

El Nacimiento de los mamíferos humanos

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, 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 intimidad 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 intimidad 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.

Dificultades Mecánicas del Nacimiento del Homo Sapiens

Están también relacionadas con el desarrollo del cerebro. Cuando una mujer encinta llega a término, el diámetro menor de la cabeza del bebé (que no es exactamente como una esfera) casi coincide con el diámetro mayor de la pelvis de la madre (que tampoco es exactamente como un cono). El proceso evolutivo adoptó una continuidad de soluciones para así alcanzar los límites de lo que es posible. La primera solución fue hacer el embarazo lo más corto posible; de alguna manera, el bebé humano nace prematuramente.

Además, se ha probado recientemente que la mujer embarazada puede, hasta cierto punto, adaptar el tamaño del feto a su tamaño modulando el fluido sanguíneo y la disponibilidad de nutrientes hacia el feto. Es por esta razón que las madres receptoras de embriones de donantes con tallas genéticamente superiores llegan a término habiendo engendrado bebés más pequeños de lo previsto. Desde un punto de vista mecánico, la cabeza del bebé tiene que estar lo más flexionada posible, de manera que presente el menor diámetro antes de emprender la espiral que lo llevará fuera de la pelvis materna. El nacimiento de los humanos es un complejo fenómeno asimétrico, con la pelvis materna abierta transversalmente al máximo de sus posibilidades a la entrada, y también lo más ancho posible longitudinalmente a la salida. Un proceso de "amoldamiento" puede cambiar ligeramente la forma del cráneo del bebé si fuera necesario. Cuando se habla de las particularidades mecánicas del nacimiento humano no podemos dejar de referirnos y compararnos con lo que sucede con nuestros parientes más cercanos, los chimpancés. Con el embarazo a término, la cabeza de un bebé chimpancé ocupa un espacio significativamente menor en la pelvis materna, con la vulva de la madre perfectamente centralizada, con lo que el descenso de la cabeza del bebé se presenta de una manera lo más directa y simétrica posible. A juzgar por los hechos, parece que desde que nos separamos de los otros chimpancés y a través de la evolución de las especies de homínidos, ha venido originándose un conflicto entre moverse rectos sobre los dos pies y la tendencia hacia un cerebro cada vez mayor.

El cerebro del Homo moderno es cuatro veces mayor que el de nuestro famoso ancestro conocido como Lucy. Tal conflicto en nuestras especies viene dado porque esa pelvis adaptada a un cuerpo verticalizado debe estrecharse, para así permitir que las piernas permanezcan juntas bajo nuestra columna vertebral, lo cual facilita la transferencia de fuerzas desde las piernas hasta la espina cuando corremos. Esta postura erguida se convierte en un requisito previo para nuestro desarrollo cerebral. Por otra parte, los mamíferos, que ejecutan sus movimientos con las cuatro extremidades a un tiempo, son incapaces de llevar cargas pesadas sobre la cabeza, como nosotros cuando andamos derechos. Quizá es por este motivo por el que durante el proceso evolutivo se han encontrado soluciones como una pelvis ensanchable útil para el nacimiento del "mono con el cerebro grande", teniendo en cuenta que cuanto más corrieran nuestros ancestros, mayores probabilidades de supervivencia.

Medio Cultural

Otra diferencia entre los humanos y los otros mamíferos es que, cuando un nacimiento ha sufrido cualquier clase de intervención, ya sea con drogas o simplemente por demasiada gente alrededor, el efecto es mucho más evidente a nivel individual entre los mamíferos

no humanos. Para explicar lo que acabo de decir existen incontables experimentos confirmando que el comportamiento maternal de los mamíferos no humanos puede cambiar espectacularmente si se pone al animal anestesia general. Hace casi un siglo, en Sudáfrica, Eugene Marais estuvo realizando experimentos con la finalidad de confirmar su intuición de poeta de que existe una conexión entre el dolor del nacimiento y el amor materno (1). Marais estudió un grupo de 60 antílopes cafres salvajes sabiendo que no había habido un solo caso de madre de este rebaño que hubiera rechazado a un retoño en los últimos 15 años. Procedió entonces a dar a las madres que iban a parir unas chupadas de cloroformo y éter; el resultado fue el rechazo posterior de éstas hacia sus crías.

El comportamiento materno también puede ser alterado por la acción de la anestesia local. En los años 80, Krehbiel y Poindron estudiaron los efectos de la anestesia epidural en ovejas con resultados fáciles de resumir (2): cuando las ovejas paren con anestesia epidural no cuidan de sus crías. En Veterinaria, existe hoy en día la práctica de cesárea entre ciertas razas de perros. Esto es posible porque los seres humanos compensan esta práctica, que acarrea inadecuados comportamientos maternos entre los perros, con preparados lácteos que reemplazan la leche canina.

