba decretado en las leyes de la ciudad”.*

Ioanna Mari. Coloquio internacional de educación prenatal, París 2015

Cuando queremos realizar un proyecto y obtener los mejores resultados con él, por ejemplo: un proyecto de fin de carrera, un viaje, comprar una casa... generalmente, lo meditamos y lo preparamos con tiempo y minuciosamente. Pero cuando se trata de tener un hijo, no siempre actuamos así. Sin embargo ¿Qué es un hijo/a?

¿No es acaso también un proyecto? Podríamos decir que es el más importante que podamos acometer en la vida.

Pitágoras enseñaba, en la Grecia antigua, que no era justo que los que aman los caballos, los perros y los pájaros hagan todo para que su descendencia sea sana, mientras que por sus propios descendientes los humanos no toman ninguna precaución. Esta negligencia es el punto de partida y la causa de una descendencia sin valores del alma.

Esta preparación, pues, es básica para poder aportar al futuro ser las mejores condiciones para su desarrollo físico, psíquico y espiritual futuros. Porque no le vamos a legar sólo una herencia genética puramente física, también le vamos a transmitir un bagaje mental y emocional que van estrechamente ligados a él.

Para ello sería conveniente, en el caso de una pareja que haya tomado la decisión de traer un ser al mundo, de tomarse un año o al menos seis meses, antes de concebir para preparar su organismo y liberarlo de toxinas mediante:

**Una alimentación sana y equilibrada**, al ser posible con alimentos naturales que no contengan muchas sustancias químicas, **ejercicio físico, y eliminar todo tipo de sustancias tóxicas** (alcohol, tabaco...)

Pero, con estas medidas no estaría finalizada la preparación, tendríamos que revisar también nuestro mundo mental y emocional, con el objetivo de liberar todos los bloqueos, traumas, miedos... que tengamos, a fin de no legárselos a nuestros hijos. El Psiquiatra Thomas Verny nos dice que: *“Los padres deben resolver sus problemas emocionales antes del embarazo para no transmitirlos a sus hijos”.*

Perdonarse y perdonar a los demás es un buen método para empezar. Otro método es transformar los sentimientos negativos por aquellos positivos que nos aportan calor y



alegría al corazón. Desarrollar la empatía, la compasión y la comprensión, son actitudes paternas fundamentales.

El bioquímico Kazuo Murakami declara: *“Los sentimientos positivos puedan activar nuestros genes y cambiar el rumbo de nuestras vidas”*.

Con respeto al plano mental, sería necesario liberarnos de todos los hábitos mentales negativos con respecto a nosotros mismos y a los demás. Por ejemplo, puedo empezar cambiando todos los: “No puedo, no sirvo, no soy capaz, no tiene solución este problema...”, por formas de pensar positivas “Puedo, sirvo, soy valioso/a, los problemas tienen solución, la vida es un lugar seguro...” de esta manera voy dejando atrás viejas formas de pensamiento y con ellas creencias que nos limitaban, dejando que se instalen la claridad, la lucidez...

El biólogo celular Bruce Lipton afirma: *“Cuando la mente cambia afecta a tu biología. Todo es posible en este mundo cuando te convences de ello. Sé que la mente puede obrar milagros. Las creencias si controlan la biología”*

(2007, pp. 182,189)

**Y dado que los adolescentes son los futuros padres-madres, ¿Sería importante y necesario que esta información les llegue y entre en el sistema educativo? ¿Tendremos que hacerles tomar conciencia de la necesidad de prepararse desde ya?**

Si queremos generaciones futuras que cambien el actual curso de humanidad, será conveniente darles los conocimientos y las herramientas necesarias para que se vayan desarrollando y construyendo como personas sanas, respetuosas, solidarias, generosas... para que cuando llegue el momento de asumir la paternidad-maternidad, sean padres-madres conscientes y responsables que naturalmente transmitirán estos valores a su descendencia. ¿Podríamos decir que aquí comenzaría el

primer peldaño de una educación responsable y que estaríamos con ella sembrando el futuro? Y ese futuro empieza sembrando en el campo de **la Formación del profesorado** de todos los niveles educativos, los cuáles, a su vez, formarán a esos futuros padres y madres, para que llegado el momento, puedan educar a sus hijos/as. Así se hace viva la cadena pedagógica desde el inicio.

Detrás de un científico o técnico brillantes, ha habido un padre-madre, un profesor, en definitiva, un pedagogo que ha acompañado a ese ser en el camino y que ha colaborado para hacerlo posible.

### 3.2- La concepción:

*“En todas las artes el comienzo es extremadamente importante para toda la obra, cuando construimos edificios, los cimientos, en la construcción naval, la importancia está en el casco... Así en una sociedad, la forma como comienza la unión de la pareja y el comienzo de la vida son muy importantes para su prosperidad”*

Ocelle de Lephkade.

Pitagórico (20016, p.6)

**Acto de amor consciente**, guiado por el amor entre la pareja y hacia el ser que van a concebir.

Conociendo bien los secretos de la armonía social, Platón propone, en “Las Leyes”, al Estado cuidar de las almas de los ciudadanos desde la concepción. *Es solamente así que nacerán individuos capaces de formar un medio social armonioso. Igualmente decía que la tranquilidad del alma en el momento de la concepción era una condición fundamental para la creación de un ser sano. Y que sería igualmente nefasto bajo los efectos de la embriaguez.*

La educación prenatal de la Grecia antigua al siglo XXI. (1994 p.34)





En la China milenaria, nos encontramos la misma recomendación para el momento de la concepción, se aconsejaba a los padres no concebir, bajo los efectos del alcohol o si estaban enfermos.

