

## El mejor lugar después del vientre materno

Artículo de Elizabeth Antunovic (©2009 NAP, Inc.)

### Introducción

Un canguro se queda en su bolsa hasta que su *gestación exterior* o *extergestación* está completa y es capaz de alejarse de su madre por su cuenta. Al igual que un canguro, los bebés humanos nacen también inmaduros. De hecho, los bebés humanos siguen siendo en realidad más desvalidos que las crías de cualquier otra especie, y como algunos marsupiales también deben pasar por un período distinto de la gestación fuera del útero. Aunque el nacimiento puede ser visto como una separación de la madre y el bebé, los bebés necesitan ser mantenidos en los cuerpos de sus madres después del nacimiento. Este período de gestación exterior tiene que ser respetado ya que no es sólo una cuestión sentimental, sino una cuestión con un impacto profundo en el desarrollo físico, emocional y psicológico del niño.

### La gestación fuera del útero-”La gestación Exterior”

La simple observación de un recién nacido clarifica su naturaleza indefensa. Necesita calor y alimento. No puede alejarse del peligro y no puede usar palabras para comunicar sus necesidades. Tiene el reto de usar su sistema nervioso para comprender el espacio y su relación con él, respirar por sí mismo para hacer circular el oxígeno y nutrientes a todo su cuerpo; para comer, digerir y eliminar residuos. Es evidente que el recién nacido pasa por una transformación que no se produce instantáneamente, sino gradualmente, mayoritariamente durante el primer año de su vida. Durante este tiempo debe ser llevado a todas partes. Todavía tiene un largo camino por recorrer antes de que pueda gestionarse por sí mismo. Esta relación simbiótica entre la madre y el bebé está “naturalmente diseñada para ser aún más intensa e interoperativa después del nacimiento” que durante su gestación en el útero (Montagu, 1988, 75).

“El nacimiento no sólo constituye el comienzo de la vida de la persona sino que conlleva el final de la gestación. El nacimiento representa una serie compleja y muy importante de cambios funcionales que sirven para preparar a los recién nacidos para el paso por el puente entre la gestación en el útero y la gestación que continuará fuera del útero. “(Montagu, 1986, 57)

El bebé debe ser alimentado de una forma que represente lo más posible la intimidad del embarazo hasta que la gestación “exterior” (“gestatio”- latin, llevar o transportar) se ha completado. Esto significa que el bebé debe estar en proximidad constante con su madre, ya sea en los brazos de su madre o en contacto con el cuerpo de su madre gracias a un con un trozo de tela u otro portabebé.

### Continuando la relación entre madre e hijo

A pesar de que los bebés son llevados por sus madres en la mayor parte del mundo, cada vez más diminutos bebés pasan la mayor parte de sus días solo en incubadoras, asientos inflables y cochecitos y pasando sus noches solos en moisés y cunas privados del contacto y la presencia de su madre. La naturaleza no lo planteó para que fuera de esta manera. Una madre y su bebé están fuertemente predispuestos a esperar unidos y a continuar con esa unidad después del nacimiento.

“A pesar de que las experiencias intrauterinas pueden ejercer una influencia sobre el desarrollo posterior del niño, las experiencias que tiene aproximadamente durante los diez meses después del parto son de mayor experiencia... una relación simbiótica permanente entre madre e hijo diseñada para perdurar un “continuum” sin interrupción hasta que el peso del cerebro del bebé se ha más que duplicado “(Walsh).

## **Nacimiento debido a una cabeza grande**

El bebé humano nace usualmente 266,5 días después de la concepción debido a su cabeza grande y al rápido crecimiento de su cerebro que tiene lugar durante los últimos tres meses en el útero. El aumento de tamaño del cerebro y la locomoción bípeda (sobre dos pies y posteriormente un reordenamiento y el estrechamiento de la pelvis) implica una reducción de madurez al nacer, de casi todos nuestros sistemas fisiológicos, para poder sobrevivir (Trevathan, 144)

El patrón que sería normal para completar la mitad del tamaño del cerebro adulto no es posible antes del nacimiento debido al gran tamaño del cuerpo y la cabeza del bebé, necesarios para acomodar a su cerebro en desarrollo (Cella Conde, 94). Se produce entonces un cambio importante en la duración de la gestación, y debido a este significativo crecimiento del cerebro, el desarrollo del comportamiento, y la maduración de los sistemas se retrasa totalmente hasta después del nacimiento. En el útero se interrumpe la gestación y el bebé nace antes, simplemente por necesidad (Trevathan, 144).

