



## Una experiencia inolvidable

◆ Paola Carrasco, una joven madre, jamás pensó tener a su primer hijo mediante un parto natural. "Mi esposo me convenció de ello y no me arrepiento. Mi parto ha sido una experiencia sensacional e inolvidable que no la cambiaría por nada en el mundo", dice.

Según manifiesta Paola, la doctora Angela Brocker inspira mucha confianza a las personas, factor fundamental para que decidiera tener a su primer bebé en un jacuzzi.

"Lo iba a dar en mi casa, pero como era muy pequeña decidimos tener al bebé en Pakarii. Mi parto fue precioso, con incienso, música, total tranquilidad y algo muy importante, al lado de mi esposo", dijo.

Sobre los dolores, Paola sostuvo que éstos se fueron aminorando en la medida que sentía el agua tibia del jacuzzi.

"Sería mentir si digo que los dolores no existen. Se presentan las contracciones, pero el agua tibia, la paz y tranquilidad que tuve en la casa de nacimiento los aminoraron. A la hora que te metes en la tina, al no tener ninguna presión, todos los músculos se relajan y las contracciones se hacen más leves. Esto ayuda mucho al tra-



"En los partos naturales la madre se siente en absoluta confianza y seguridad", dice Angela Brocker

bajo del parto. Sólo pensé tener a mi hijo en mis brazos y de un momento a otro lo tuve conmigo", expresó.

Durante el nacimiento, Paola estuvo acompañada de Angela y su esposo, en todo momento.

Cuando le consultamos si

aconsejaría el parto en el agua, la joven madre dijo que cada mujer debe buscar su comodidad y tranquilidad.

"Lo natural es lo mejor que puede haber, y a veces la ciencia engaña mucho a las personas. El parto natural es una sensación muy especial y hermosa

que quedará grabada por el resto de sus vidas", manifiesta. Paola dio a luz el año pasado a un robusto bebé.

### Antecedentes

A principios de la década de los 70, el médico francés Mi-

chel Odent, gineco-obstetra formado en la universidad de París, descubrió por casualidad el parto acuático.

Eso sucedió cuando una mujer en proceso de dilatación no alcanzó a ser trasladada a un hospital, dando a luz en la tina de baño de su casa en óptimas condiciones.

Después de esa experiencia el médico instaló una sala de partos similar y en adelante atendió nacimientos bajo esta modalidad.

Según Odent el período previo al nacimiento es el más importante en la vida porque en ese momento se desarrolla la capacidad de amar y se ve en el parto bajo el agua una manera de evitar posibles daños futuros.

Por la misma época, en la antigua URSS, el Dr. Tcharcowky experimentaba con la misma idea. Veinticinco años después la ola es imparable: países europeos como Inglaterra, Francia, Bélgica, así como EE UU, Japón, Australia y Argentina vienen realizando partos en el agua. En el mundo los centros que realizan este tipo de nacimientos se están multiplicando, ya que las madres buscan una forma más natural y humanizada de traer a sus hijos.

## NACIONAL

### Parto en el agua

# Un método natural para un nacimiento sin violencia

Más de 70 alumbramientos se han realizado en Pakarii

Los defensores del llamado parto natural aseguran toda una serie de ventajas para la madre, como un mayor control de la relajación y del dolor, menos intervención médica y contracciones más eficientes.

En muchos países el parto en el agua se realiza habitualmente desde hace años. En el Perú, sin embargo, al ser una alternativa desconocida por la gran mayoría de la población, impide que muchas mujeres y sus bebés puedan beneficiarse de las ventajas de esta forma natural y menos traumática de parir y de llegar al mundo.

JARUMI OLORTEGUI

◆ Ante la invasión tecnológica que ha ido transformando la asistencia al parto en las últimas décadas, el nacimiento en el agua redescubre algo olvidado: que "el calor y la intimidad en el parto son fundamentales para no alterar el proceso biológico y permitir que el nacimiento se produzca de una manera natural y sin precipitaciones". En nuestro medio existe un lugar especializado en partos naturales y bajo el agua. Su nombre es Pakarii, a cargo de la doctora alemana, Angela Brocker Wiebers, experta en medicina familiar.

