

EN LAS FUENTES
DE LA

VIDA



DE LA CONCEPCION AL NACIMIENTO
como dar al niño las mejores probabilidades para su futuro

El niño que nace ya tiene un pasado de 9 meses que en gran parte va a ser la base de su futura persona: de su salud, de sus capacidades de relacionarse, de estar alerta y de adaptarse al mundo.

✿ El periodo prenatal es de una importancia capital para el futuro del ser humano. Las mujeres lo saben de forma intuitiva: los investigadores lo confirman con sus trabajos más recientes.

✿ Así pues ¿Cómo darle al niño, desde su concepción, los mejores elementos, las mejores condiciones para que en el proceso de gestación y según su dinámica propia pueda desarrollar lo mejor posible todas las potencialidades contenidas en su capital genético?

"La humanidad debe dar a los niños lo mejor de sí misma."

UNICEF

✿ En estas páginas, a partir de conocimientos científicos actuales, se ofrecen testimonios, algunas reflexiones para profundizar, y algunas propuestas para la vida cotidiana, poniendo el acento en una actitud positiva que se apoya en las facultades creativas que el ser humano lleva dentro de sí mismo y gracias a las cuales puede mejorar su vida.

✿ De esta forma se ponen a disposición de los futuros padres algunos elementos que les permitirán favorecer un desarrollo físico y psíquico más armonioso de su hijo, y a la vez establecer con él un vínculo de amor que le dará seguridad y le abrirá a un desarrollo pleno desde las mismas fuentes de la vida.



EL UNIVERSO DEL BEBE DURANTE EL EMBARAZO

Profesor J.P. RELIER:

"Es importante que la madre, la pareja, el entorno próximo al niño, tomen conciencia de la calidad de los estímulos periféricos que se sitúan tanto a nivel de la palabra, de la caricia y del aporte nutricional como del pensamiento, de las emociones y sobre todo del amor que representa el estímulo más apropiado para una *synaptogenesis* armoniosa, y por tanto para obtener un ser de calidad".

* *synaptogenesis*: fase de desarrollo del cerebro en donde se realizan las conexiones (*synapsis*) entre las neuronas.

El término "Bebé" pertenece al lenguaje de las mujeres, mientras que "feto" es un término científico.



LOS APORTES NUTRICIONALES

una de las bases esenciales de la salud

«¡Nadie mira la placenta!

Si se construyera una máquina que hiciera todo lo que ella sabe hacer, nos volveríamos locos de admiración!»

Profesor J.G. MARTINEZ

Mamá

Durante nueve meses me alimento de los elementos vitales que tu sangre me transmite

ALIMENTACION DE LA MUJER ENCINTA:

Los productos frescos, llenos de vida y naturales ayudan a mantener un grado elevado de inmunidad en ella y en su bebé.

Los alimentos crudos (frutas y hortalizas) y los cereales han acumulado las energías vitales esenciales.

« Los ácidos grasos del pescado procedentes de los mares fríos ayudan a la construcción del gran cerebro del bebé humano.»

Doctor M. ODENT

LA LECHE DE LA MADRE :

...«Tejido vivo» que aporta al niño todos los elementos necesarios para su desarrollo: proteínas de calidad humana, sustancias protectoras, enzimas, anticuerpos...

La lactancia materna es un acto de prevención fundamental, además de ser práctica y económica.

La lactancia materna prolonga el vínculo fisiológico y psicológico tejido durante la gestación. Y si se comprueba que el biberón es necesario, se puede mantener dicho vínculo con la mirada, el contacto, la voz, la ternura...



LA RESPIRACION

Respirar bien es tan importante como alimentarse bien.

El aporte de oxígeno es primordial para la formación de las células y en particular para el desarrollo del cerebro.

Evitar el tabaco, el alcohol, y también ciertos medicamentos.



...El aire que respiras oxigena y vivifica todas mis células



Mis encuentros de amor:

Escojo alimentos frescos, sanos, variados, y procuro estar tranquila para compartir con placer mis comidas contigo.

Cada vez que puedo, voy a respirar al aire libre en plena naturaleza y a tomar contacto con ella.

Algunas respiraciones profundas en el transcurso del día, e incluso durante la comida, me relajan y me producen bienestar.

Ya me imagino que podré alimentarte, y me preparo para ello.

...Con los alimentos que tomas, ya me sensibilizas a los diferentes sabores.