Si los bebés se quedaran en el útero durante un período más extenso de tiempo y su cerebro siguiera creciendo al ritmo que crece, la cabeza sería demasiado grande para pasar por el canal vaginal y pondría en peligro la propia vida del bebé, la vida de la madre, y la de toda la especie humana, por así decirlo. Así, a pesar de que el bebé no ha madurado suficientemente, nace. (Montagu, 53)

## **El cuerpo de la madre regula el desarrollo de los sistemas**

Cuando nace un bebé necesita respirar por sí mismo, proporcionar oxígeno y nutrientes a todo su cuerpo, ajustar su sistema gastrointestinal a la nueva función de la ingestión, digestión y eliminación. Utilizará su sistema nervioso para obtener información sobre su entorno y su lugar en él. Sin embargo, la fisiología humana no dirige todas sus funciones propias, sino que es interdependiente. La información regulatoria adquirida por los niños de sus madres también afecta la función cardiovascular, los ritmos del sueño, la función inmune y los niveles hormonales. El Dr. Heller afirma que “mientras está en contacto con la madre, los sistemas del bebé se mantienen a un ritmo regular. Pero, además, el recién nacido debe trabajar el doble para mantener la armonía fisiológica” (Heller, 31). Montagu más defiende, “La unidad biológica, la relación simbiótica, gestionada por la madre y el embrión durante el embarazo no cesa al nacer, de hecho está naturalmente diseñada para convertirse en aún más intensamente funcional y comprometida mutuamente después del parto que durante la gestación en el útero” (Montagu, 1986, 57).

La presencia física de la madre es necesaria para ayudar a regular el desarrollo de los sistemas de su hijo/a.

## **El gateo completa la gestación exterior**

En 1944 Portmann fue el primero en sugerir que para que un recién nacido humano alcanzara el estado de desarrollo de un mono recién nacido, la gestación total sería de alrededor de 21 meses. Kovacs la situó entre los 18 y los 20 meses. Bostok informó de que la gestación ideal para un ser humano recién nacido sería cuando la locomoción cuadrúpeda (movimiento en cuatro patas) comienza, lo que significaría el gateo para el bebé humano, siendo capaz de escapar de un peligro por sus propios medios. Lo que es interesante es que el tiempo promedio que lleva a un bebé a gatear, o para que la gestación exterior finalice en términos de Bostok, es de 266 días y medio después de su nacimiento-exactamente el mismo tiempo que la gestación en el vientre! (Montagu, 1986, 54). De ahí la idea de “nueve meses dentro y nueve meses fuera”.

## **Los periodos de desarrollo humanos, más largos que los de los simios, excepto la gestación**

La gestación de los Simios se diferencia de los seres humanos por sólo un par de semanas. Ellos permanecen un poco más de tiempo en el útero que los humanos. Su inicio de la pubertad es cuando tiene ocho o nueve años. Completan su crecimiento cuando cumplen los

diez u once años y su esperanza de vida es de treinta a treinta y cinco años. Cuando se compara la duración de nuestros períodos de desarrollo a la de ellos, la primera y última salida de los dientes, el inicio de la pubertad, la terminación del crecimiento general, y la vida, todos nuestros periodos de desarrollo son más largos que el de los simios (Montagu, 1986 , 51). La excepción es la gestación.

### **Los humanos nacen con un 25% del cerebro de un adulto, los simios el 50%**

Aunque los monos también nacen en un estado inmaduro, siguen siendo inmaduros durante un tiempo mucho más corto que los humanos. Ellos tardan aproximadamente un tercio del tiempo a levantar la cabeza, sentarse por sí mismos, pararse y caminar. Nacen con un promedio del 50% de su cerebro adulto mientras que los humanos nacen con sólo el 25%. La maduración que otros mamíferos completan antes del nacimiento, el ser humano deberá realizarla después del nacimiento.

Para que un bebé humano alcanzara la mitad de su tamaño del cerebro adulto tardaría unos 18 meses de gestación (Trevathan, 144). Curiosamente, éste es precisamente el período de tiempo en que los bebés empiezan a moverse por sus propios medios y se arrastran. Tanto el ganeo como el logro de 50% del tamaño del cerebro adulto indican que la gestación exterior se completa aproximadamente nueve meses después del nacimiento.

### **Ventajas de un desarrollo incompleto**

A pesar de todo, tiene algunas ventajas haber nacido en una fase temprana de desarrollo cerebral. En realidad, es adaptativo nacer en una etapa más subdesarrollada porque el mundo proporciona todos los días información sensorial más diversa que el ambiente cerrado del útero materno. “Las ventajas del nacer temprano en el ciclo de gestación incluyen una mayor plasticidad y una exposición precoz a los estímulos ambientales importantes para el aprendizaje” (Trevathan, 149).

