

---

# LA PREPARACIÓN PRENATAL Y EL PERÍODO DE REESTRUCTURACIÓN DE VIDA

---

Liliana Villarraga\*

**H**asta el momento de esperar un hijo, la mujer puede haber vivido su existencia con relativa poca introspección. La familia y la sociedad, con su influencia se han encargado de mantener normas mas o menos claras sobre las cuales debe marchar su comportamiento.

El hecho accidental, planeado o esperado, cuyo fruto es la gestación, conmociona toda su existencia en lo corporal, emocional, relacional, familiar y cultural. Es un evento tan especial en la vida de una mujer, de la pareja y la familia que sea cual sea el deseo de vivir esta experiencia merece ser atendida con verdadero compromiso, comprensión y especial sensibilidad para evitar pasar por alto cualquier manifestación de comportamiento; es por esto que vale la pena poner en juego estrategias de atención además de las ya existentes del modelo biomédico, el cual ya tiene suficientemente establecidas sus formas de abordar la gestación.

La reunión en grupo para la preparación nos brinda la oportunidad para que las personas nos planteen sus INQUIETUDES, es decir, son las diversas inquietudes y formas de aprehensión con sensación alarmante, amenazadora o sombría. Estas inquietudes nos interesan y motivan para asegurar la acción, pues nos plantea la necesidad de brindar el espacio seguro y protegido, para esa mujer,

ese hombre o esa pareja, en la elaboración y análisis sobre sí mismo.

Una pregunta planteada significa dar, a la palabra, el valor en sentimiento y expresión de la propia sensibilidad y plantear la necesidad de tener un significado para el propio sentir. Luego, la pregunta es más que la necesidad de una respuesta, exige un nivel mas allá de la comprensión de las palabras y de la explicación teórica. Necesita de la respuesta cálida, empática y coherente, con una fina observación y respaldada por una comprensión teórica consistente.

Es preciso que el ambiente de preparación rodeado de comodidad, también brinde el espacio protegido que permita a los participantes abandonarse confiadamente para regresar a recuperar su propia historia de vida, incluida la historia familiar de cada uno y su relación con la experiencia actual. Macfarlane A. menciona: las influencias sobre el resultado de la gestación, el parto y el nacimiento comienzan en el mismo momento de la concepción de la propia madre, "los genes, que ella hereda de sus padres, su propio desarrollo dentro del útero, acompañado de todos sus complicados cambios, los riesgos de su venida al mundo, sus experiencias biológicas y sociales durante la infancia, la niñez y la adolescencia; todo esto forma la base de su salud y física y mental en la vida adulta".

Las experiencias infantiles no completas por insuficiencia en calidad o vividas traumáticamente o no vividas, quiere decir que han de-

---

\* Profesora Asociada Facultad de Enfermería Universidad Nacional, Especialista en Salud Mental.

jado un vacío que es preciso cerrar o completar en esa mujer o ese hombre para que puedan surgir íntegros en su propia vida y construyan seguros su nueva experiencia de padres.

Las inquietudes que plantean los padres tienen relación con su experiencia de haber tenido padres y tener seguro su origen, es importante para ellos retornar y preguntar porque en la infancia o durante la adolescencia, por alguna razón no tuvo respuesta satisfactoria; no es extraño encontrar en las mujeres solas y parejas jóvenes la necesidad de regresar "de visita" a sus familias de origen; también en nuestro medio cultural, el deseo de que la madre de uno de los miembros de la pareja, si no ambas "vengan a cuidar a la paturienta durante la dieta".

Los autores consultados, contemplan la gestación, cómo una situación crítica de la mujer, tal vez por esa razón la siguen denominando "embarazo" y aun no es frecuente encontrar preocupación por la respuesta del hombre como padre.