Referente a los efectos de la cesárea en la conducta de los primates contamos con extensa documentación, ya que diferentes especies de monos son utilizados como animales de laboratorio. Por ejemplo, en el caso de dos tipos de macacos (los rhesus y los conocidos como "comedores de cangrejos") (3), las madres no cuidan de sus crías tras una cesárea. En estos casos, el personal de laboratorio debe recubrir el cuerpo de la cría con secreciones vaginales con la finalidad de estimular el interés de la madre por el recién nacido. No es necesario presentar muchos más ejemplos de experimentos con animales para convencer a cualquier persona de que la cesárea, o simplemente la anestesia necesaria para la operación, pueden alterar fatalmente la actitud maternal de los mamíferos en general. Con respecto a este asunto, los humanos son especiales. Millones de mujeres en todo el mundo han cuidado a sus bebés tras una cesárea, una epidural o un parto en el que están "ligeramente colocadas". Sabemos por qué el comportamiento de los seres humanos es más complejo y más difícil de interpretar que la conducta de otros mamíferos, incluyendo los primates (4). Los seres humanos han desarrollado sofisticados medios de comunicación: son capaces de hablar, han creado culturas y su comportamiento está menos influenciado por su regulación hormonal y más directamente por el medio cultural en el que habitan. Una mujer puede anticipar un comportamiento maternal cuando sabe que está embarazada. Esto no significa que no tengamos nada que aprender de los mamíferos no humanos. Lo aprendido de los experimentos con animales nos indica

el tipo de preguntas que debemos hacer cuando nos referimos a la especie humana, las cuales deben incluir tanto el término "civilización" como el término "cultura".

Por ejemplo, si otros mamíferos no cuidan de sus crías tras un parto por cesárea, lo primero que nos tendríamos que plantear es: "¿Cuál es el futuro de una civilización nacida por cesárea?". Por un lado, el medio cultural atenúa los efectos del desequilibrio hormonal, pero por otro perturba el proceso del nacimiento. En otras palabras, todas las sociedades que conocemos han perturbado la fisiología del parto y nacimiento. La sociedad interfiere en el proceso fisiológico a través de comadronas o doctores que son a menudo demasiado activos, por no decir invasivos.

Al principio, las mujeres tenían la tendencia a dar a luz cerca de sus madres o cerca de una madre de la familia o la comunidad. Aquí se encuentra el origen de la Partería. La comadrona representa la figura de la madre. En un mundo ideal, nuestra madre es el prototipo de persona con quien nos sentimos seguras, sin ser observadas o juzgadas. En muchas sociedades, la persona que atiende el parto representa el papel de guía o asistente.

La transmisión de creencias y rituales es la forma más poderosa de controlar el proceso del nacimiento, y en particular, la fase del parto entre el nacimiento del bebé y la expulsión de la placenta. Por ejemplo, la creencia de que el calostro es nocivo y se debe evitar dar al bebé ha estado presente en los cinco continentes, y la consiguiente acción es que la criatura, inmediatamente después de nacer, debe estar en los brazos de otra persona distinta a la madre. De ello deriva, a su vez, la tan enraizada costumbre de precipitarse a cortar el cordón.

Éstos son sólo dos ejemplos de una larga lista de creencias y rituales que interfieren negativamente en el proceso fisiológico del nacimiento. También hay creencias que refuerzan ciertos rituales; por mencionar una, digamos que todavía en ciertos grupos étnicos de África Occidental la madre no debe ver los ojos de su bebé en las primeras 24 horas "para evitar que los malos espíritus invadan el cuerpo del recién nacido". Es importante darse cuenta de que la cultura del siglo XXI transmite sus propias creencias, especialmente entre los grupos que se autodenominan de "nacimiento natural" y que van en contra de lo que hemos aprendido de la perspectiva fisiológica y del comportamiento de los otros mamíferos (no humanos). Por ejemplo, es común comparar a las mujeres de parto con atletas, a quienes se les aconseja consumir carbohidratos, proteínas y líquidos antes de empezar una actividad física extrema (5).

Mucha gente que trabaja dentro del "nacimiento natural" con madres embarazadas están influenciadas por tales comparaciones y les explican que cuando comience el parto deben comer, por ejemplo, pasta, y durante el trabajo de parto deben beber bebidas dulces, como jugos o agua y miel. Pero la realidad es otra: cuando la primera fase de un parto progresa bien, esto significa que el nivel de adrenalina de la parturienta es bajo. Esta mujer tenderá a permanecer inmóvil (quizás recostada hacia delante o sobre el costado, o como su cuerpo se lo pida). Cuando los músculos del esqueleto están descansando, es muy poca la energía que se gasta. Además, cuando un parto progresa bien, esto es una señal de que el neocórtex está descansando. Y recordemos que el neocórtex es otro órgano del cuerpo humano que necesita buena cantidad de glucosa para funcionar.