Cuando un cordero nace, por ejemplo, para sobrevivir, simplemente tiene que levantarse y aprender a seguir a su madre. Es un patrón instintivo-reflejo de la acción. Los seres humanos son diferentes. “El bebé no es una criatura pasiva que está determinada por su entorno, sino que está explorando constantemente, tratando de aprender, y tener el medio ambiente bajo su control” (Karen, 203). Haber nacido antes en el ciclo de gestación nos permite hacer esto más fácil, y nos da una inteligencia abierta y una lógica flexible. Estar en “desarrollo incompleto” en realidad facilita más la creatividad y la personalidad individual (Pearce, MC, 10).

### **Dos tercios del crecimiento total del cerebro finaliza el primer año**

A pesar de que la infancia es responsable sólo de aproximadamente el 2% de nuestra esperanza de vida, un increíble 80% del crecimiento total del cerebro de un bebé se llevará a cabo en el momento en que cumple dos años (Heller, 110)! El cerebro del bebé aumenta de sólo el 25% al nacer al 60% del volumen del cerebro adulto para al final del primer año ser casi dos tercios del crecimiento total del cerebro, esto ocurre en un intervalo muy corto de tiempo ( Montagu, 1986,55-6). En el primer año de vida, el cerebro de un bebé crecerá más rápido de lo que lo hará nunca. Cuando un niño cumple tres años debería haber finalizado el 90% de su crecimiento cerebral.

### **Necesidad primaria de contacto materno**

A pesar de que los bebés simios maduran más rápido que los bebés humanos, todavía permanecen en continuo contacto con sus madres durante un período prolongado de tiempo, normalmente hasta que finaliza la lactancia, con un promedio de duración de tres años o más. “Dada nuestra extero-gestación ... la separación de nuestro cuerpo antes que cualquier otro mamífero desafía la lógica” (Heller, 29). La lactancia y la proximidad a la madre durante tres años o más pueden ser la norma en la mayor parte del mundo, pero ciertamente no es la

norma en Occidente o en los países anglosajones. Muchos consideran que llevarlos demasiado, malcriará a sus bebés. Pero, “en lugar de sentir que deberías soltarlo, puedes estar seguro de que está exactamente donde tiene que estar” (Granju, 273).

Aunque vivamos en la era moderna “,nuestro cerebro siguen estando basado en la Edad de Piedra... casi la totalidad de nuestra bioquímica y fisiología están diseñadas para las condiciones de vida que existían cuando éramos cazadores y recolectores. Y en ese estilo de vida, los bebés eran mantenidos encima o cerca de sus madres, su fuente de seguridad. Después de eones con esta conducta, el cerebro del bebé ha evolucionado a través de la selección natural esperando una vida en una “matriz con perspectiva”, con el cerebro de la madre conectado para proporcionar esa cercanía “(Heller, 4).

La naturaleza tiene el propósito de que los bebés estén con sus madres, sobre todo en los momentos en que su cerebro crecerá más que cualquier otro momento de sus vidas. Los bebés no podrían haber nacido con un desarrollo incompleto y permanecer solos o separados de sus madres la mayor parte del día si tuviéramos que sobrevivir como especie. “No importa que sean numerosas sus ventajas, de todos modos, el retraso de las tasas de crecimiento y el nacimiento en una fase anterior de gestación nunca podría haber ocurrido si no hubiera existido compensación en el comportamiento a la hora de cuidar el bebé por parte de la madre “(Trevathan, 149).

#### **La inmadurez apenas respetada de los recién nacidos**

Desde la óptica del recién nacido, él ni siquiera es diferente de la madre. Se trata de una sola unidad, una díada madre-hijo. Sin embargo, a pesar de estos signos evidentes de dependencia, la inmadurez fisiológica y neurobiológica real del recién nacido no es respetada. Para un bebé que se convierte prematuramente en “un individuo” y es separado de su madre en los primeros momentos, días, semanas o meses después del nacimiento en efecto, es un desafío para su futuro crecimiento, seguridad y estabilidad como individuo. La importancia de que la madre y el bebé permanezcan en contacto y juntos durante este período crítico del desarrollo no se puede alterar demasiado.

“Si los padres comprendieran plenamente el alcance de su influencia sobre sus hijos, especialmente en el comienzo de su vida, la necesidad del tacto abundante y el afecto ni siquiera tendría que ser mencionado” (Caplan, 36).