Haciéndonos eco de esta idea, que expone Platón, otro elemento importante en la concepción será el estado de espíritu en el que se encuentren los padres, por eso un factor necesario en este momento sería la armonía en la pareja.

**“El ambiente más propicio para la fecundación se compone de:**

**Belleza, Amor, Armonía”.**

*Atharva – Veda*

Sabemos por la biología que estamos habitados por millones de células, que son inteligentes, y que tienen la capacidad de grabar información y al multiplicarse de transmitirlas a las otras, así pues, si la concepción es el resultado de un acto de amor consciente, esta primera célula que va a crearse inscribirá “amor”, así como la “armonía” reinante en la pareja.

Y, ¿Qué es la creación de un hijo/a? sino una obra de arte, la más sublime, la más bella que podamos realizar y, en la medida en la que el amor y la armonía estén presentes, el futuro ser se impregnará de ello y comenzará a educarse en estos principios desde el inicio, con lo cual ¿podrá convertirse posteriormente, en un ser que sabrá aportar el amor y la armonía a la sociedad?

Otro elemento que podemos tener en cuenta en este momento, es el de **introducir un pensamiento positivo** pensando en ese hijo/a, por ejemplo: que será un ser magnífico que vendrá adornado con las mejores cualidades, de esta manera lo inscribimos también en

esa primera célula, así continuaríamos con su educación.

Veamos que nos ha dejado el filósofo griego Empédocles sobre esto:

*“El hijo se parece a la imagen que la madre encinta lleva en su imaginación en el momento de la concepción. Mujeres enamoradas de estatuas de dioses y héroes trajeron al mundo a hijos que se le parecían”.*

La educación prenatal de la Grecia Antigua al s. XXI (1994 p.42)

El escuchar este tipo de discurso, les puede dar a los adolescentes un punto de vista diferente sobre la sexualidad, abrirles la puerta a una dimensión de la sexualidad ligada al amor, como alternativa a la imagen tan banal que sobre ella dan la mayoría de las películas, libros, programas de televisión... actuales, que pueden incitarles a realizar experiencias diversas en un campo para el que no están ni preparados ni maduros, en un momento de sus vidas en el que se encuentran viviendo un proceso de cambio que no controlan y que muchas veces no entienden. Y al mismo tiempo hacerles tomar conciencia de las consecuencias que las relaciones sexuales pueden tener, entre ellas, la creación de una nueva vida.

### 3.3- Gestación

*“Una de las misiones naturales de la mujer, es traer hijos al mundo. El deber de una sociedad civilizada consiste en permitir que lleve a cabo dicha misión en las mejores condiciones posibles, sin que ésta ponga en peligro sus posibilidades de desarrollo en otros campos”.*

Jean Pierre Relier. (1993, Pág. 18)

La obra de arte, chispa primera, esbozada en la concepción, ahora va a ir tomando forma a lo largo de nueve meses.



La naturaleza, que es inteligente, ha dado al hombre y a la mujer poderes y cometidos diferentes, pero complementarios, y es gracias a esto que puede surgir la vida de forma natural. El hombre es el que desencadena el proceso durante la concepción, pero sin la mujer no sería posible la fecundación; de igual manera durante la gestación será la mujer la que lleve a cabo el proceso de la formación, y aunque ella tendrá un papel más relevante, en este periodo, no por ello el papel del padre, perderá importancia o relevancia. El apoyo, el cariño y la comprensión que le dé a la madre serán fundamentales para que ese embarazo llegue a buen término.

*“Su papel como pilar de apoyo es proporcionar a su mujer el grado máximo de seguridad, tranquilidad y estabilidad, sabiendo que es lo más importante que puede hacer por el hijo que va a nacer”.*

Doctor Deepak Chopra, David Simon, Vicki Abrams (2006, p.259)

Dado que **“Todo lo que la madre vive el bebé lo vive”**, es importante que esté atenta a sus pensamientos, a sus sentimientos, a sus actos, porque será a través de ellos que el bebé seguirá impregnándose y educándose. Mantener pensamientos y sentimientos positivos y dejar ir los negativos, favorecerá la salud de su hijo, ayudándole a activar los genes que le permitirán desarrollar todo su potencial.

*“Ten buenas intenciones, vive con un sentimiento de gratitud, piensa siempre en positivo. No importa lo mala que sea una situación, es importante verla bajo una luz positiva. El pensamiento negativo es muy nocivo para los genes. Si queremos influir en ellos lo más importante es mantener una actitud positiva”.*  
Kazuo Murakami (2007, p.192)

Bruce Lipton nos dice, que las influencias medioambientales (nutrición, estrés, emociones) pueden modificar los genes sin alterar su configuración básica y se transmiten a la descendencia, y que la energía (mente – pensamiento) es un medio más eficaz para alterar la materia que las sustancias químicas, por lo tanto, añade, *“los pensamientos positivos son un imperativo biológico para una vida feliz y saludable”.* (2007, p.166)

Y, ¿Cómo le llegan al bebé prenatal los pensamientos y sentimientos de la madre? pues, a través de varias vías: sangre, líquidos, hormonal, neuronal.

