

# CIENCIA

## EL PARTO SIN DOLOR

Por Jorge V. CARRANZA

**E**L PARTO SIN DOLOR, por el método psicoprofiláctico, es el resultado de una triple educación: obstétrica, física y psíquica. Las primeras nociones del método enseñan a reconocer el organismo, a seguir la evolución del embarazo, a comprender la función del útero y a interesarse en el desarrollo del hijo. Además procura desterrar las consejas, los prejuicios y las ideas erróneas, que hacen a la mujer embarazada víctima de los sufrimientos de la maternidad, cuando es tan fácil eliminar éstos y convertir en un goce el cumplimiento de la misión de mayor trascendencia de la mujer en la tierra.

Sin embargo, el parto sin dolor no se alcanza sin una educación y un entrenamiento severos. La primera noción que se debe tener es la del esfuerzo. En otras palabras: el parto sin dolor se gana...

La educación obstétrica, aunque rudimentaria, le permite a la madre asomarse al interior de su organismo, y conocer el origen y los mecanismos de la concepción, y la historia real del comienzo de la vida del hijo. ¿Cómo es a los dos meses?, ¿a los seis?, ¿a los nueve? ¿Qué se forma primero?, ¿cuándo se sabe si es niño o niña? ¿Cómo puede vivir dentro del vientre...? Estas preguntas, que seguramente se formulan las mujeres durante los *larguísimos* meses de gestación, las debe responder claramente, con palabras simples, una educación adecuada.

Las mujeres podrán pensar que esta educación es muy útil; pero se preguntarán qué ventaja les aporta conocer los mecanismos del embarazo y del parto, si el dolor continúa siendo un factor normal en ellos. La respuesta es categórica: el parto no tiene por qué doler.

El organismo femenino está hecho, indudablemente, para ejercer en una época de la vida la función de la maternidad. El proceso de gestación y el parto, que son su consecuencia, se realizan gracias a un esfuerzo integral que comienza el mismo día de la concepción. Se requiere un gran número de complicados procesos hormonales, químicos, físicos, etc., para que por la unión de dos simples células, se llegue a la formación de un nuevo ser.

No es lógico, ni admisible, que ese maravilloso acontecimiento orgánico tenga que pasar por momentos de tan grande angustia, de sufrimiento y aun de peligro. El dolor no es una prueba necesaria o inherente al parto.

El hijo, para escapar —llegado el día— de la prisión de carne que lo retiene, no hace más que seguir la vía que la naturaleza le procura de una manera absolutamente gratuita. Su camino está trazado por la especie. Las fuerzas que lo ayudan a seguirlo se generan en la contracción fisiológica de los músculos que constituyen la matriz, órgano que le ha servido de albergue durante su formación.

La función primordial de los músculos del cuerpo es contraerse. Por ellos nos movemos, hablamos, comemos; gracias a ellos nos ponemos en relación con nuestros semejantes; no se ha sabido de na-

die (en estado de salud) que sufra dolores atroces al dar un paso, al sentarse, al comer, al hablar... La contracción uterina, de la misma manera, no produce dolor por ella misma. Sin embargo, la mujer ha fijado a través del tiempo un aparente axioma, cuyo enunciado sería el siguiente: contracción del útero igual a dolor. ¿Por qué es esto...?

De generación en generación, de madres a hijas, ha sido transmitido "amorosamente" el germen del dolor, del miedo, de la ignorancia, de las supersticiones del castigo divino por el pecado original... El resultado es, naturalmente, la formación en la conciencia de la mujer embarazada de una amenaza de dolores terribles, y el sentimiento de impotencia de tener que sufrir un padecimiento grave...

El método psicoprofiláctico destruye este axioma negativo, creando un nuevo reflejo condicionado, esta vez por completo natural, razonado, y que no pide sino un poco de esfuerzo de parte de la mujer. El dolor, como tal, lo percibimos a causa de la actividad de las células que forman la corteza cerebral, a la que llegan los estímulos dolorosos, pasando por una serie de relevos nerviosos. Vgr.: La sensación de una quemadura pasa de la piel a la médula, de ésta al bulbo, de éste al tálamo, y de allí, por fin a la corteza cerebral. Basta, pues, que se interrumpa esta cadena de transmisión, en alguno de sus puntos, antes de llegar a la corteza, para que dejemos de percibir la sensación dolorosa producida por la quemadura, lo mismo acontecerá con las pocas sensaciones dolorosas que en un parto normal se pueden producir; por ejemplo, al descender el producto a la pelvis y apoyarse sobre los nervios pélvicos, la sensación desagradable del estiramiento de los órganos genitales al finalizar el parto, etc.