En su libro El concepto del Continuum, el antropólogo Jean Leidloff explica que: “Un bebé privado de la experiencia necesaria en la formación de las bases para el pleno desarrollo de su potencial innato quizás nunca conozca un momento de la justicia incondicional que ha sido natural en su especie en un 99,99% de su historia. La privación, en la medida que haya sufrido malestar y limitaciones en la infancia, se mantendrá de manera indiscriminada como parte de su desarrollo ... “(Leidloff, 48)

#### **El tiempo juntos y la lactancia sin restricciones espacia el nacimiento de los hijos**

La naturaleza nos ha provisto de una forma biológica para espaciar el nacimiento de los hijos, permitiendo que la madre cuide de su hijo durante un período de tiempo más largo. Esto les da a ambos el tiempo que necesitan para formarse (Jackson, 45). Los niños Kung San permanecen en constante contacto con la piel con sus madres y son amamantados con frecuencia y sin restricciones. Aunque no usan los métodos anticonceptivos occidentales, el nacimiento de sus hijos se produce en tres-cuatro años de diferencia (Shostak, 67). Aunque con la lactancia materna “cultural” no puede haber efectos sobre la fertilidad de la madre, cuando una madre y un niño participan de la lactancia materna “ecológica”, las mujeres permanecen en amenorrea de la lactancia (ausencia de períodos, debido a la lactancia materna sin restricciones y proximidad constante) y los bebés llegan espaciados de forma natural.

#### **La proximidad constante permite una Lactancia Materna Ecológica**

“La Lactancia ecológica es una forma de lactancia en la que una madre cumple con las necesidades del bebé con una lactancia frecuente y su presencia a tiempo completo y en la que el niño gracias a la frecuentes la succión pospone el regreso de la fertilidad”. (Kippley, 8).

Se llama “ecológica” ya que describe la relación entre dos organismos, tanto de la madre como del bebé, y cómo se afectan entre sí. Una madre puede pasar de forma natural más tiempo con su bebé durante tan importante periodo del desarrollo. Su cuerpo sabe que está

dando tanto a su hijo que su cuerpo no está preparado para establecer y alimentar otra vida tan pronto. Las energías de reserva de la madre no se reducen con sangrado menstrual durante este tiempo cuando su ovulación es suprimida.

Además de esto existen “las ventajas psicológicas que están recíprocamente conferidas para el bebé y la madre en la situación de lactancia, sobretodo en una especie en la que la madre está simbióticamente diseñada para continuar la gestación de su hijo fuera de la matriz” (Montagu, 1986 , 54).

### **Las madres se benefician física y emocionalmente**

No sólo el bebé necesita a su madre, ambos se necesitan mutuamente. Después del esfuerzo del proceso del nacimiento la madre se tranquiliza con la sensación de fuerza y plenitud cuando sostiene a su bebé cerca de su pecho. El bebé se siente reconfortado por el tacto de su madre, el calor de su cuerpo y la seguridad de ser acunado en los brazos de ella. Después del nacimiento, cuando el bebé se prende al pecho, las contracciones del útero de la madre comienzan a reducir su tamaño. La lactancia aumenta la hormona del “amor” o la oxitocina que ayudan a intensificar la unión de una madre con su bebé y la disposición de la madre hacia su hijo. Ella se siente cada vez más cautivada por su bebé y su bebé cautivada por ella. Esta relación de lactancia y la intimidad entre la madre y el bebé que conlleva desempeña un papel importante en el establecimiento de una base permanente para los sentimientos de placer, satisfacción y alegría.

### **Sienta las bases para todo el aprendizaje posterior**

En la infancia se sientan las bases para todo el aprendizaje posterior. Cuanto más trabajo cerebral hace nuestro bebé, más capaz se vuelve de hacer y más ganas tiene de nuevo conocimiento. La importancia de los primeros años de la vida del bebé en el desarrollo del cerebro no se puede negar, ya que “directa y permanente, influye en la estructura y la función final de su cerebro” por lo que es aún más crítico para un bebé estar sujeto a su madre, sobre todo durante su período exogestación, cuando su cerebro está en desarrollo más que en cualquier otro momento de su vida (Eliot, 38). Para muchas habilidades el período crítico puede extenderse durante toda la infancia e incluso hasta la adolescencia, pero para otros, “se cierra en los primeros meses o años de vida antes de que la mayoría de los padres ni siquiera sabe que el desarrollo mental de su bebé es aún vulnerable”. Ella dice, “Las sinapsis que se activan rara vez - ya sea por lenguas nunca oídas, música que nunca se hizo, un deporte que nunca jugó, las montañas nunca vistas, el amor que nunca se sintió- se marchitan y mueren. A falta de actividad eléctrica adecuada, pierden el ritmo y los circuitos que estaban tratando de establecer ... Mientras un exceso en el número de sinapsis están presentes el cerebro está en su mayor plasticidad y se puede desarrollar de muchas maneras, pero una vez que las sinapsis se han ido, el periodo crítico ha pasado, y debe conformarse con los circuitos existentes, ya no hay negociación para un equipo más rápido” (Eliot, 32, 38).

Eliot no niega que el aprendizaje posterior no sea posible, pero definitivamente sostiene que el aprendizaje no es tan fácil como lo es para un niño, una razón de por qué las personas mayores tienden a ser más rígidos en su manera de hacer las cosas y no tan creativos como los niños pequeños. La experiencia sensorial es importante en los primeros años, mientras el cerebro está en su apogeo de la plasticidad. En su libro *El contacto vital*, Sharon Heller va tan lejos que dice que “no sacar provecho de todas las experiencias sensoriales en el mundo de nuestro bebé es equivalente en la educación de adultos, a limitar su acceso a la biblioteca” (Heller, 110).