Observando y estudiando a la mujer en gestación BRAZELTON T.B. Comenta: además de la ansiedad mientras confirma el embarazo, lo acepta, siente los movimientos fetales y acepta al feto como individuo; también debe hacer el "trabajo" de convertirse en madre, Brazelton menciona: "en entrevistas psicoanalíticas prenatales con primíparas normales se puso de relieve una ansiedad que a menudo parecía asumir proporciones patológicas". Y añade que: "el material inconsciente estaba tan cargado y deformado, y se hallaba tan cerca de la superficie, que antes del parto uno se sentía inclinado a una pesimista predicción sobre la capacidad de la mujer para adaptarse al papel de la maternidad. Sin embargo al verla en acción como madre, esta misma ansiedad y ese material inconsciente deformado se convertía en una fuerza reorganizadora que la readaptaba para su importante y nuevo papel".

Esta especial sensibilidad enunciada tan claramente por Brazelton y que denomina "conmoción como preparación para las múltiples opciones en un período crítico muy breve", las mujeres la manifiestan como: inestabilidad, incertidumbre, hipersensibilidad, miedo, temor, sensación de extrañeza, temores a: perder el control y no tener capacidad para el momento del parto e incapacidad para afrontar la experiencia de ser madre.

Los hombres, analizados por Brazelton como elementos de apoyo básico y proveedores adul-

tos de la familia dicen: "en ese proceso debió examinarse a sí mismo y examinar su experiencia con su propio padre". En nuestro medio los hombres manifiestan: inseguridad, miedo, temor de no poder responder como lo necesita la mujer, incapacidad para ayudar a la mujer o al niño, necesidad de buscar ayuda "médica", prepararse para ser un padre.

Una respuesta frecuente es la evasión, mecanismo aun no explorado y me atrevo a pensar que tiene íntima relación con la propia experiencia de ausencia paterna.

La propuesta concreta consiste en brindar durante la preparación la oportunidad del ENCUENTRO HUMANO, facilitando el espacio para la introspección y el darse cuenta de las experiencias removidas por la vivencia presente, esta armonía que plantea el AQUÍ y el AHORA les permite a los participantes hacer suya la experiencia de vivir el propio estado con la claridad del presente y con la oportunidad de cerrar con la especial sensibilidad de hoy, experiencias esenciales para el SER y que pertenecen a etapas anteriores.

Encontrarse en la familia de origen y en edad temprana hasta hallar las figuras significativas Materna-Paterna que influyen el SER de hoy como madre o padre con recuerdos que permiten reafirmación o el deseo de corregir equivocaciones que no se desean repetir. También la búsqueda de detalles significativos, aunque no sean gratos, son forma de recuperar alguna presencia, imagen o modelo. También el grupo brinda la oportunidad de corregir y buscar la comprobación o ensayo en una responsabilidad que no sabe como afrontar.

En el grupo de preparación, la mujer sola y las parejas encuentran la oportunidad de ser acogidos en su especial experiencia y contar con vivencias que les brinda la comprensión, análisis aprendizaje y reconocimiento del propio desarrollo del sentimiento maternal y paternal, es decir se reafirma cada uno en su identidad, autoaceptación y autoestima.

El fin último del grupo de preparación es facilitar la reestructuración de la vida de la futura madre sola o de la pareja para que el recién nacido pueda nacer en un mundo de sentimientos positivos producto de relaciones armónicas durante toda su experiencia de socialización. Al respecto LASWELL D. HAROLD enfatiza que: "toda la experiencia de socialización del niño es un largo ejercicio para adquirir un sistema de identidad lo bastante fuerte para resistir el impetu repentino de los impul-

sos primitivos o el efecto perturbador de los ambientes demasiado indulgentes o severos".

## BIBLIOGRAFÍA

KLAUSS, M. KENNELL, J.- *La relación madre hijo*. Ed. Panamericana, Buenos Aires 1978. pp. 48-51.

MACFARLANE, Aidan.- *Psicología del nacimiento*. Serie Bruner. Ed. Morata Madrid 1982. p. 27.

RUITENBEEK, Hendrik.- *Psicoanálisis y ciencias sociales*. Fondo de Cultura Económica, México 1973. p. 46.

VILLARRAGA, L. BARROSO, M.- *Maternidad vivida*. Trazo Ltda. 1990