Para impedir que lleguen estas sensaciones al cerebro, se debe establecer un nuevo axioma: contracción uterina igual a contracción interna. Nada más.



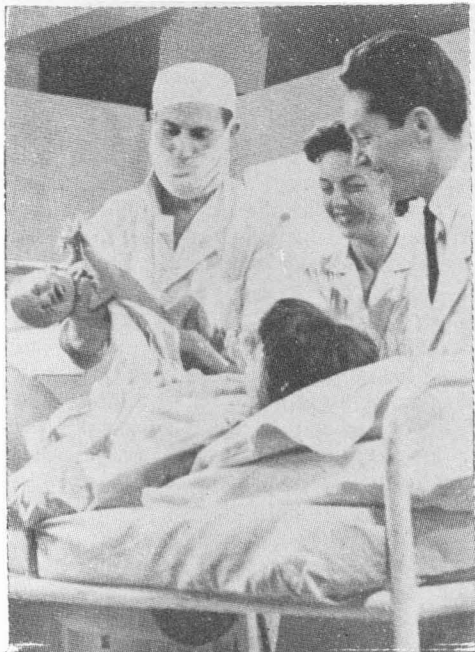
Tranquila, concentrada en su esfuerzo, la mujer llega a la fase de expulsión.



El médico anuncia la salida de la cabeza. La mamá, maravillada, se levanta para ver al bebé.



El padre y la madre contemplan felices a su hijo. Un momento único.



Dar a luz como un ser humano,  
consciente, lúcidamente

Fue Pavlov, sabio ruso de alcances increíbles, el primero en abrir al campo de la especulación científica mundial el mundo interior que rige tantas de nuestras funciones y reacciones: los reflejos condicionados. En el método psicoprofiláctico, la formación de un nuevo reflejo condicionado constituye la base de la educación física.

La interferencia de los impulsos desagradables y aun dolorosos, se logra enseñando a las mujeres embarazadas, un tipo especial de ejercicio, que consiste, por una parte, en la relajación general, y por la otra, en la respiración jadeante. Gracias a la primera, se consigue un menor gasto de energía corporal; con la segunda, un mejor aporte de oxígeno a la sangre materna. Aunque por sí mismas, estas dos mejoras generales son importantes, el objeto principal de ellas es la formación de una zona de excitación en la corteza cerebral, que impida el paso del dolor a la zona de conciencia del mismo, que en esos momentos está muy ocupada, enviando órdenes a los músculos, para que se relajen y a otros para que respiren rápidamente.

Resumiendo: la mujer durante la contracción uterina, tendrá tan concentrada su atención en llevar a cabo el ejercicio mencionado —jadeo y relajamiento—, que no podrá saber si la contracción le duele o no. El ejemplo, aunque burdo, en el fondo indica claramente la realidad del proceso, las contracciones en sí mismas no duelen, es la conciencia la que les da el aspecto de dolor; si la conciencia se olvida de las contracciones por el ejercicio doble, el concepto dolor no llega a hacerse consciente, y el parto se habrá logrado sin percibirse el menor dolor.

Otro de los objetivos de la educación física, en el método, es lograr la mejor adaptación del cuerpo femenino a la nueva vida que nace en su seno, y hacer que ésta crezca en mejores condiciones. La educación física hará que la madre se encuentre saludable, permitiendo que a través de su sangre le lleguen aportes nutritivos óptimos al hijo.

La educación psíquica, finalmente, resume los objetivos del método y afirma en el momento del parto el éxito del mismo. Una mujer ignorante, con temores, impreparada para la maternidad, sufrirá su parto; la otra, la preparada, en camino, lo dirigirá.

Una vez desechadas las ideas erróneas, las mentiras, etc., habiendo seguido durante varios meses ejercicios especiales y conferencias ilustrativas, el resultado será maravilloso. El miedo desaparece por el conocimiento, y deja el lugar a la sensación, extraordinaria para la mujer, de descubrir su cuerpo y al mismo tiempo poder ser dueña de él. Sentirá por primera vez, su cuerpo regido por su voluntad; todo su aparato corporal obedecerá a un cerebro, inteligente y controlado, que cumple funciones precisas, y que concentra todo el organismo en un esfuerzo genial...

Las exigencias de la vida, en nuestros días, obligan a la mujer a prepararse tanto como lo hace el hombre. Las universidades y los centros de aprendizaje técnico, se ven en la actualidad llenos de mujeres jóvenes que se han dado cuenta de la importancia de tener una prepa-

ración que las capacite para una vida mejor y más completa. Sin embargo, es tan fuerte el tabú sexual, es nuestra moral tan mojigata, que todos los temas relacionados con el sexo y la maternidad deben hablarse en voz baja, casi a escondidas, y de preferencia con las amigas que ya han pasado, a su vez, por experiencias infortunadas, y que no las comprenden en absoluto.