### **El entorno infantil no tiene por qué ser estructurado o complejo**

Aunque saquemos partido de lo que nos rodea, no significa que se tengan que crear “entornos de aprendizaje” artificiales. “Tratar de insistir en las habilidades académicas de los jóvenes con dispositivos como tarjetas de memoria flash no es sólo un poco absurdo, sino que también conlleva el riesgo de crear un entorno opresivo que finalmente puede interferir con el aprendizaje de su hijo ... cada niño teje su propia tapicería intelectual”. (Healy, 20, 31).

“Las experiencias en el entorno no requieren ser elaboradas como la instalación de los móviles sobre la cuna del niño o la difusión de grabaciones musicales. Aspectos más bien simples y cotidianos del entorno físico como el ruido, la luz y las variaciones de temperatura... tocar al bebé, envolverle y sonreírle y por otro lado hablarle, contribuye al desarrollo “(Bauer, 33).

El cerebro infantil busca instintivamente el estímulo de experiencias muy simples que le ayudan a organizar el sistema nervioso en lugar de agobiarlo... Los juguetes son mucho menos importante que un cuidador. Necesitan un entorno que les estimule a realizar su propia exploración en la manipulación y preguntarse ellos mismos en lugar de que le enseñen. Los brazos de la madre proporcionan exactamente esto a la perfección. Como médico y familia psiquiatra Peter Cook dice, “la maduración de un niño se produce en su propia voluntad. Usted no tiene que hacer que suceda “.

### **Entre 1 y 3 años se desaconsejan los Programas Educativos**

La pregunta que surge con frecuencia es si habría que empezar por “educar” al niño antes en un ambiente más formal. En su libro *El mito de los tres primeros años* (The myth of the First Three Years), Bauer es escéptica en toda la política pública que se concentra en “educar” a los niños, que con frecuencia implica llevarse a los niños de sus familias colocándolos en un entorno más estimulante en los tres primeros años de vida. Algunos responsables políticos están tratando de conseguir que el público crea que debe comenzar tempranamente la educación formal, la defensa de programas de Head Start para niños de tan sólo un año con la esperanza de aprovechar el momento en que el cerebro está creciendo más que nunca. Pero los responsables políticos y defensores de la educación temprana de la infancia puede pasar por alto el hecho de que, “Nosotros estamos diseñados para crecer y ser fortalecidos por cada acontecimiento, sin importar lo mundano o impresionante. El flujo de la naturaleza y las estaciones, las personas, las catástrofes, bromas, todo son experiencias de interacción de las que disfrutar y oportunidades para el aprendizaje “(Pearce, 28).

Aunque la intención puede ser la mejor o la “óptima” para equipar completamente a nuestros niños para la vida, estos tres primeros años es cuando el niño más necesita a su madre y a su familia. Las investigaciones confirman que los niños que son cuidados por sus madres durante los primeros tres años de vida tienen menos problemas de crecimiento y desarrollo.

### **El porteo ofrece más oportunidades para la observación y el procesamiento**

En un momento en que su cerebro está creciendo más de lo nunca lo hará en su vida es importante reconocer que se entiende que la gestación exterior tendrá lugar el cuerpo de la madre, no en un objeto, no estando solo, ni privado de visión. Un cochecito con juguetes inteligentes que cuelgan de él o unido en una cuna de plástico con un animal de peluche no es un sustituto cuando se compara con la visión y todos los estímulos sensoriales variados puestos a su disposición al ser llevado por su madre.

Llevar un bebé en brazos, naturalmente, aumenta la relación nutritiva entre la madre y el bebé. Además de ser alimentado tanto física como psicológicamente, los bebés que se llevan durante el período de exergestación se nutren de todo un mundo sensorial que se mueve a lo largo del día y su madre les ofrece. Cuando es llevado en brazos de su madre un niño consigue un lugar seguro desde el que ver el mundo. Es desde este lugar seguro y conocido que los bebés aprenden acerca de lo desconocido. Cuando un bebé está en un estado tranquilo y alerta y en contacto con su madre, está en el estado óptimo para la observación y procesamiento de todo lo que sucede a su alrededor. Estas oportunidades para aprender crean las chispas de las neuronas de su cerebro que crecen y se diversifican, se encuentran y se entrelazan con otras neuronas. Cuanto más crecen y se ramifican estas neuronas, mayor es el crecimiento del cerebro.