Los experimentos realizados por el investigador japonés Masaru Emoto, confirmados posteriormente, por el Nobel de Medicina 2008, Luc Montagnier, con el agua, le llevaron a descubrir, que tiene memoria y que almacena información. Tras congelar una gota de agua y observarla con un microscopio electrónico, pudo observar que su cristalización variaba, según la influencia del medio ambiente. Si nosotros estamos constituidos de un 75% de agua y el óvulo fertilizado de un 90%, nos puede acercar a entender el mecanismo de cómo le llegan al bebé los pensamientos y sentimientos de su madre, vía sangre y líquidos.

En los últimos tiempos, se están desarrollando en algunas escuelas de primaria de Andalucía, una serie de trabajos prácticos, muy interesantes, con los niños para que puedan ver el efecto que los pensamientos y las palabras positivas o negativas, o el abandono y la indiferencia, pueden ocasionar en los seres vivos. Y no son los únicos, ya hay diversas escuelas en el mundo que están poniendo en práctica estos experimentos. Gracias a los descubrimientos científicos, hoy en día se están poniendo en evidencia conocimientos que antes no podíamos ni imaginar.



En cuanto a la vía hormonal, se sabe que cuándo estamos en un estado de bienestar, segregamos las endorfinas, las llamadas hormonas de la felicidad, en una mujer embarazada van a comunicar al bebé alegría y distensión y darán un “golpe de acelerador” a su desarrollo, y también, cuando estamos en un ambiente agradable, con las caricias, con las palabras de afecto... se segrega la oxitocina, la llamada hormona del amor. Si estos estados se viven con frecuencia en el útero, el bebé los memoriza y tendrá muchas posibilidades en el futuro como adulto, de sentir gusto por la felicidad, una capacidad innata para la felicidad y crearán naturalmente en su vida, las condiciones para realizarla, nos dice M. Andrée Bertin, maestra de primaria, y pionera en este campo de la educación prenatal.

*“El pensamiento positivo puede activar nuestros genes y, de este modo, estimular nuestro cerebro y cuerpo para producir hormonas benéficas. Mi propia experiencia me da la seguridad de que esto es verdad”.*

Kazuo Murakami. (2007 P.199)

De la misma manera, si está estresada, angustiada, asustada... segrega las catecolaminas, que se introducen en el torrente sanguíneo, atraviesan la barrera placentaria y perturban al bebé. Si esta situación es breve y ocasional, aunque sea intensa, no tiene por qué afectar al bebé, el riesgo es cuando esta tensión es prolongada y si es de tipo personal, tensiones constantes y que pueden estallar en cualquier momento, por ejemplo, con el marido o con un familiar próximo, en el trabajo...

Sin embargo, si la mujer es consciente de lo que esto puede suponer para su bebé en gestación, puede ayudarla a desarrollar su capacidad para transformar las situaciones, sabiendo el bien que

supone para su hijo, y el amor que sienta hacia él, hará que se puedan subsanar los posibles daños que serían más fuertes, en el caso de no ser consciente de esto.

*“No obstante, la mujer tiene un poderoso escudo protector para el bebé, “su amor”, que puede disminuir o, en algunos casos neutralizar el impacto de las tensiones del exterior. Thomas Verny (1981, p. 42)*

Con respecto a la vía neuronal, están las neuronas huso y las espejo, descubiertas respectivamente, en la década de los 90, por John Allman y Giacomo Rizzolatti, Las neuronas huso nos dan la capacidad de ser sociables. El emplazamiento de estas células y la riqueza de sus conexiones dependen del ambiente. Las neuronas espejo de empatizar y de imitar. La madre con sus emociones e intenciones que se reflejan en el cerebro de su bebé provoca el mismo estado, las mismas emociones, intenciones e ideas.

Así que, podemos imaginar la importancia que tiene para la madre que, durante los nueve meses de gestación, se sienta envuelta por un buen ambiente del que forma parte, no sólo el padre, como hemos dicho, sino también la familia, los vecinos, los compañeros/as de trabajo...a fin de que el amor, la comprensión, la tranquilidad, la seguridad, sean los que sostengan a la madre, dado que sus estados emocionales se transmiten al bebé y él se va educando y formando a través de ellos.

En el Siglo XVI Leonardo da Vinci escribía en sus cuadernos: *“Una misma alma gobierna dos cuerpos, todo querer, deseo supremo, temor o dolor del espíritu de la madre alcanza poderosamente al hijo”.*

Confucio, en China, decía que: dado que las experiencias vividas por la madre durante el periodo de la gestación podían influenciar al



no nacido, consecuentemente, por el bien de la colectividad, el Estado debía tutelar a las mujeres embarazadas.

También en la tradición ayurvédica de la India, en el Garbbini Charyas, (Reglas para la mujer embarazada) ya en el siglo VI a. de C. se sugieren una amplia serie de comportamientos alimenticios, emotivos y mentales a la mujer en gestación, a fin de asegurarle al no nacido las mejores condiciones para su desarrollo. Profesor Carlo Simón Belli (2017, p.5)

Otro elemento que la madre puede utilizar durante la gestación **es el poder de la imaginación**. Todas las imágenes en las que se concentre, cree y mantenga trabajarán en su futuro hijo/a. Puede imaginárselo: amoroso, sano, bondadoso, inteligente... poco a poco, las fuerzas del subconsciente lo llevarán a cabo y el bebé se irá impregnando de ellas. El biólogo Bruce Lipton afirma que, en cuanto a la capacidad de procesamiento neuronal, la mente subconsciente es millones de veces más poderosa que la consciente.