Resumiendo, se puede decir, que si para aprender a leer, las niñas deben asistir a la escuela primaria, una vez llegadas a la "suprema magistratura" de madres de familia, nuevamente deberán asistir a la escuela a que les enseñen que la maternidad no es, por ningún concepto, un castigo bíblico o un infame tormento; por el contrario, la escuela del parto sin dolor les permitirá ser tratadas como a seres conscientes, seres que sienten lúcidamente la proyección infinita de su propia sangre.

### MENSAJE DEL BENEFACTOR DE LA PATRIA Y PADRE DE LA PATRIA NUEVA, GENERALÍSIMO DR. RAFAEL LEONIDAS TRUJILLO MOLINA A LA FAMILIA DOMINICANA

**D**ESDE QUE, hace casi tres décadas, el pueblo dominicano confié a la dirección de sus destinos, fue norte de mi gestión gubernativa la consolidación de la paz pública, bajo cuya égida la familia dominicana pudiera desarrollarse favorablemente sobre base de relaciones recíprocas sanas y de mejoramiento colectivo.

Convencido de que el equilibrio entre el capital y el trabajo, y la equitativa administración de los intereses de uno y otro constituyen el fundamento de la estructura social de todo país civilizado, concentré mi esfuerzo a un firme propósito de paralela convivencia: prosperidad para la Patria y felicidad y bienestar para sus ciudadanos.

De un lado, incrementé la industria mediante nuevas fuentes de producción; fomenté la agricultura con métodos modernos de explotación científica, empeñado en el máximo aprovechamiento de los recursos naturales de la nación; establecí sólido sistema bancario dominicano; forjé la moneda nacional para facilitar el intercambio comercial de los inversionistas y acelerar el fomento industrial del país; cancelé hasta el último centavo de la deuda pública para aumentar la confianza internacional en el prestigio de la República, y propugné la creación de justas leyes tributarias que no afectaran el legítimo interés del capital dominicano y extranjero invertido en el territorio nacional.

De otro lado, como natural y lógica contrapartida de esa política de protección a los inversionistas, emprendí la solución sistemática de los problemas que afrontaba la clase obrera nacional, olvidada y postergada por los gobiernos anteriores a 1930. El Código de Trabajo y las leyes sociales vigentes en la República, marcan conquistas sobresalientes de mi política de mejoramiento de las condiciones vitales de los trabajadores.

El resultado espléndido de esa política laboral, inspirada en sentimientos cristianos y objetivos de justicia es aún más elocuente si se examina a contraluz del panorama desolado que ofrece el mundo convulsionado del presente, escenario angustioso de una crisis de valores universales permanentes en el orden económico, político y moral.

Resulta, en efecto, significativo y aleccionador que, mientras la marejada roja desatada por la conspiración comunista internacional, pretende, en su desbordamiento temerario, salpicar las playas de nuestro país, el Gobierno Dominicano, sin extremismos ni alardes demagógicos, ha mantenido paz estable y procurado a la clase obrera nacional beneficios y prerrogativas que todavía son anhelos de diversos países.

Esta política de protección al hombre de trabajo, mantenida sin interrupción desde el advenimiento al poder, se caracteriza, por el dinamismo con que ha ido adaptándose a las nuevas tendencias y progresivas conquistas universales en el campo laboral, índice revelador de que no se interrumpe un solo instante mi preocupación por mejorar y dignificar la vida del obrero dominicano.

Hoy, precisamente, por personal recomendación mía y entre otras medidas conducentes a este mejoramiento y dignificación, encuéntrase en proceso de estudio la creación de un Banco para Obreros que persigue, entre otros fines, conceder préstamos a trabajadores durante los períodos de desempleo o suspensión del trabajo, y financiar la construcción y adquisición de viviendas para sus familias.

Cábeme, pues en este día consagrado universalmente a la exaltación del trabajo humano, la profunda satisfacción de ver, no sin orgullo justificado, la sólida estructura moral y material en que se afirman la seguridad y el bienestar de las clases obreras de la Nación.

Frente a la caótica situación internacional del momento, provocada por las maquinaciones del terrorismo comunista y la demagogia de los falsos apóstoles de la Democracia, confío en que nuestros hombres de trabajo continuarán ofreciendo al mundo su noble ejemplo de respeto al orden establecido, de amor a las virtudes y tradiciones cristianas y de inquebrantable decisión de preservar, a toda costa y contra toda contingencia, las bases institucionales en que descansa el presente de grandes realizaciones de que disfruta en todos los órdenes el pueblo dominicano.

Rafael L. Trujillo