LOS ESTIMULOS SENSORIALES

En el transcurso de estas dos últimas décadas se han explorado cada vez más y mejor las aptitudes sensoriales del feto y del recién nacido. Según las observaciones científicas, el feto percibe las informaciones a través de todos sus sentidos, reacciona a ellas y las memoriza. Estas percepciones estimulan y afinan el desarrollo de los órganos de los sentidos y del cerebro, y constituyen adquisiciones precoces que favorecerán el despertar del niño y su adaptación al mundo.

☼ El canto prenatal

según Marie-Louise AUCHER :

" Si la mujer encinta añade el canto a la palabra, va a provocar resonancias más intensas, un impacto físico y neurológico poderoso. Para el niño es mucho más equilibrante y completo, y para la madre es muy tonificante.

La voz femenina más aguda, influye en la parte superior del cuerpo del feto. La voz del padre, más grave, influye en la parte inferior de su cuerpo. Esto me llevó a realizar cursos de canto prenatal para los padres. Los resultados confirmaron mis esperanzas: los bebés nacían vigorosos tanto en la parte inferior como superior de sus cuerpos, sus gestos eran armoniosos y tenían una presencia sorprendente."



"Ya reconozco vuestras voces. Cuando se dirigen a mí me hacen sentirme feliz y seguro..."

☼ "Durante toda la gestación, el gitano le hablará al niño de su compañera, le cantará y le tocará el violín... Así, desde que nace, el niño reconoce la música, la voz de su padre que le calma y le duerme.

El padre no solamente le habla y le canta, sino que también le escucha, con la oreja pegada al vientre de la madre, oye la sangre que circula y al bebé que se mueve. Y a esto se le llama música de los reyes, música de los dioses."

P. DERLON - Cahiers du nouveau-né n° 5 : " L'aube des sens "

... desde mi concepción, estoy inmerso en un universo sonoro, y desde muy pronto percibo los sonidos y reacciono a ellos...

☼ "el desarrollo del embrión y del feto se efectúa a través del canal de los olores, de los sabores, de las formas, de los colores, de las texturas y de los sonidos"

CARAKA SAMHITA - Medicina ayurvédica (India-Iº y IIº siglo)

... me gustan los movimientos de tu cuerpo, el balanceo de tu marcha, las caricias de vuestras manos juntas.

☼ "El ser humano es desde el principio un ser comunicativo. Ya en su vida fetal, si sabemos escucharle nos podemos comunicar con él. Desde su nacimiento, el niño ya posee una estructura lingüística."

Dra. F. DOLTO



Mis encuentros de amor:

♥ Te hablo como si ya hubieras nacido, y canto para ti, junto con tu padre cuando puede.

♥ Atenta a tus reacciones, escucho músicas melodiosas, alegres, que nos aportan a los dos una sensación de bienestar.*

♥ Me gusta acariciarte. Siento que mis caricias y las de tu padre, te gustan y las buscas.

♥ Tanto para vestirme como para decorar la casa escojo bellos colores que vitalizan mi cuerpo y alegran mi corazón. Los bellos colores nos hacen amar la vida.

...mamá, tú escuchas músicas que me "nutren", me estimulan o me calman. Jamás las olvidaré".

* Se ha constatado que las músicas violentas provocan en el bebé reacciones que reflejan su malestar.



LOS RITMOS DE VIDA

ritmos del universo, ritmos de la madre y del niño

Todo es ritmo en la naturaleza, todo es ritmo en la vida .

Los ritmos del desarrollo del ser humano entran en juego desde la concepción. A lo largo de la gestación, los ritmos de vida del feto son modulados por los de su madre (alternancia vigilia-sueño, actividad-reposo) por los del entorno y por los de la naturaleza (ciclo día-noche, estaciones,...).



"El bebé en el útero es un deseo de vida que toma forma en un medio rítmico. Incluso cuando su madre duerme, sus ritmos cambian sin cesar: variación de los latidos de su corazón y de su respiración, que hacen mecer al bebé, un poco como las algas sacudidas por las olas del mar. El día añade el ritmo balanceado de la marcha.

La vida en el útero aparece como una imbricación ininterrumpida de variaciones rítmicas...

Y cuando el bebé nace, todo se detiene. Entonces su madre siente que debe mecerlo, acunarlo, cantarle canciones, hacerle reencontrar un poco los ritmos perdidos."

V. y O. MARC

"Estudios recientes sobre la memoria confirman que el balanceo rítmico bilateral ayuda a memorizar y después a restituir lo que se ha memorizado... El niño seguirá ansiando todos los ruidos y los movimientos rítmicos que acompañaron su desarrollo para volver a encontrar su serenidad fetal."