Aunque el cerebro de un bebé se basa en la estimulación, los juguetes o productos que los sustituyen están destituidos de todo el mundo sensorial que producimos para nuestros bebés

cuando los llevamos en nuestros cuerpos. Cada abrazo, cada apretón, cada beso y caricia le da la estimulación táctil. Con su cuerpo pegado al de su madre, gana en propiocepción -una toma de conciencia de su propio cuerpo y el lugar que ocupa su cuerpo en el espacio. Consigue la estimulación auditiva con la explicación amable de su madre, susurros y canciones cantadas especialmente para él. Cuando es llevado el movimiento y el balanceo rítmico de su cuerpo estimula su sistema vestibular, su sentido del equilibrio y una sensación de seguridad en el espacio. Recibe la estimulación olfativa con el olor de su madre, y la estimulación gustativa de la lactancia con el sabor cambiante de la leche de su madre. Tiene una gran vista al ser llevado en posición vertical y tiene el privilegio de una gran estimulación visual que le permite ver el mundo. Incluso recibe estimulación kinestésica cuando la madre lo cambia de posición al llevarlo.

### **Los bebés y institucionalizados y el retraso en el desarrollo**

En 1915, el Dr. Henry Chapin un pediatra de Nueva York, reveló que los bebés internados en instituciones en diez ciudades diferentes en los Estados Unidos tenían una tasa de casi el 100% de muerte a pesar de los alimentos y la atención médica, morían por lo que los médicos llamaron “falta de crecimiento” o “marasmus”- consumiéndose (Montagu, 1986, 97). Chapin, consternado por esto, terminó organizando un nuevo sistema para hacer frente al cuidado de los bebés y comenzó a llevarlos fuera en lugar de dejarlos en las instituciones.

Cuando se realizaron estudios para determinar las causas reales del marasmo, dónde y por qué ocurrió, se constató efectivamente que se producía “con bastante frecuencia con los bebés que se encontraban en las “mejores” viviendas, hospitales, e instituciones y entre los bebés que recibían la “mejor y mayor atención” (Montagu, 99). Se hizo evidente que era en realidad en los hogares más pobres, donde a pesar de que las condiciones de higiene frecuentemente no eran buenas, los niños estaban prosperando.

La diferencia era que las madres más pobres fueron las que cogieron, acariciaron, y alimentaron a sus bebés. Cuando las instituciones médicas comenzaron a reconocer este hecho, algunos hospitales convirtieron en norma que las enfermeras fueran a “coger a los niños, llevarlos por el entorno y ser “madre de ellos”, por lo menos tres veces al día. Como resultado las tasas de mortalidad se redujeron drásticamente. (Montagu, 99).

### **La Intimidad y contacto madre-niño relacionados con el crecimiento físico**

La intimidad y el contacto físico entre la madre y el bebé no es sólo importante para el crecimiento del cerebro, sino para el crecimiento físico en general. Los bebés que sufren privaciones graves de contacto no secretan la hormona del crecimiento. Patton y Gardner publicaron los registros de los niños que fueron privados de su madre observó no sólo las perturbaciones mentales que sufrieron, sino también los efectos físicos que se produjeron con un crecimiento de los huesos a los tres años de “sólo la mitad del crecimiento de los huesos de un niño normal” (Montagu, 244).

Algunos han argumentado que el déficit de la hormona del crecimiento se asegura de que el cuerpo no desperdiciará su energía en el crecimiento, sino en encontrar una manera de sobrevivir. Los niños institucionalizados privados de contacto no se secretan la hormona del crecimiento, sin embargo, al entrar en contacto, y recibir estimulación táctil empezarán a crecer de nuevo. (Montagu ,202-203)

### **La falta de contacto afecta negativamente el sistema inmunológico**

El tacto es tan importante para el desarrollo saludable de un niño que la falta de estímulo y contacto en realidad hace que grandes cantidades de cortisol, la hormona tóxica del estrés sea liberada. Los altos niveles de cortisol en la sangre no sólo representan un impacto negativo en los niveles de la hormona del crecimiento sino que también repercuten negativamente en la función inmunológica.

El Grupo de Investigación del desarrollo de la Psicobiología en la Universidad del centro médico de Colorado informó de cómo los monos separados de sus madres durante un breve período de tiempo dejan de producir leucocitos para combatir las infecciones. Cuando se reúnen con sus madres su sistema inmunológico vuelve a la normalidad y empiezan a producir leucocitos de nuevo. (Montagu, 199)

### **La importancia del tacto para la supervivencia**

“Lo que el niño requiere para prosperar está determinado, es ser tocado y transportado, y acariciado, y abrazado y arrullado, incluso si no es amamantado. Es en el tacto, el transporte, las caricias, los cuidados, y los mimos en lo que hay que enfatizar, pues parece que incluso en ausencia de otras muchas cosas, estas son las experiencias básicas tranquilizadoras de que el niño debe gozar de si ha de mantener su aspecto de salud “. (Montagu, 100).