Paracelso, médico suizo del siglo XVI, decía: *“La mujer es la artista de la imaginación y el hijo en su vientre el lienzo en la que ella pinta sus cuadros”*.

Todos los estudios e investigaciones sobre sensibilidad fetal, nos indican que el bebé en formación tiene memoria, es sensible y posee capacidades asombrosas de aprendizaje.

Durante la gestación la sensibilidad de la madre está exacerbada y su creatividad puede ser desarrollada, amplificada, estimulada para su propio bien y el del bebé. **Rodearse de belleza, nutrirse de belleza**, es muy conveniente, porque la belleza inspira, eleva el espíritu y produce un profundo bienestar y felicidad; de esta manera el bebé se va nutriendo e impregnando de belleza y de amor hacia ella, así como del bienestar y felicidad que genera su contemplación. Por

ello es recomendable que todo lo que la madre vea, escuche, lea, sea bello, armonioso, noble, inspirante, alegre...

*“Si los chinos concibieron hace más de 1000 años unas clínicas prenatales para que las madres pudieran vivir la espera de su hijo, rodeadas de serenidad y belleza”, ¿no es acaso porque pensaban que el bebé al sentir el bienestar de su madre, saldría beneficiado y que, por el contrario, no podría sacar provecho alguno de una vida agitada que no dejara a la madre tiempo para dedicarse a él?*

J. Pierre Relier (1993, p 68)

Evitar las conversaciones, los espectáculos, las lecturas deprimentes, todo aquello que pueda causar un impacto desagradable y negativo en la madre: las películas violentas, de terror, programas televisivos que puedan alterarla. Contemplar imágenes que produzcan sensaciones de bienestar. Leer libros, que inspiren los más altos ideales. Leer libros de personajes de la historia antiguos o actuales que han realizado acciones benéficas o magníficas para la humanidad o el país... son interesantes, porque el bebé absorbe todo lo que la madre piensa, siente, hace, ve, lee, escucha... Ver obras arquitectónicas que inspiren y maravillen, así como la visita a museos de arte es aconsejable, en particular aquellos que ofrecen una colección de obras de pintura o escultura... que reflejan la belleza, como medida, proporción, equilibrio, simetría, armonía, porque como todo trabaja en la edificación del nuevo ser en formación, lo que la madre contempla se inscribe en su bebé.

La alimentación es otro elemento a tener en cuenta durante la gestación. **Llevar una alimentación sana y equilibrada** es un requisito esencial en nuestra vida, si queremos disfrutar de buena salud, pero, en el embarazo es especialmente necesario. Y una buena alimentación no está solamente en el alimento



que consumimos, sino también, en la forma en la que comemos.

Si comemos agitados, con preocupaciones o discutimos mientras comemos, lo más seguro es que la comida no nos sentará bien, por eso el estado en el que comemos es tan importante como los alimentos que consumimos. Comer en silencio, masticando bien los alimentos, disfrutando de su sabor, tranquilamente, nos permite obtener el máximo de beneficio de los nutrientes que hay en su interior, y nos produce un estado de bienestar, que en la madre embarazada se transmite al bebé. Es lo que el doctor Deepa Chopra define como, “comer con conciencia”, y que recomienda en el embarazo; comiendo así dice: nutrimos el cuerpo, la mente y el alma. Comer con amor y agradecimiento a la naturaleza, que nos ofrece los alimentos que nos permiten vivir, también es una forma de impregnar al bebé de ese amor hacia ella. Especialmente en estos tiempos en los que necesitamos encontrar y cultivar el equilibrio y la armonía con ella. El doctor Michel Odent dice: “La relación con la madre y la relación con la Madre Tierra, son dos aspectos de un mismo fenómeno”.

Evitar el estrés continuado y crónico porque él influye en el desarrollo del cerebro del bebé y puede afectar, entre otras cosas, al coeficiente de inteligencia.

*“Los cambios en el coeficiente de inteligencia están relacionados directamente con las alteraciones del flujo sanguíneo en el cerebro que padece estrés”.* Bruce Lipton. (2007, p. 241)

*“Resulta imposible hacer una clara distinción entre lo biológico y lo afectivo; pues las emociones, el estrés vivido por la madre desencadenan en ella unos fenómenos biológicos, principalmente secreciones hormonales, que van a modificar el medio biológico que está constituyendo para su hijo en desarrollo”.* Jean Pierre Relier. (1993 P. 39)

También el doctor Michel Odent, en la misma línea, explica que sea cual sea el estado de infelicidad en el que la madre se encuentre, (tristeza, ansiedad, estrés, preocupación...) el nivel de cortisol, es más alto que si se siente feliz y hoy se sabe a ciencia cierta que es un inhibidor del crecimiento fetal, y en concreto del desarrollo cerebral. Problemas emocionales y del comportamiento en la infancia y en la adolescencia, están relacionados con estados emocionales maternos caracterizados por la presencia de niveles altos de cortisol. La hiperactividad con déficit de atención (THDA) se ha relacionado con la ansiedad materna durante el embarazo. Por lo tanto, “la primera obligación de todos aquellos que atienden a las embarazadas es proteger su salud emocional” (2012, p.41)

**Hablar al bebé** es importante, no es que entienda a nivel intelectual lo que se le está diciendo, él capta fundamentalmente el tono emocional y a través de él se siente amado, deseado, acogido, y esto como nos dice el profesor Relier, estimula su deseo de vivir, o por el contrario rechazado, ignorado, puede hacer que no se sienta con fuerza para agarrarse a la vida.