M. L. AUCHER

A lo largo de cada ciclo de 24 horas, el metabolismo y la actividad de la mujer embarazada son rítmicos (ritmos biológicos, psicológicos, familiares, profesionales, sociales). Estos ritmos deberán adecuarse al bienestar de la madre y al niño, y si es preciso se buscará la ayuda y consejos de los profesionales que se ocupan del embarazo.

"El mismo río de vida que corre a través de mis venas, noche y día, corre a través del mundo y danza con pulso rítmico. Esta misma vida que balancea el flujo y el reflujo del océano.

Cuna del nacimiento y de la muerte.

Siento mis miembros glorificados con el contacto de esta vida universal.

Y me enorgullezco porque el latido de la vida de los tiempos danza en mi sangre en este momento."

R. TAGORE

...En mi pequeña nave, me siento llevado por el ritmo de tu corazón, de tu sangre, de tu respiración, de tu andar, de tu voz. Me gusta. ¿Durará siempre?



Mis encuentros de amor:

Bebé, estás creciendo dentro de mí, mi cuerpo se transforma, se adapta a tus necesidades de hoy y se prepara para las de mañana.

Sé que para ti es buena la marcha, la danza, la natación. Sigo practicándolas, pero de forma más suave, dosificándolas cada día.

Trato de respirar lenta y profundamente, de descansar y de dormir lo suficiente.

Permanezco atenta a ti, adaptando mis actividades y mi trabajo.

...Mamá, grabo tus ritmos de vida: que siempre serán para mi puntos de referencia.



LAS RELACIONES PSICOAFECTIVAS o el lenguaje del amor

"Semana tras semana, un vínculo afectivo muy fuerte entre la madre y el niño se va estrechando fisiológicamente, psicológicamente, afectivamente... Estos terrenos no están separados sino que funcionan juntos; lo afectivo produce lo biológico bajo forma de secreciones hormonales diversas y, por su parte las diferentes hormonas engendran sentimientos"

Profesor J.P. RELIER



"Te miro, te interrogo, te devoro con los ojos.
¿Tu leche? Primero quiero tu amor."

F. LEBOYER

"Yo soy el fruto de un encuentro, de un deseo, de una fusión... el fruto del amor"

...

El amor es para mí una fuerza de vida y de crecimiento...

☼ Cuando sus padres le hablan, el niño percibe todo el amor de sus voces. Así, ya se van creando unos vínculos, y desde que nace, el recién nacido prefiere la voz de su madre a cualquier otra, y reconoce la voz de su padre.

☼ "Además de la sensibilidad de la madre ante la mínima reacción de su bebé (en el útero), quizás exista un lenguaje sutil con el que madre y bebé se comprenderían sin necesidad de palabras. Y que podría ser el fruto de una ósmosis particular entre dos seres que se aman... como una madre y su hijo."

M.C. BUSNEL

☼ "El niño es mucho más receptivo, está más atento y es más cariñoso de lo que nos podemos imaginar. Necesita que le consideremos tanto en el seno de su madre como desde su nacimiento con mucha sensibilidad, calor, cariño, ternura, humanidad."

Dr. Th. VERNY



Gracias a este amor que he recibido, podré más tarde abrirme al mundo y compartir mi bienestar y mi alegría de vivir con los demás."

Mis encuentros de amor:

☼ Cada día me reservo un rato para un encuentro privilegiado contigo, te escucho, te hablo, te canto y te acaricio.

☼ Por la noche, te vuelvo a encontrar en esta intimidad, en estos intercambios que compartimos con tu padre cuando puede.

☼ Cuando tengo problemas o me siento triste, te cuento lo que me pasa, te tranquilizo y te protejo.

☼ Todo lo que me hace feliz, las múltiples alegrías de la vida cotidiana las comparto conscientemente contigo.



LA IMAGINACION

facultad creativa de la mujer

Verdadera herramienta psicológica a disposición de cada mujer, la imaginación, bien orientada, crea imágenes positivas que inducen líneas de fuerza estructurantes para el desarrollo del niño.

✿ La actividad psíquica de la mujer encinta repercute sobre el feto, debido a la estrecha simbiosis madre-hijo. El pensamiento engendra una emoción que desencadena reacciones neurovegetativas, neurohormonales. Estas modifican el equilibrio biológico de la madre y pueden producir adaptaciones funcionales y estructurales en el niño.

✿ "Las relaciones humanas se fundamentan, se mantienen... por intermedio de imágenes creadas por cada uno... Se ha podido decir que el niño nacia primero en la cabeza de sus padres porque se ha visto que la imagen de un niño atrae toda una serie de deseos, de ideales.... el niño que va a venir es portador de promesas extremadamente valorizadas."