El neurólogo Richard Restak lo dice así, “El contacto resulta que es tan necesario para el desarrollo normal de los bebés como el alimento y el oxígeno. La madre abre sus brazos al bebé, lo abraza, y una serie de procesos psicobiológicos se logran armónicamente “. (Walsh, Biosociología, 62)

### **El contacto madre-hijo maximiza las oportunidades de Emociones Positivas**

Las bases más importantes para la supervivencia y el desarrollo saludable es el contacto. Cuando pueden estar unidos a sus madres los bebés reciben la presencia amorosa continua y el contacto de forma automática. Todas las madres de mamíferos parecen saber que sus hijos necesitan ser tocados por instinto. El bebé se asegura que todo está bien en gran medida a través de los mensajes que recibe a través de su piel. Cuando un recién nacido es llevado en los brazos de su madre se le maximiza la oportunidad de alegría, felicidad y otras emociones positivas. Esto influye en la salud mental de por vida.

### **El mayor desarrollo neurológico y mental en niños prematuros tocados**

En 1977 el psicólogo perinatal Dr. Rice exploró el impacto que los incrementos diarios de estimulación táctil podría tener en los bebés prematuros. Los niños que formaban parte del grupo experimental, eran desnudados para un masaje de cuerpo entero con sus madres cuatro veces al día durante un mes y eran balanceados y acurrucados adicionalmente cinco minutos al final del masaje. El otro grupo de control eran niños que recibieron la atención hospitalaria de rutina sin los masajes o caricias. Después de cuatro meses “los niños beneficiados del experimento fueron significativamente superiores a los niños del otro grupo en el aumento de peso, el desarrollo mental, y más marcadamente el desarrollo neurológico (Walsh, 62). En el grupo experimental se unieron más el uno al otro. Poco después se desarrolló el primer programa de masaje investigado científicamente llamado RISS (Rice Infant Sensorimotor Stimulation) que claramente mostró una mejoría neurológica, así como una mejora general en el crecimiento y el desarrollo de los bebés prematuros.

### **Los bebés prematuros necesitan contacto, ritmo y presión para prosperar**

Subestimamos lo importante que es para los bebés ser llevados, acariciados y acurrucados. Los bebés nacen esperando un “vientre con perspectiva”, como Ashley Montagu dice. Tienen que estar cubiertos, cálidos y envueltos. Tienen que ser constantemente abrazados como estaban en el útero. Los bebés prematuros colocados en incubadoras tienden a moverse hacia las esquinas de sus camas. Buscan esa sensación familiar de contención. Cuando los bebés prematuros son colocados en camas de agua oscilante que imita el movimiento y la estimulación táctil de la matriz, los niños empiezan a ganar peso más rápido y se les da antes el alta del hospital (Field, 45-51). “Cuanto más cerca está el ambiente externo del ambiente interno, más se estabiliza el bebé y puede dirigir su atención hacia el crecimiento y el desarrollo. (Genna, 64)



“Una amplia y respetada variedad de investigaciones en diferentes campos de estudio, incluyendo el desarrollo infantil, psiquiatría, neonatología, y la antropología, ha revelado que los seres humanos, literalmente, requieren el contacto físico suficiente para desarrollar su potencial óptimo”. (Granju, 268)

### **Envuelto, protegido y seguro**

En el vientre materno, todas las necesidades del bebé se cumplen automáticamente. La temperatura es constante, la presión es constante y el sonido del latido del corazón de la madre y su voz son rítmicos y suaves. El bebé está envuelto, protegido y seguro. Y entonces “fuera del totalmente protector, seguro, nutritivo vientre, que nos mantiene en vida y nos alimenta, nacemos, impotentes” (Palmer, 21).

Pero las madres están sintonizadas por la evolución para proporcionar un lugar seguro mientras sus bebés continúan crecimiento, un lugar donde la nutrición, la protección, el calor y la proximidad están cubiertos. El ambiente familiar cómodo del cuerpo de su madre, tranquiliza al hijo diciéndole que está en un lugar seguro, que está a su alcance, y que ella será el contacto con el mundo y “no estará suspendido en él a la ligera” (Montagu, 1896, 157). Es a partir de esta base segura desde la cual la exploración de su mundo puede suceder.