Explicarle lo que estamos viviendo, interrogantes, dudas, si pasamos por momentos de tristeza o cólera... porque al no disponer de un razonamiento analítico desarrollado aún, que le permita comprender, él tiende a hacer suyo el estado de la madre. Hay que tranquilizarle en todo momento, decirle que no tiene nada que ver con él, que es algo por lo que estamos pasando ocasionalmente, y manifestarle nuestro deseo y nuestro amor incondicionales siempre.

Cuando pasemos por dificultades, podemos decirle que en la vida también hay momentos difíciles, pero que todo puede superarse y solucionarse, de esta manera le vamos ayudando a fortalecer su carácter.



**Al bebé le encanta, también, oír la voz de su padre.** El tono suave de su voz puede ejercer un efecto benéfico profundo en él, e irá creando, al mismo tiempo, un fuerte vínculo afectivo. Cuando nazca va a reconocer las voces de los dos,

**Las caricias** son un importante alimento nutritivo para el bebé. Acariciarle a través de la pared abdominal permite establecer una comunicación afectiva y profunda entre él, la madre y el padre. Hay, incluso, un método creado por el doctor holandés Franz Veldman, llamado Haptonomía.

**Cantar** al bebé, es otro factor interesante a utilizar durante la gestación. Fue iniciado por M. Louise Aucher, psicofonista y profesora de canto. El canto prenatal ayuda a traer seres alegres y llenos de vida.

Sobre **la música** durante la gestación hay diversas investigaciones que demuestran sus beneficios y autores que hablan de ella, como la doctora Michel Clements, audióloga. Ella nos indica, qué músicas son las que les gustan a los bebés y que, incluso, son muy selectivos, por ejemplo, en lo que respecta a la música clásica, no toda es de su agrado. Brahms y Beethoven no les gusta, pero sí Mozart y Vivaldi. Las músicas, en general, más convenientes y benéficas para el organismo delicado del ser en formación, son: relajantes, suaves, alegres, clásica. Es aconsejable evitar las músicas muy fuertes, violentas, desestructuradas (Rock, Heavy, Tecno...) todo aquello que pueda perturbar la paz y la tranquilidad del bebé.

*“Cuando está embarazada la mujer debe evitar frecuentar lugares sometidos a intensidades acústicas malas o demasiado fuerte. Hay peligro a partir de 110 decibelios. La música de discoteca o los conciertos de rock, representan un enorme riesgo para el feto. La pantalla protectora podría estallar, lo que provocaría daños irreparables”.*

Doctor Alfred Tomatis (1990, p.72)

Ya la antigua cultura médica china, habla de métodos específicos (Tai-kyo) para aplicar durante la gestación y entre ellos la estimulación sensorial mediante sonidos particulares y música.

Recientemente científicos finlandeses, de la Universidad de Helsinki, han hecho un estudio sobre el efecto de la música clásica y han descubierto que desarrolla y protege el cerebro.

*“Los sonidos benéficos son tan importantes para la salud como los alimentos nutritivos. La madre debe proponerse proporcionar a su bebé una dosis sana de sonidos benéficos con regularidad. Dedique tiempo a oír la música que le inspira. Los estudios han demostrado que los sonidos agradables reducen la presión arterial, aumentan la inmunidad y disminuyen la ansiedad.*

Doctor Deepak Chopra. David Simón, Vicki Abrams (2006, pp.53-54)

**El contacto con la naturaleza** es bueno y necesario, desde el punto de vista de la salud y de la ecología. Y es también un museo de obras de arte en vivo. Pasear por el campo, jardines, playas... regularmente, es muy recomendable y saludable. Por otra parte, los sonidos de la naturaleza nos producen un estado de bienestar y serenidad, que contribuyen para obtener un equilibrio mente-cuerpo, esenciales durante la gestación. Desarrollar actitudes de respeto y amor hacia ella, en los padres y madres hará que naturalmente el bebé se impregne de ello. ¿Estaríamos educando así, desde el inicio a seres respetuosos y amantes de la naturaleza, y con ello contribuyendo a mejorar el medioambiente del planeta?

Darle al bebé mucho amor a través de las palabras, en el silencio, a través del pensamiento, con las caricias, el canto, y no sólo la madre, el padre también, así va creando con él un vínculo antes del nacimiento. **Un hijo**



**es como una semilla, si sembramos mucho amor, recogeremos mucho amor.**

Seres concebidos en el amor y gestados en él desarrollarán sus propias capacidades de amar, tendrán confianza en ellos mismos y en los demás. Serán personas que no conocerán la violencia y que resolverán los inevitables conflictos y dificultades, que la vida les plantee, pacíficamente con el diálogo.