Profesor B. CRAMER

✿ "La transformación de la conciencia puede transformar el cerebro puesto que no podemos separar la materia de la conciencia".

D. BOHM

✿ "Cuando mi madre me esperaba vivió intuiciones poéticas. Yo debo mi carrera a esta espera lírica. Desde antes de nacer, mi madre me condujo hacia la naturaleza y hacia el arte. Lo hizo en términos poéticos: más tarde, al ser músico, yo los traduje en música."

O. MESSIAEN



Mis encuentros de amor:

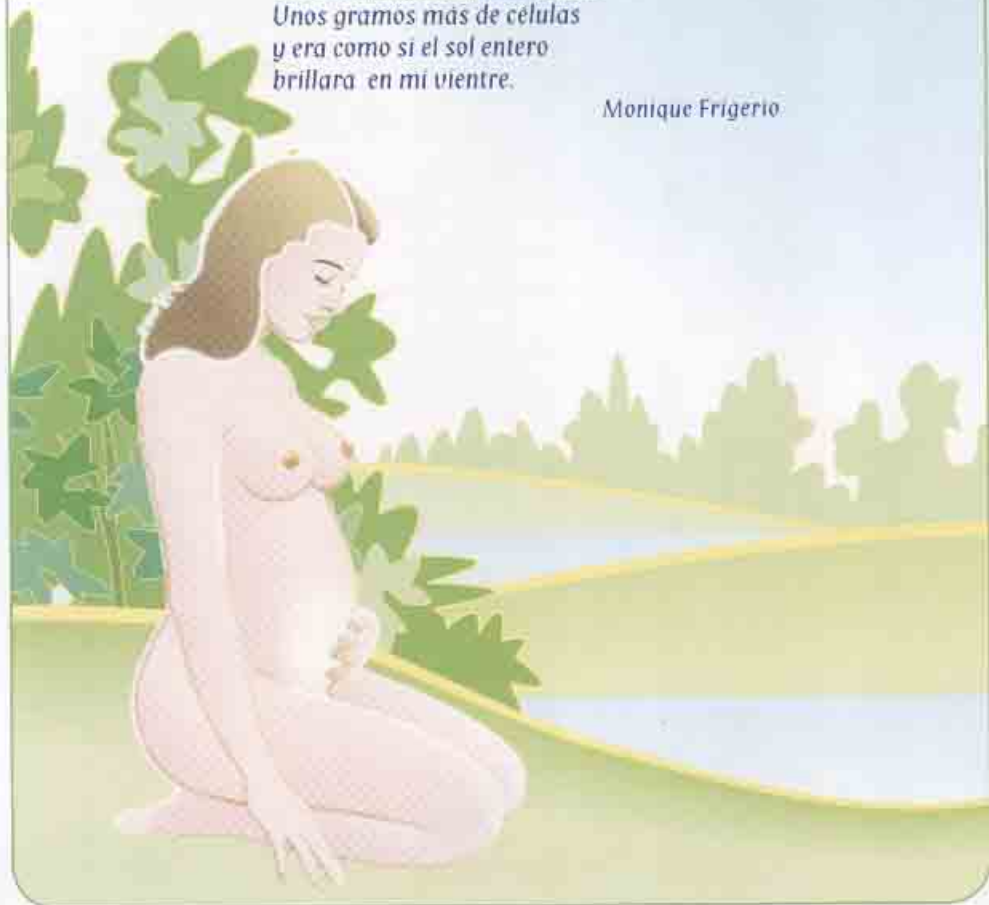
- ♥ *En los periodos difíciles revivo momentos de felicidad con la imaginación y así me reconforto y te protejo". Después con el pensamiento creo las imágenes de un futuro mejor.*
- ♥ *En cuanto a la belleza, la contemplo, la creo, me la imagino para que te impregnes de ella.*
- ♥ *A menudo me relajo y te imagino, te visualizo como un bebé muy vital, fuerte, saltando alegremente en la naturaleza, y más tarde te imagino como un adulto equilibrado, libre y creativo/a.*
- ♥ *Así es como te imagino, pero serás bienvenido tal como seas.*

* una imagen, una música, un contacto, un perfume, unidos a recuerdos agradables provocan una emoción agradable y una sensación de bienestar y de confianza.

EL RECUERDO DE MI EMBARAZO

El recuerdo de mi embarazo:
una gran burbuja llena de ternura,
un momento de plenitud,
de fuerza, de certeza.
Plenitud de formas, plenitud de sentimientos.
Estaba llena de alegría,
estaba llena de ti.
Paseaba mi vientre
como si de esta vida naciente
dependiera enteramente el destino de la humanidad.
Unos milímetros más de vida.
Unos gramos más de células
y era como si el sol entero
brillara en mi vientre.