### Parto natural

El agua ha sido siempre un símbolo de maternidad y fecundidad, la vida comenzó en el océano y nuestro hábitat natural durante los meses de gestación es el líquido amniótico. Según explica Brocker, el uso del agua como medio en el proceso del parto ayuda a paliar el elevado número de cesáreas que vienen practicándose en los hospitales y clínicas del país.

Asimismo, sostiene que el agua en el parto no es un "método", ni existe una fórmula especial de aplicación. "Es sencillamente un elemento eficaz que contribuye a que la mujer recupere su instinto biológico y que permite a la vez que sus sistemas hormonales y nerviosos actúen armónicamente, facilitando la relajación y la dilatación", sostiene.

Para la especialista, actualmente muchas mujeres se sienten inhibidas por el ambiente frío de gran número de hospitales, la falta de intimidad y el trato impersonalizado que reciben, así como cierta "industrialización" del servicio. En cambio, en un ambiente relajado e íntimo las pacientes pueden liberar sus instintos biológicos, favoreciendo —de este modo— todo el proceso.



Todo esto se puede encontrar en los ambientes de la casa de nacimiento Pakarii, que en quechua significa "amanecer" o "salir de la oscuridad".

Tras aclarar que Pakarii no es una clínica, Brocker informa que hasta el momento la casa de nacimiento que dirige ha realizado unos 70 partos naturales.

### Proceso

Equipados con una gran bañera con agua a temperatura corporal, con luz tenue y música de relajación, sin ruidos y sin presión médica, la mujer consigue el aislamiento sensorial deseable, sintiéndose asistida, pero no observada en Pakarii, indica Brocker.

Cuando la mujer se acomoda en la bañera experimenta una profunda regresión, aislándose sensorialmente del mundo y consiguiendo una desinhibición

en sus movimientos y respiración. La doctora explica que estos son los momentos en los que los asistentes al parto deben tratar de no inmiscuirse, con el fin de no interferir en el proceso. En ocasiones la mujer despierta de pronto de ese estado, siente el reflejo de expulsión y decide salir del agua. Este cambio de temperatura favorece que la expulsión sea más vigorosa y eficaz, más aún si la postura adoptada es vertical (de rodillas o en cuclillas), en lugar del potro obstétrico habitual de otros hospitales.

En otras ocasiones la mujer se halla tan relajada en la bañera, que realiza la expulsión dentro del agua. En este caso el bebé, que está habituado a la inmersión en el líquido amniótico entra directamente en contacto con un medio que le resulta familiar, de una forma no violenta y sin traumas. Entonces, en cuestión de segundos, se deposita al bebé so-

bre el vientre de la madre para que esta pueda darle un suave masaje mientras permanecen los dos dentro del agua.

El cordón umbilical sigue latiendo durante unos minutos, suministrando oxígeno al bebé hasta que comience a respirar por sí mismo. Al encontrarse en un ambiente aéreo y más frío, el recién nacido comienza a respirar con ligeros gemidos y al colapsarse el cordón umbilical rompe a llorar e inicia su respiración rítmica. Este es el momento y no antes en que se corta el cordón.

### Ventajas

Según indica la doctora Brocker, el agua tibia, durante el parto, reduce la producción de adrenalina, hormona que endurece el cerviz y retrasa la dilatación. Es por este motivo que el agua acorta la dilatación. También contrarresta la fuerza de la gravedad y

reduce la estimulación sensorial aumentando la producción deendorfinas, hormonas cerebrales que disminuyen la sensación de dolor y hacen olvidar el paso tiempo. Asimismo, el agua ablanda también el colágeno los tendones y relaja los músculos. Otra ventaja significativa que aporta el medio acuático es el efecto tranquilizador que produce en los asistentes al parto que ven muy disminuida su capacidad de "actuar".

Para parir de forma natural en el agua no es necesaria ninguna preparación específica, explica Brocker.

"Tener plena conciencia que un embarazo no es una enfermedad y que el parto no debe considerarse un acto médico, sino un proceso biológico. Con esto suficiente para que la mujer se encuentre perfectamente preparada", afirma la especialista, aunque reconoce que las madres realizan sus propios riesgos.