¿Amarán a las mujeres, a través del amor que han recibido de sus madres? ¿Podría ser, por lo tanto, una solución al problema del maltrato y la violencia de género?

Ayudar al bebé a vivir su vida intrauterina en la máxima armonía, es un objetivo a alcanzar, Que se sienta en todo momento seguro, protegido, amado, reconocido. Y aquí el papel del padre durante todo el proceso es fundamental, pero especialmente a lo largo del periodo de la gestación. Un proverbio chino dice: *“Si bien es la madre la que lleva a su hijo, le corresponde al padre llevar a la madre y al hijo”*.

*“Bebés concebidos para ser felices, que son deseados, amados y considerados como personas, se convierten después en niños y adultos equilibrados y con buena salud porque guardan del comienzo de sus vidas, impresiones armoniosas”.* Claude Imbert (2008, p. 50)

Quiero terminar este apartado con las palabras de un pedagogo, formuladas, en 1938 sobre la educación prenatal, y las de un biólogo actual que se relacionan y que nos muestran cómo las ideas surgen primero, y a pesar de que puedan parecer utópicas o fuera de toda lógica en su época, con el tiempo, la verdad acaba haciéndose evidente cuando la ciencia lo demuestra.

*“La humanidad no puede ser transformada más que por padres y madres inteligentes y conscientes, que traerán al mundo niños sanos*

*y dotados de las más bellas cualidades. Los padres tienen una responsabilidad enorme”.*

Omraam Mikhaël Aïvanhov. (1989, p. 150)

*“Las madres y los padres son responsables de la concepción y del embarazo aún, cuando la madre sea la que lleve al hijo en su vientre lo que hace el padre afecta profundamente a la madre, lo que a su vez afecta al hijo en desarrollo. La esencia de la paternidad responsable es que tanto las madres como los padres se responsabilicen de educar niños sanos, inteligentes y llenos de alegría”.*

Bruce Lipton (2007, p.236)

Estas etapas que hemos descrito hasta ahora, se complementan con otras dos, no menos importantes, que son el nacimiento y la lactancia materna.

### **3.4- El nacimiento:**

*“Cuánto más ayude el padre a la futura madre, cuánto más cerca esté de ella, más fácil y sereno le resultará el momento del parto”.*

Doctor Alfred Tomatis (1990, p.259)

*“Un niño ha venido al mundo. Ha hecho nacer a una madre, a un padre, a una familia. Una felicidad inefable, sagrada, llena el espacio de la habitación y, me parece, que se derrama sobre el mundo. El cirujano y la anestesista han aportado su presencia tranquilizante y cálida. Han sido eficaces aceptando con humildad “no tener nada que hacer”. La comadrona ha unido su conocimiento técnico con una escucha atenta y discreta, y el contacto femenino del que la madre tiene necesidad en estas horas particulares”.*



Maestra Marie Andrée Bertin. (2005, pp. 144-145)

*“No se podrá cambiar la vida sin cambiar primero la forma de nacer”*

Doctor Michel Odent

La forma en la que venimos al mundo tiene una gran importancia también, pues, ella va a marcar aspectos de nuestro futuro carácter. En realidad, es el bebé el que decide el momento del nacimiento.

*“Cuando el niño está listo, actúa sobre las hormonas de la madre y provoca el deseo de dar a luz. Le transmite una información, sin duda a través de la hipófisis, y provoca el proceso.*  
Doctor Alfred Tomatis (1990, p.39)

Y es importante respetar esta decisión primera, porque va a suponer reconocerle como una persona y su derecho a decidir en el futuro. Normalmente, si el embarazo ha ido bien el parto ocurrirá bien y de forma natural. Thomas Verny, dice que el no tener clara la idea de la maternidad, y los problemas con la madre, son algunas de las causas de las dificultades en el parto.

Hoy en día existen varios métodos que pueden ayudar a la madre para prepararse para este momento, como el yoga prenatal, el hipnacimiento, la respiración... a fin de que aprenda a relajarse y así facilitar el proceso del parto, venciendo o disminuyendo el miedo, que es la causa que genera tensión, y los consiguientes problemas que conlleva.

Si hay que intervenir médicamente, por circunstancias diversas necesarias, es importante que la madre informe al bebé de lo que se va a hacer, con el fin de que lo comprenda y le ayuden a tranquilizarse; dado que él también siente y reacciona emocionalmente, igual que la madre. Que se sienta acompañado en todo momento, en estos instantes delicados del paso

de la vida intrauterina a la extrauterina. Es en este momento que se graban y se imprimen huellas, tanto corporales como emocionales, que serán para toda la vida.

El ambiente idóneo para recibir al nuevo ser, según el doctor Leboyer, que en 1975 publicó un libro titulado: “Por un nacimiento sin violencia”, tiene que ser cálido, acogedor, sin ruidos demasiado fuertes, con luces suaves, para preservar su tranquilidad e intimidad, en estos momentos, a fin de que el parto discurra en las mejores condiciones y con normalidad y para que puedan vivir ambos la magia maravillosa de estos instantes, rodeados madre y bebé de escucha, paciencia, afecto y respetando los ritmos de los dos. Permitiendo el primer encuentro de sus miradas, el contacto de sus cuerpos, el reconocimiento de los olores familiares que ha percibido durante los nueve meses en el útero, elementos todos ellos que dan seguridad al bebé.

