

IX. La Educación Prenatal camino de transformación y prevención

De los futuros padres y de los jóvenes, pues, la educación prenatal les va a permitir adquirir una nueva conciencia de sí mismos, de la vida y de su papel de educadores.

Es transformadora, porque una pareja que decide prepararse conscientemente para traer una nueva vida; en el propio proceso de revisión de su mundo físico, emocional y mental, con el que habían convivido hasta ese instante, les va a permitir sacar a la luz aquellas cosas guardadas celosamente, que quizás no les dejaban vivir de una manera plena y feliz, a fin de poder cambiarlas y sanarlas.

Es en este primer momento de apertura a una nueva conciencia, en el que el camino comienza a despejarse de todos aquellos lastres que llevaban consigo, lo cual, seguramente, les permitirá adquirir más lucidez y claridad y abrirse a una visión más positiva de la vida y desarrollar todo su potencial latente.

Una concepción consciente, así como una gestación consciente, van a seguir profundizando en ese encuentro consigo mismo/a y con el otro, para seguir transformando, descubriendo y disfrutando en todo el proceso.

Ahora el corazón empieza a bombear con una nueva luz, a vibrar con un nuevo latido: el del amor incondicional, desinteresado, que es el que nos guía en ese deseo de mejorarnos y, desde ahí, descubrirnos como padres y madres más conscientes de nuestra responsabilidad en esta grandiosa tarea, y con la posibilidad de ofrecer lo mejor de nosotros/as mismos a nuestros futuros hijos/as.

¡Así que claro que es maravillosamente transformadora!

Podemos añadir que este camino emprendido es, al mismo tiempo, un camino de doble vía porque todo el trabajo que los padres y las madres realicen para superarse, todo el amor que están manifestando hacia el nuevo ser que van a traer, les será recíprocamente devuelto, dado que su hijo/a también les devolverá todo el amor recibido y les aportará la plenitud durante todo el proceso, antes del nacimiento y después. En realidad, sus hijos/as ya les están ayudando, desde el inicio de todo, porque ellos son el motor del cambio y transformación que están llevando a cabo. Esto va tejiendo vínculos muy fuertes, profundos y sólidos en el interior de la familia, entre padres e hijos/as.

Es importante, pues, hacer llegar todas las informaciones y descubrimientos científicos concernientes al periodo prenatal a todos los futuros padres y madres, 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 seguramente mucho que ganar.

La Educación Prenatal es también 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.

Recordemos lo que decía Hipócrates.

“Mejor la prevención que la terapia”

Y la doctora Claude Imbert, (2008) por su parte, incide en ello:

“Para que esta prevención sea optima, tendrá que ser gestionada por un programa social propuesto por los sectores públicos de la salud y de la protección de la infancia, con la cooperación de asociaciones privadas. Estas últimas ostentan por ahora el papel de pioneros y de iniciadores de la demostración de toda la utilidad de esto”. P. 172.

En este sentido, son muy interesantes, dos documentos que apoyan y corroboran lo que ella dice, y lo que hemos estado desarrollando y transmitiendo a través de este libro:

El de los “1001 días críticos”

Es un documento que fue presentado por un grupo de parlamentarios en el Parlamento inglés en el 2014. La iniciativa surgió en el 2013, pero tomó cuerpo en el 2014.

Este documento es el resultado de la búsqueda de la neurología, psicología y de la situación actual, y sus problemas, pobreza, violencia...

En él se dice que si los lazos familiares son buenos, el ser no tiene por qué tener problemas, incluso si está en una familia pobre. El punto de partida es el vínculo madre-hijo/a y su relación afectuosa.

Los estudios presentados en este informe dicen que las neurociencias nos muestran que el período de la gestación y los dos primeros años de vida del niño/a son cruciales en su desarrollo, y a largo plazo para su salud y sociabilidad.

“La salud mental de los padres (especialmente de las mujeres) es, pues, esencial para la salud de los niños/as”. Y si fueran aplicadas, las recomendaciones que se han dado, permitirían reducir los problemas de salud mental perinatal y la transmisión de la vulnerabilidad de una generación a otra.

El coste estimado de la mala gestión de la salud perinatal y del maltrato a los niños/as es de 23 millones de Libras esterlinas por año (31 millones de euros). Los informes del estudio muestran que los dos problemas están ligados y podrían en gran medida ser evitados.

Esta suma es el equivalente a los dos tercios del presupuesto anual de la defensa nacional del Reino Unido, que se gasta por un problema generalizado que se vuelve intergeneracional si no es identificado y tratado a tiempo.

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%.

El objetivo a largo plazo es hacer nacer a niños/as que al final de los 1001 días de su vida tengan los recursos emocionales y sociales necesarios y estén dotados de unos sólidos cimientos para una buena vida y una buena ciudadanía.

Y para esto hay que asegurarse que los intereses y las necesidades de las familias durante este período sean tenidos en cuenta y representados por el mayor número posible de personas en el seno del parlamento y del gobierno.

Invertir en los 1001 primeros días, desde la concepción hasta la edad de dos años, debería ser una prioridad para el país.