Dr. Pearce describe el útero como un lugar que ofrece tres cosas a una nueva vida en formación: “una fuente de posibilidades, una fuente de energía para explorar esa posibilidad, y un lugar seguro en el que esa posibilidad puede llevarse a cabo.” (Pearce, MC , 18)

### **Llevar al bebé imita el espacio cerrado y la presión de la matriz**

Llevar un bebé en los brazos o usar un fular portabebé imita el espacio cerrado y la presión de sostén de la matriz. Y como la matriz esto ofrece un entorno de protección y seguridad y una excelente ubicación para ver el mundo que es especialmente importante teniendo en cuenta que el cerebro está creciendo más rápido en la primera infancia que en cualquier otro momento de la vida de esa persona. El movimiento de la madre mientras realiza sus tareas es para el bebé como cuando fue mecido en el útero y es para él tranquilizante y familiar. El usar el fular conjuntamente el bebé y la madre facilita la lactancia y todos sus beneficios psicológicos y fisiológicos. Lo más importante es que el bebé recibe estimulación táctil ya que es tocado, besado, acariciado, y abrazado por su madre. Él sabe que es amado y confía en que sus necesidades serán satisfechas.

“Nuestro lenguaje silencioso y más potente, el tacto, es el medio a través del cual los padres y el niño se comunican y se unen, cada caricia fortalece el vínculo entre ellos y fomenta el crecimiento psicológico de nuestros niños, estimula su crecimiento físico y mental; asegura fluidez en las funciones fisiológicas como la respiración, el ritmo cardíaco y la digestión; aumenta su autoestima, la conciencia corporal y la identidad sexual, aumenta el sistema inmunológico e incluso aumenta la gracia y la estabilidad de su movimiento “(Heller, 5).

### **Conclusión**

La ciencia reconfirma que las primeras madres que permanecieron erguidas sabían intuitivamente que sus brazos proporcionaban el ambiente óptimo, después de la transición desde el vientre hacia el mundo. En la naturaleza una madre y un bebé están destinados a esperar unidos y a que esta unidad no finalice al nacer. No sólo el cuerpo de la madre está preparado y diseñado para continuar con la gestación de su bebé después de nacer, sino que además el bebé biológicamente lo espera para su supervivencia. Llevar un bebé en brazos o en un portabebé proporciona esta experiencia de crianza prolongada. Al criar al bebé de una manera que se parezca a la intimidad del embarazo lo más posible hasta que la gestación “exterior” se haya completado, el bebé tiene acceso a todo lo que necesita para desarrollarse y crecer físicamente, mentalmente y emocionalmente siendo un individuo seguro y alegre.

\* Al escribir este artículo la relación “madre / bebé” relación es intencional. Cuando la madre biológica no está disponible, un cuidador o tutor puede tener este papel.

[Ver artículo original en inglés](#) en Sleepywrap.com

### Referencias bibliográficas

- Bruer, J. (2002). *The Myth of the First Three Years: A New Understanding of Early Brain Development and Lifelong Learning*. New York, Free Press.
- Caplan, M. (1998). *Untouched: The Need for Genuine Affection in an Impersonal World*. Prescott, AZ: Hohm Press.
- Eliot, L. (2000). *What's Going on in There? : How the Brain and Mind Develop in the First Five Years of Life*. Bantam.
- Field, T. (2003). *Touch* (Bradford Books). Cambridge, The MIT Press.
- Genna, C. (2007). *Supporting Sucking Skills in Breastfeeding Infants*. Jones.
- Granju, K, & W. Sears. (1999). *Attachment Parenting: Instinctive Care for Your Baby and Young Child*. Atria.
- Healy, J. (2004). *Your Child's Growing Mind: Brain Development and Learning from Birth to Adolescence*. New York, Broadway Books.
- Heller, S. (1997). *The Vital Touch: How Intimate Contact With Your Baby Leads To Happier, Healthier Development*. Holt Paperbacks.
- Jackson, R. (1990). *Human Ecology: A Physician's Advice for Human Life*. . ST. BEDE'S PRESS.
- Karen Ph.D, R. (1988). *Becoming Attached: First Relationships and How They Shape Our Ability to Love*. New York, Oxford University Press.
- Kippley, S. (1999). *Breastfeeding and Natural Child Spacing*. Bantam.
- Klaus, M, & J. Kennell, & P. Klaus. (1996). *Bonding: Building The Foundations Of Secure Attachment And Independence*. Da Capo Press.
- Montagu, A. (1986). *Touching: The Human Significance of the Skin*. Harper Paperbacks.
- Montagu, A. (1988). *Growing Young: Second Edition*. Bergin.
- Palmer, L. F. (2007). *Baby Matters: What Your Doctor May Not Tell You About Caring for Your Baby*. San Diego, CA: Baby Reference.
- Palmer, L. F. (2009). *The Baby Bond: The New Science Behind What's Really Important When Caring for Your Baby*. Naperville, IL: Sourcebooks, Inc..
- Pearce, J. (1986). *Magical Child* (Plume). New York, Bantam.
- Shostak, M. (1983). *Nisa: The Life and Words of A !Kung Woman*. Vintage Books.
- Trevathan, W. *Human Birth: an Evolutionary Perspective*. Walter de Gruyter.
- Walsh, A. (1995). *Biosociology: An Emerging Paradigm*. Praeger Publishers.