Por todo ello, es muy importante que el bebé sea colocado sobre la madre nada más nacer, lo que se llama el contacto “piel con piel”, que cada vez más, afortunadamente, se está implantando en los hospitales, pues, ya se han visto y demostrado los beneficios que esto reporta a la larga, para su salud y comunicación afectiva futuras.

El doctor Depak Chopra, dice que los bebés tienen una necesidad primordial de sentir la conexión física con sus padres y buscan esta unión íntima desde el momento de nacer. Los padres y los bebés recién nacidos están hechos para estar juntos.

## 5.- La lactancia Materna

*“El amamantamiento permite al niño/a empezar su vida en las mejores condiciones de salud y seguridad inmunitaria y afectiva”.*

Marie-Andrèe Bertin





*La salud de base física y psíquica del ser se edifica durante el periodo de estrecha dependencia con la madre durante los 9 meses de embarazo, durante el nacimiento y el periodo de lactancia.*

Dr. Michel Odent (obstetra)

Si el nacimiento rompe, en cierta medida, el vínculo que ha unido estrechamente a madre e hijo, durante los nueve meses de vida intrauterina, la lactancia permite recuperarlo, de nuevo.

**La lactancia materna, siempre y cuando se pueda, establece un puente suave entre la vida intrauterina y la extrauterina.** No sólo es el alimento más en consonancia con la especie humana, y que le va a aportar todos los elementos necesarios para su desarrollo, sino que también tiene grandes ventajas desde el punto de vista afectivo. Sigue creando vínculos de amor que son para toda la vida.

El bebé va a reconocer y a recuperar a través de la leche materna, los sabores percibidos en el líquido amniótico, el olor de su cuerpo, el latido de su corazón, sonido tan familiar escuchado durante nueve meses; elementos tranquilizadores que le siguen dando seguridad y le hacen sentirse en casa y protegido.

Es conveniente que la madre cuando lo amamante, esté tranquila y concentrada en él, que le transmita su afecto, que le dé su amor a través de su mirada, de sus palabras, con el pensamiento... y evitar hacerlo si está en un estado de cólera, o cualquier otro estado negativo, pues ellos pasan al bebé, a través de la leche materna y le pueden dañar física y psíquicamente.

*“Cuándo amamante, mírelo a los ojos y envíele pensamientos de amor. Mientras alimente al bebé, ponga toda su conciencia en el proceso.*

*Sienta como el amor y la ternura invaden todo su cuerpo mientras le ofrece su alimento al bebé”.*

Dr. Deepak Chopra, David Simon, Vicki Abrams. (2006, pp. 222,236)

*“La madre que alimenta a su hijo, le da a través de la leche un amor y una ternura que le son de absoluta necesidad para su desarrollo. Las madres deben prepararse para amamantar a sus hijos en el mejor estado posible. Cuando lo alimente debe hacerlo conscientemente, pensando en él, hablándole para darle una parte de su corazón.*

Pedagogo Omraam Mikhaël Aïvanhov (1989, pp. 52-53)

El calor y la cercanía del cuerpo ejercen un efecto benéfico sobre él, por ello, es aconsejable mantener el mayor tiempo posible al bebé en contacto con él, pues, como demuestran los estudios realizados, va a ser de gran ayuda para su desarrollo emocional y físico.

El biólogo celular, Bruce Lipton afirma, que las sociedades que privan a sus hijos (bebés, niños adolescentes) del contacto físico frecuente son invariablemente de naturaleza violenta.

Si no se puede dar el pecho, y tenemos que darle el biberón, debemos recordar que es, también, un momento privilegiado para transmitirle nuestro amor tanto el padre como la madre.

Para terminar a modo de **Conclusión:**

Si estas informaciones pudieran estar al alcance de todas las futuras madres, de los padres, de los jóvenes, de todos los profesionales que acompañan a las futuras madres, de la sociedad en general, les daríamos la posibilidad de mejores condiciones de vida a los futuros padres, para que puedan vivir un embarazo de forma más saludable, más positivo y armonioso, sabiendo los resultados tan importantes que



obtendríamos para las futuras generaciones, que serían más solidarias, más comprensivas y pacíficas.

Sería necesario, así mismo, que estos conocimientos llegasen a los adolescentes, en tanto que futuros padres-madres, y que se incluyan en el currículo del sistema educativo.

Al transmitirles estas informaciones, les estaríamos dando un ideal, algo que podría dar un sentido a sus vidas; hacerles conscientes de la importancia y responsabilidad que supone traer un ser al mundo. Lo cual podría contribuir, quizás, a modificar su mentalidad y su forma de comportarse. Por lo tanto, **La Educación Prenatal, podemos decir que es transformadora** de los futuros padres, y de los jóvenes, que adquieren una nueva conciencia de sí mismos, de la vida y de su papel de educadores.

Es importante, pues, hacer llegar todas las informaciones y descubrimientos científicos concernientes al periodo prenatal para que puedan ser utilizados de forma natural, creativa, libre, adaptada a cualquier cultura y tradición.

Todos se beneficiarían y nos beneficiaríamos con ello. No tenemos nada que perder y puede que mucho que ganar.