Dos ejes fundamentales:

- 1- Permitir a los niños/as recibir cuidados adaptados desde los primeros meses de gestación.
- 2- Equipar, sostener y ayudar a los padres durante la gestación y el nacimiento. Acompañarlos, ayudarlos en sus cuidados a los niños, en un entorno seguro, para que ellos procuren a sus hijos/as una educación amorosa y estimulante en los cruciales primeros años, lo que hará la **diferencia que durará toda su vida.**

El otro documento interesante es el de los 1000 días.

Numerosos investigadores han confirmado ampliamente el concepto de programación que se da durante los 1000 días y la relación con el riesgo de contraer una enfermedad crónica en la edad adulta.

Los estudios epidemiológicos en humanos y en modelos animales experimentales

han proporcionado nuevas pruebas acerca de que los factores ambientales, tales como lo que respiramos, lo que comemos y bebemos, así como nuestra actividad física, el estrés, nuestras relaciones psicoafectivas, nuestro nivel socioeconómico, pueden tener un impacto en nuestra salud y también pueden afectar a la de nuestros futuros hijos, incluso la de nuestros nietos, esta posibilidad concierne tanto al padre como a la madre.

El concepto de los primeros 1000 días se presentó en 2015 en el marco del tercer encuentro del Gran Foro de la Infancia. El profesor Umberto Simeoni, presidente de este Foro, jefe del departamento de pediatría y responsable del Laboratorio de investigación DOHaD (orígenes del desarrollo de la salud), Hospital universitario de Vaudois (UNIL) en Lausanne, Suiza, expuso en la conferencia de apertura la importancia de echar un nuevo vistazo al periodo de los primeros 1000 días de vida. Estos primeros 1000 días, que comienzan antes de la concepción y que van más allá de los dos años de edad, son esenciales y constituyen un periodo de mucha sensibilidad, lo que constituye una ventana de oportunidades formidables en términos de prevención: proteger la salud del adulto protegiendo la del niño.

El retos de los primeros 1000 días y papel de los profesionales.

El profesor Lawrence Storme de la Clínica de medicina neonatal CHRU de Lille, Hospital Jeanne de Flandes, dio una conferencia sobre los temas de salud que están en juego durante la gestación y los dos primeros años de vida. La salud de los adultos del mañana depende de estos 1000 días.

Así pues, las primeras etapas de la vida, desde la concepción y la gestación hasta el final de la primera infancia (los 1000 primeros días), recientemente ampliado a la adolescencia, constituyen una ventana única de sensibilidad a través de la cual el entorno bajo todas sus formas, ya sea nutricional, ecológico, socioeconómico y los modos de vida dejan huellas en el genoma, programando la salud o el riesgo futuro de enfermedad de un individuo para toda su vida.

Como podemos constatar y comprobar a través de estos documentos, todas las informaciones que hemos dado a lo largo de este libro, ya no son solo el resultado de las investigaciones científicas que se han venido desarrollando desde finales de los años 70 del siglo pasado por parte de muchos científicos de campos diferentes, como decíamos al principio, y que se han ido difundiendo a través de conferencias, libros, artículos y publicaciones en medios diferentes, asociaciones..., en todo el mundo, sino que estas informaciones han saltado a la esfera pública mundial, desde los gobiernos, como en el caso del documento de los 1001 días críticos del Parlamento inglés, con lo cual podemos observar cómo se van dando algunos pasos en la toma de conciencia de la importancia de la etapa prenatal desde las

instituciones.

¿Se está abriendo, pues, una ventana a la esperanza de que es posible la transformación de la sociedad, de que es posible acabar con los graves problemas que la envuelven, y que esto puede venir de la mano de la Educación Prenatal?

Desde hace tiempo estamos tocando fondo en el mundo, aquejado de grandes y graves problemas que suscitan cada vez más preocupación a todos los habitantes del planeta, porque ellos se extienden a nivel global.

Todo lo que se ha intentado hasta ahora no ha funcionado de forma durable, o a veces, sencillamente, no ha funcionado.

Por lo tanto, **a modo de conclusión**, si estas informaciones pudieran estar al alcance de todos los futuros padres y madres, de los jóvenes, de todos los profesionales que acompañan a las futuras madres, de la sociedad en general; daríamos la posibilidad a los futuros padres, a la luz de los conocimientos que tenemos actualmente sobre la importancia de la etapa prenatal, de prepararse para que puedan vivir este periodo de forma más saludable, más positiva y armoniosa, sabiendo los resultados tan importantes que obtendríamos para las futuras generaciones, que serían más amorosas, más solidarias, más comprensivas y pacíficas.

Evidentemente, esto no se va a conseguir en una sola generación, pero hay que empezar, cada nueva generación dará un paso más en este camino, sus células resonarán más y más con estas ideas, porque se irán haciendo, cada vez más, profundamente, carne en su ser, y poco a poco, pero de una manera constante y firme, aportarán esa paz duradera que transformará la vida de la sociedad y de toda la humanidad.

Creo, sinceramente, que para la transformación de la humanidad actual, es el camino más seguro, eficaz, sólido y directo.

¿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...? ¡No perdemos nada intentándolo y podemos ganar mucho!

¡Solo el Amor salvará a la humanidad!
Y hará que un nuevo día amanezca en el mundo