

Las mujeres y nuestros maridos parimos, como hijos nacemos. El parto y el nacimiento en el agua es algo muy sencillo. Durante el parto muchas mujeres se sienten atraídas por el agua, ya que ésta les transmite tranquilidad y les ayuda a disminuir las tensiones y los miedos. Ellas pueden pasarse horas debajo de una ducha o dentro de un pozo con agua tibia. Su cuerpo se ondula lentamente como en un baile acompañado por suaves sonidos que se producen al movimiento del agua.

Parto en el Agua

Una buena alternativa para dar a luz

Es como si el agua disipara el dolor de las contracciones, si hasta se vuelve agradable la llegada de cada contracción, ya que significa un paso más cerca de la llegada esperada. Durante el nacimiento del nuevo ser ya no existe el dolor, sólo una gran paz y una enorme entrega, confianza en todo lo que está sucediendo. Emerge la cabeza del bebé y la madre puede sentir con lujo de detalle, cómo salen poco a poco sus hombros, sus brazos, su cuerpo, sus nalgas, sus piernas y sus pies.

El recién llegado no siente el peso de la gravedad, ya que el agua lo carga tan suavemente como ninguna mano lo podría hacer. Sigue moviéndose dentro del mismo elemento el cual había gozado durante sus primeros nueve meses. El único cambio es el espacio, pues ya no hay límites apretados del útero de la madre. Es bueno recibirlo con calor y con luces bajas, igual que adentro. Su rostro muestra asombro, sus ojos se abren y su cuerpo se mueve suavemente dentro del agua. Es como si dijera "así que esto es el mundo creo que valió el esfuerzo llegar hasta aquí".

En principio todas las madres pueden optar por un parto en agua. Es preciso informarse bien y estar segura que no hay riesgos obstétricos. El parto en agua puede darse en un hospital o una clínica ya hay muchos con las instalaciones adecuadas en otros países, en el domicilio o en las aguas tranquilas y cálidas de alguna laguna o río. Desde tiempos remotos las mujeres tribales de zonas cálidas como el Amazonas tienen estas costumbres. La mujer se puede decidir a dar a luz en el agua antes de concebir, durante el embarazo o incluso en el mismo parto. No necesita ninguna preparación especial, salvo el gusto por estar dentro del agua.

Que conste, no quiero decir, que la mujer no se debe preparar para su parto.

Siempre aconsejo participar en un curso de psicoprofilaxis preparto. Pero quisiera insistir en la más profunda capacidad ancestral de todas las mujeres: "ellas saben parir". A veces estos cursos sirven justo para desprender los miedos, las desesperanzas y las dudas, y así volver a confiar en nuestra naturaleza interna. El agua nos lleva de la mano hacia los conocimientos de nuestros ancestros.

Las complicaciones obstétricas del parto conocidas en la medicina moderna son menores en este tipo de nacimiento. Hay dos complicaciones que se pueden prevenir: Si tenemos suficiente agua en la tina el recién nacido entrará directamente al agua, pues un contacto previo con el aire estimularía la primera inhalación y por lo mismo la entrada del agua a los pulmones. Si dejamos al recién nacido más de cuatro minutos debajo del agua inicia la disminución del suministro de oxígeno que le llega desde el cordón umbilical.