Hipócrates decía: "Mejor la prevención que la terapia"

**La Educación Prenatal es una prevención real y fundamental.** Se trata de una toma de conciencia colectiva en todos los países. Forma parte de la vida cotidiana de los padres. Es la prevención más eficaz de la violencia, y de otras disfunciones, puesto que construye las bases de la salud física y psíquica del niño/a en formación. En consecuencia, se economizan los gastos en salud por parte de la sociedad.

En este sentido, son muy interesantes, dos documentos: El de "**los 1001 días críticos**",

una iniciativa parlamentaria inglesa del 2014, en el que destacan que el periodo que va desde la concepción hasta los dos primeros años de vida, son cruciales en el desarrollo de los niños/as y a largo plazo para su salud y sociabilidad y que invertir en los primeros 1001 días, debería ser una prioridad para el país. En este informe se ha estimado también que la prevención en este dominio podría reducir la utilización de drogas duras en un 59%, las encarcelaciones en un 53%, la violencia en un 51% y los embarazos no deseados de adolescentes en un 38%.

Y el de "**los 1000 días de la OMS**", del 2017, que comienzan antes de la concepción y se extienden más allá de los dos años de vida del niño/a. En él se dice que estos 1000 días son esenciales y que es una etapa crucial en términos de prevención. El ambiente bajo todas sus formas, y los modos de vida dejan huellas en el genoma, programando la salud y el riesgo futuro de enfermedad de un individuo, afectando a sus futuros hijos, e incluso a sus nietos, declarando que esto concierne tanto al padre como a la madre.

**Participa** en la construcción de la **Paz**, pues, desde la concepción favorece la edificación de seres sanos, estables, con confianza en sí mismos, abiertos a los demás y a la vida, gracias al amor recibido, y fortificado por el respeto, el reconocimiento y la confianza de las que se habrán impregnado sus células, capaces de revisar las nociones de competitividad e intolerancia, y de desarrollar una actitud cooperativa. Seres gestados así, educados con amor y respeto, serán capaces de construir un mundo más justo, más humano, más fraternal, en donde cada uno encuentre su lugar y pueda desarrollarse al servicio de todos, para generar felicidad y abundancia.

¿Podemos imaginar, por un momento, los cambios que se podrían producir, en la humanidad, si millares y millares de padres,



pusieran en práctica estos conocimientos...?

***“La educación no cambia el mundo, cambia a las personas que van a cambiar el mundo”.***

Paulo Freire

En la experiencia que venimos realizando desde ANEP: Asociación Nacional de Educación Prenatal, tanto en centros educativos, como fuera de ellos, la acogida por parte del profesorado asistente a las charlas, así como por parte del alumnado, es muy positiva. Pero también en los otros ámbitos (Casas de la Cultura, de la Juventud, Ampas...)

No obstante, esta experiencia no es algo aislado, es el resultado de la labor que ANEP lleva haciendo de difusión y formación desde 1988, para profesores, personas del ámbito sanitario (ginecólogos, médicos comadronas, enfermeras), psicólogos, terapeutas, padres-madres, adolescentes... mediante conferencias, seminarios, jornadas, talleres, cursos de formación... ANEP a su vez, se complementa con la labor que realiza la OMAEP, (organización mundial de asociaciones de educación prenatal) a la cual pertenece, y que forma parte del ECOSOC (órgano consultivo de la ONU, en asuntos económicos y sociales).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Actas del 2º Congreso Mundial de Educación Prenatal. (1994). De la Grecia antigua hasta el siglo XXI. Atenas.

Aïvanhov, Omraam Mikaël. (1989). Lo masculino y lo femenino, fundamento de la creación. Barcelona. Editorial Prosveta.

Aïvanhov, Omraam Mikaël. (2007). Una educación que comienza antes del nacimiento. Barcelona. Editorial Prosveta.

Bertin, M<sup>a</sup> Andrée. (2006). La educación prenatal natural: una esperanza para el niño, la familia y la sociedad. Madrid: Ediciones Mandala.

Belli, Carlo Simón. La educación prenatal a la vista de un politólogo internacionalista. (2017). Revista Misli. Ane

Carballo, Carmen y Vizcaíno, Pilar. (2017). Educación Prenatal, Educación para la Paz. Una educación en valores desde el inicio. Florencia: Editorial Stella Matutina.

Deepak Chopra, David Simon, Vicki Abrams. (2006). Ediciones Granica, S.A.

Imbert, Claude. (2004). El futuro se decide antes de nacer. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

Lipton, Bruce. (2007). La biología de la creencia. Madrid: Editorial Palmyra.

Murakami, Kazuo. (2007). El código divino de la vida. México: Editorial Alamah México.

Odent, Michel. (2012). La vida fetal, el Nacimiento y el futuro de la Humanidad. Editorial OB STARE.

OMAEP- Asociación Helénica de Educación Prenatal. (Atenas, 2015). Educación Prenatal. Diez reglas de oro para los futuros padres.

Verny, Thomas y Kelly, John. (1988). La vida secreta del niño antes de nacer. Barcelona: Editorial Urano.

<http://www.sf-dohad.fr/index.php/publications-en-francais/136-l-initiative-des-1000-jours-de-l-oms>

<http://www.1001criticaldays.co.uk>  
<http://www.1001criticaldays.co.uk/buildinggreatbritonsrepurt.pdf>

<http://www.bbc.com/news/education-31607711>