

El Nacimiento de los mamíferos humanos

Dr. Michel Odent

Dado que los humanos somos mamíferos, tales consideraciones fisiológicas vienen a sugerir que, a la hora de parir, las mujeres deben sentirse seguras, pero sin sentirse observadas y con una temperatura ambiente adecuada.

Todos los mamíferos dan a luz gracias a una repentina emisión de hormonas. Una de ellas, concretamente **la oxitocina, juega un papel trascendental, ya que es necesaria para la contracción del útero**, lo que facilita el nacimiento del bebé y la expulsión de la placenta. También se la conoce por inducir amor maternal.

Igualmente, todos los mamíferos pueden segregar una hormona de emergencia, la **adrenalina, cuyo efecto es frenar la oxitocina**. La adrenalina se segrega ante una situación de peligro. El hecho de que la oxitocina y la adrenalina sean antagonistas explica que **la necesidad básica de todos los mamíferos a la hora de parir es sentirse seguros**.

En la jungla, la hembra no podrá dar a luz mientras exista un peligro, como por ejemplo la presencia de un depredador. En este caso, la segregación de adrenalina es una ventaja, pues los músculos que sostienen el esqueleto recibirán más sangre, y la hembra dispondrá de energía suficiente para luchar o huir; en este caso, es una ventaja poder frenar la producción de oxitocina y posponer el parto. Existen multitud de situaciones asociadas con la producción de adrenalina. **Los mamíferos la segregan cuando se sienten observados.**

Cabe destacar que los mamíferos cuentan con estrategias específicas para no sentirse observados cuando están de parto; **la privacidad es, obviamente, otra necesidad básica**. La hormona de emergencia está también implicada en la termorregulación. En un entorno frío, observamos otra de las conocidas funciones de la adrenalina: inducir el proceso de vasoconstricción. Así podemos explicar que, cuando una hembra está pariendo, y de acuerdo a la adaptabilidad de las especies, tiene que estar en un entorno lo suficientemente cálido. Dado que los humanos somos mamíferos, tales consideraciones fisiológicas vienen a sugerir que, **a la hora de parir, las mujeres deben sentirse seguras, pero sin sentirse observadas y con una temperatura ambiente adecuada.**

Las Desventajas de los Humanos

Mientras que la perspectiva fisiológica identifica fácilmente cuáles son las necesidades primarias de las mujeres a la hora de parir, también podemos entender las desventajas específicamente humanas de este período, las cuales están relacionadas con el descomunal desarrollo de esa parte del cerebro denominada neocórtex. Es gracias a nuestro altamente desarrollado neocórtex que podemos hablar, contar y ser lógicos, así como capaces de razonar.

En su origen, el neocórtex es una herramienta que sirve a las viejas estructuras del cerebro, ayudando a nuestro instinto de supervivencia. **El problema es que su actividad tiende a controlar estructuras primitivas del cerebro y, así, inhibir el proceso de nacimiento (y cualquier otro tipo de experiencia sexual).** Al respecto, la naturaleza encontró una solución para superar esta desventaja específicamente humana a la hora de dar a luz. Se entiende que el neocórtex debería de encontrarse en estado de reposo para que las estructuras primitivas del cerebro puedan fácilmente segregar las hormonas necesarias. Esto explica el hecho de que cuando las mujeres están de parto tienden a aislarse del resto del mundo, a olvidar lo que leyeron o se aventuran a hacer lo que nunca habrían hecho en su vida diaria, como gritar, insultar, adoptar posturas inesperadas, etc.

Muchas veces he escuchado a mujeres decir, después de haber parido, "estaba como en otro planeta". Cuando una mujer de parto "está en otro planeta", significa que la actividad de su neocórtex es reducida. Esta reducción de la actividad del neocórtex es un aspecto esencial de la fisiología del nacimiento en los humanos, de lo cual se deduce que una **de las necesidades básicas de las mujeres durante el parto es la de ser protegidas de cualquier tipo de actividad neocortical.** Desde un punto de vista práctico, es útil explicar lo que esto significa y repasar todos los factores bien conocidos que pueden estimular el neocórtex humano:

Lenguaje

En particular, el lenguaje racional. Cuando nos comunicamos por medio del lenguaje, procesamos lo que recibimos con el neocórtex. Esto implica que si hay una comadrona, una de sus principales cualidades debería ser mantenerse al margen, en silencio y, sobre todo, evitar preguntar algo en concreto. Imaginemos a una mujer en pleno parto y "ya en otro mundo". Una mujer que grita, que se comporta de una manera que nunca se atrevería en su vida cotidiana. Se ha olvidado de todo lo que ha aprendido o leído sobre el

nacimiento, ha perdido el sentido del tiempo y de pronto se le obliga a contestar a la pregunta "¿A qué hora hizo pipí por última vez?". A pesar de que parezca sencillo, pasará mucho tiempo antes de que los que atienden partos comprendan **el significado y la importancia de la palabra silencio.**

Luz

Es otro factor que estimula el neocórtex de los seres humanos. Está sobradamente comprobado que la estimulación visual influye en el resultado de los encefalogramas. Cuando queremos dormir, apagamos la luz y corremos las cortinas, para así reducir la actividad de nuestro neocórtex, lo que implica que, desde una perspectiva fisiológica, una luz atenuada en general facilita el nacimiento. Llevará tiempo convencer a los profesionales de la salud de la importancia de este asunto. Es interesante observar que **cuando una mujer está de parto, espontáneamente adopta posturas que la protegen de los estímulos visuales, como por ejemplo, cuando está a cuatro patas, como rezando.** Esta postura, tan común en las mujeres de parto, no sólo reduce el dolor en la espalda, sino que tiene también otros efectos positivos, como eliminar la causa principal de estrés fetal (se descomprime así la vena cava), al tiempo que facilita la rotación del cuerpo del bebé.

Sentirse observada

También puede ser otra manera de estimular el neocórtex. Cuando una persona se siente observada, existe una respuesta fisiológica que ha sido científicamente estudiada. Por otro lado, es de sentido común que **todos nos sentimos diferentes cuando sabemos que estamos siendo observados.** En otras palabras, **la intimidación es un factor que facilita la reducción del control ejercido por el neocórtex.** Resulta irónico que todos los mamíferos no humanos, que tienen un neocórtex no tan desarrollado como el nuestro, tengan una estrategia para dar a luz en la intimidad: los que están activos durante la noche, como las ratas, tienden a parir de día, y los que están activos durante el día, como los caballos, tienden a dar a luz durante la noche. Las cabras salvajes alumbran en zonas inaccesibles, y los chimpancés se alejan de su grupo, se aíslan.

La importancia de la intimidación nos enseña que existe una gran diferencia entre la actitud de una comadrona que se sitúa frente a la mujer de parto y la observa, y la de otra comadrona que se sienta discretamente en un rincón. También nos muestra que deberíamos de evitar introducir cualquier tipo de dispositivo que pueda ser percibido como un agente

observador, del tipo de cámara fotográfica, de vídeo o monitor fetal electrónico. De hecho, toda situación que pueda desencadenar una liberación de adrenalina puede ser catalogada como un factor estimulante de la actividad neocortical.

Dr. Michel Odent

<http://www.wombecology.com>

Traducción: Liliana Lammers

Extractado del libro "La vida fetal, el nacimiento y el futuro de la humanidad", Ed. Obstore