Comparar a una mujer de parto con una "atleta de maratón" nos puede llevar a otros errores, como el de sobreestimar la necesidad de agua. Es importante recordar que la parturienta no pierde mucha agua porque presenta altos niveles de vasopresina (la hormona que retiene agua) y porque los músculos del esqueleto no están activos. Esta analogía tan errónea (parturienta = atleta) hace que muchas mujeres de pronto terminen con una vejiga demasiado llena. Al mismo tiempo, a muchas mujeres de parto se les aconseja caminar. ¡Pero cuando la embarazada no tiene ganas de hacer nada es un señal muy buena!, pues significa que su nivel de adrenalina es bajo (6). Por regla general, cuando la primera fase del parto marcha bien, las mujeres tienden a estar pasivas, reclinadas o a cuatro patas, y sugerirles una actividad muscular no sólo es contraproducente, sino hasta cruel.

Los Momentos Cruciales

¿Cuáles son las ventajas evolutivas de esta multitud de creencias y rituales que tienden a enfrentarse al instinto protector materno durante ese período de tiempo considerado tan crítico para el desarrollo de la capacidad de amar?

En el contexto científico actual podemos hacernos tales preguntas porque las respuestas vienen solas. Desde los tiempos en los que la estrategia básica de supervivencia de la mayoría de los grupos humanos era dominar la Naturaleza y dominar a otros grupos humanos, era ventajoso hacer a los seres humanos agresivos y capaces de destruir la vida. En otras palabras, era una ventaja moderar la capacidad de amar, incluyendo el amor por la Naturaleza y el respeto por la Madre Tierra. Era una ventaja perturbar los procesos fisiológicos en el período perinatal, particularmente la fase que va desde el nacimiento del bebé hasta la expulsión de la placenta, y que ahora sabemos que es crítica en el desarrollo de la

capacidad de amar. A través de miles de años se han ido seleccionando los grupos humanos según su potencial de agresividad, y todos nosotros somos, hoy día, el fruto de tal selección. Estas consideraciones pertenecen al contexto de lo que yo llamo 'Criterio del siglo XXI' (7). Nos encontramos en un momento crucial donde la Humanidad debe inventar nuevas estrategias de supervivencia. Actualmente estamos llegando al límite de las viejas tradiciones. Tenemos que hacernos nuevas preguntas del tipo "¿Cómo se desarrolla el amor y el respeto por la Madre Tierra?". Para no seguir destruyendo nuestro planeta necesitamos más que nunca la energía del Amor. Todas las creencias y costumbres que ignoran el instinto protector materno ya no ofrecen ventaja evolutiva alguna. Tenemos nuevas razones para dejar de una vez de interferir en los procesos fisiológicos. Tenemos nuevas razones para redescubrir las necesidades básicas de las mujeres que dan a luz y las necesidades de sus recién nacidos. Este punto crucial en la Historia de la Humanidad coincide con el momento mismo en el que la Historia del Nacimiento atraviesa una etapa totalmente nueva.

Aunque todas las sociedades humanas han querido controlar el nacimiento, la situación es radicalmente nueva al comienzo del siglo XXI (8). Hasta hace muy poco, una mujer no podía ser madre sin emitir un flujo de hormonas, que son en realidad un complejo cóctel de hormonas del amor. Pero actualmente, con la industrialización de los nacimientos, la mayoría de las mujeres dan a luz sin producir estas hormonas. Muchas tienen cesáreas programadas, a otras se les bloquea su flujo natural de hormonas al utilizar la oxitocina sintética combinada con la anestesia epidural. Y aquéllas que dan a luz sin intervención muy a menudo reciben un agente farmacológico para la expulsión de la placenta en un momento tan crítico para la relación madre - hijo. Quiero subrayar que la inyección de oxitocina sintética no conlleva un efecto sobre la conducta porque no alcanza el cerebro. De seguir con tales prácticas, debemos preguntarnos cómo será la civilización futura.

Una Guía Simple y Lógica

Ya que es urgente mejorar nuestra comprensión de lo fisiológico, una simple guía nos parece apropiada para redescubrir las necesidades de las mujeres durante el parto. Éstas pueden ser resumidas en una frase: en lo que concierne al parto y al nacimiento, todo lo que es específicamente humano debe ser eliminado, al tiempo que las necesidades mamíferas deben ser satisfechas. Suprimir lo que es específicamente humano implica primero liberarse de todas las creencias y costumbres que han interferido la fisiología de este proceso durante milenios.

También significa que el neocórtex, esa parte del cerebro tan

desarrollada en el ser humano, necesita reducir su actividad, y que el lenguaje, específicamente humano, debería ser utilizado con extrema precaución. Para satisfacer nuestras necesidades de mamíferos humanos necesitamos otorgar gran importancia a la intimidad, ya que todos los mamíferos tienen una estrategia para no sentirse observados cuando paren. También tenemos la necesidad de sentirnos seguros. Es significativo que cuando una mujer disfruta de completa intimidad y se siente segura, a menudo adopta posturas típicas de los mamíferos, como por ejemplo, a cuatro patas. Es común oír decir que el nacimiento debe "humanizarse". Pero en realidad la prioridad es "mamiferar" el nacimiento. El nacimiento debe, en cierta manera, deshumanizarse.

Michel Odent

<http://www.wombecology.com>

Traducción: Lilliana Lammers

Capítulo extraído de "La vida fetal, el nacimiento y el futuro de la humanidad", Ed. Obstore