

POR NATALIA QUIERO SANZ
natalia.quiero@diarioelsur.cl

Corrían los '70 cuando los reportes de sus pacientes que hablaron sobre experiencias ocurridas al poco tiempo después de haber nacido se repetían cada vez más. Fue entonces cuando el psiquiatra canadiense Thomas Verny se preguntó si eso que le habían enseñado, que no se podía recordar nada de lo sucedido antes de los dos años de vida, podía no ser realmente verdad.

Leyó todo lo que pudo sobre la primera etapa vital, conocimiento que sintetizó en el libro "La vida secreta del niño antes de nacer", en el que hace un viaje hacia el universo del útero materno, abordando la trascendencia a nivel físico, mental y emocional del vínculo madre-hijo desde el vientre. Editado por primera vez en 1981, fue publicado en 27 países, siendo un impulso para reunirse con profesionales que compartían el mismo pensamiento y fundó la Asociación de Psicología Pre y Perinatal de América del Norte.

Es por eso que Verny es considerado uno de los padres de esta área cuyo principio fundamental es que la vida no empieza al nacer, comienza con la concepción.

Para él, además, aunque parezca una etapa acotada al compararla con otras, "el periodo prenatal es el más importante de toda la vida". Desde ese postulado se derivan muchos otros avalados por el desarrollo del conocimiento; algunos ya arraigados y que guían la maternidad de muchas mujeres, y otros en una vía de expansión de la que el psiquiatra no se cansa de ser parte, publicando más obras y dando charlas que siempre maravillan a sus oyentes, en todo el mundo. Esto quedó demostrado con las que ofreció en su primera visita a Concepción, invitado del Diplomado de Salud Primal del Departamento de Obstetricia y Puericultura de la Facultad de Medicina de la

Que la vida comienza con la concepción, que los genes no son el destino y que un embarazo saludable empieza antes de concebir son algunas convicciones del experto.

Universidad de Concepción, ajetreteadas jornadas entre las que se dio tiempo para hablar con El Sur.

PARA TODA LA VIDA

"Todo lo que pasa en el periodo prenatal y el primer tiempo después de haber nacido afecta para el resto de la vida en términos de



Thomas Verny visitó Concepción como invitado del Departamento de Obstetricia y Puericultura de la Facultad de Medicina de la UdeC.

THOMAS VERNY, PSIQUIATRA CANADIENSE

"El periodo prenatal es el más importante de toda la vida"

Considerado uno de los padres de la psicología pre y perinatal, el experto aseguró que el tiempo en el vientre materno y la forma de vivir el embarazo pueden decidir el futuro de una persona.

la salud física y también psicológica. De hecho, el origen fetal de muchas enfermedades en la edad adulta ya es una conclusión científica", afirmó el psiquiatra, pavi-

mentando el camino que deja claro su propósito: crear conciencia de que la forma en que sucedan esos nueve meses de gestación son trascendentales.

Y es que, recalcó, "los genes no son nuestro destino, el medioambiente influye la expresión de estos y para un niño en el vientre

el medioambiente es la madre. Todo lo que la madre come, bebe y respira, y todo lo que piensa y siente es transmitido al bebé. Si la madre está feliz, si come bien, si hace ejercicio, si piensa en el bebé o no considera su existencia; todos son factores que importan muchísimo". La Epigenética es una nueva ciencia que, justamente, se enfoca en la relación que el medioambiente tiene en el desarrollo de una persona.

El tipo de parto es otro punto donde ha fijado su atención, pues éste conlleva efectos en el niño que perdurarán toda la vida, tanto fisiológicos como psicológicos. Sobre esto, manifestó que hay que disminuir al máximo las cesáreas, pues tienen consecuencias negativas. Aseguró que "en

la cesárea la madre está bajo los efectos de la anestesia y después del nacimiento no está realmente consciente de que el bebé nació", comentando que así se puede ver afectado el apego temprano, vínculo que es de suma importancia, otro concepto clave en la psicología pre y perinatal.

¿Qué rol juega, en el futuro, la calidad del apego con la madre?

-El tipo de relacionamiento que el niño establece con su madre crea un patrón para futuras relaciones. Si hay una buena relación primera con la madre, la tendencia será tener una relación buena y armoniosa con otras personas más tarde. Si el apego es pobre habrá menos confianza en sí mismo y en los otros, habrá más

dificultad para salir del medioambiente de la madre y abrirnos al mundo. Eso se llama apego inseguro.

¿Cómo debe vivirse en el periodo prenatal, dada su importancia?

-Poniendo el foco en esa importancia en vez de olvidarse de que se está embarazada. Preocuparse de factores externos como el cuarto del bebé o su carrito de paseo importa, pero lo más relevante es tener una relación con el bebé que está dentro y comprender que no es un pelotita de protoplasma creciendo ni un pez dorado nadando en su pecera, es un ser humano viviendo.

Hay que hacer todo para crear el medioambiente más ideal que

Los genes no son nuestro destino, el medioambiente influye su expresión y para un niño en el vientre el medioambiente es la madre. Todo lo que la madre come, bebe, respira, piensa y siente es transmitido al bebé".

Es difícil decir qué tipo de gen puede ser silenciado, pero es bueno hacer todo para disminuir el estrés, la ansiedad y la depresión en la gestación, y todo eso probablemente ayude a silenciar genes negativos".

puedas para ese bebé que está en el útero.

¿Cómo se crea ese medioambiente ideal?

-Viviendo la vida lo más feliz posible. La madre necesita pensar en el bebé, hablar con él; puede bailar y escuchar música bella. Hay que rodearse de lo máximo de belleza posible, caminar por la naturaleza. Hay que tratar de estar con personas positivas y evitar la negatividad y lo que causa estrés; si tienes problemas con tu pareja busca ayuda y procuren hablar de todos los temas relacionados con su hijo.

¿Así se podría cambiar la predisposición genética a una patología?

-Todavía es difícil decir qué tipo de gen puede ser silenciado, pero sí es bueno hacer todo lo posible para disminuir el estrés, la ansiedad y la depresión en la gestación, y todo eso probablemente ayude a silenciar genes negativos.

Si la vida comienza en la concepción, ¿un embarazo saludable debería empezar mucho antes?

-Absolutamente. Quienes anhelan concebir un hijo tienen que hacer todo lo mejor que puedan para su salud física y mental. La salud de los padres antes de la concepción es importante y la precaución debe ser vivir como si ya estuvieran esperando a ese hijo en el vientre.