Monique Frigerio



TRANSMITIR LA VIDA: UNA OBRA CREATIVA

Una reflexión global sobre la llegada
y el acompañamiento de un niño.

DE LA PRIMERA CELULA AL RECIEN NACIDO

¡Cuanto camino por recorrer desde el acto de amor creador hasta el nacimiento!

"¿Sabéis que a partir de esta primera célula, vuestro bebé multiplicará su peso y su volumen en proporciones asombrosas?

¿Sabéis, cuantas células estais produciendo? ¿Vosotras mismas y no una máquina?

Sois vosotras mismas las que habéis producido, en nueve meses sesenta mil millones de células!"

C.J. MARTINEZ

El útero materno constituye el primer medio ecológico del ser humano; durante el embarazo, la interacción madre-hijo es tal, que los factores de riesgo debido a la polución física y psíquica pueden alcanzar al niño en el útero. Las raíces de la salud del ser humano no se sitúan solamente en el patrimonio genético, sino también durante este largo y paciente periodo de formación en el transcurso de la vida fetal.

"...Al final de la primera infancia, el sistema de adaptación primal alcanza su madurez. La "salud primal" se construye durante todo el periodo de estrecha dependencia de la madre, en primer lugar en el útero, después durante el proceso del parto, y seguidamente durante el periodo de lactancia. Todos los acontecimientos que jalonan este periodo de dependencia de la madre influyen sobre este estado de salud de base..."*

M. ODENT

* palabra inglesa que significa primero en el tiempo y primero en importancia.

SER MADRE, SER PADRE

Llegar a ser madre trae consigo modificaciones físicas, fisiológicas, psicológicas, otros estados de conciencia, y también otra forma de ser percibida por parte de su entorno.

"¿No es el embarazo un momento privilegiado en la vida de una mujer? Semejante a una artista en plena creación, viviendo día y noche con su obra, la mujer vive en un estado de conciencia tan particular que a veces le permite sentirse invencible, como protegida por las fuerzas creadoras de la vida que lleva consigo."

Y. MOISAN

"El reconocimiento de la dimensión creativa de la maternidad valoriza la imagen de la mujer a partir de funciones que solo son suyas: gestar, dar a luz y amamantar."

A.M. SANZ

Lo fundamental es una relación plena entre la madre y el hijo. Tanto el amor de la madre como el del padre serán capaces de favorecer el desarrollo físico y psíquico del niño más allá de cualquier técnica.

Si el padre comparte la espera con la madre, si la envuelve en un ambiente afectivo y seguro, la madre se sentirá valorizada y se expansionará todavía más. Si el padre se comunica con el niño a través de su voz, del tacto, si le expresa su ternura, está tejiendo ya sus primeros lazos con él.

De este modo el padre ejercita plenamente su función paternal, complementaria de la función maternal, y esto refuerza la unión de la pareja y de la familia.

Es el niño/a quien transforma a la mujer en madre, al hombre en padre y convierte a la pareja en una familia. A veces esta metamorfosis encuentra dificultades debidas al nacimiento o a la infancia de los padres. Cualquier ayuda por parte de acompañantes competentes puede ser útil.

LA PREPARACION DE LOS FUTUROS PADRES

Traer un hijo al mundo es una gran responsabilidad que requiere la preparación de los futuros padres.

Desear y esperar un hijo, puede llevar al hombre y a la mujer a sentir las fuerzas vivas de su infancia, a profundizar en el conocimiento de sí mismos, a integrar las dificultades de sus propias vivencias... para transmitir la vida con más madurez.

Este trabajo con uno mismo permitirá a cada uno manejar mejor eventuales angustias, miedos o sentimientos ambivalentes a lo largo del embarazo y expansionarse plenamente en esa nueva etapa de su vida.

La mujer se sentirá más libre y su embarazo será más pleno y participará de forma más consciente y más activa en los procesos naturales.

En cuanto al hombre, accederá más fácilmente a su papel y función de padre.

Eventualmente la pareja puede utilizar alguna de las técnicas adecuadas para el embarazo y el parto, y hacer juntos la preparación al parto. También depende de ellos la elección del modo de nacer y del lugar.

De este modo el nacimiento será una fiesta, un acontecimiento maravilloso y sagrado de la vida.

Una información sobre la vida prenatal y la creatividad del vínculo madre-niño-padre proporcionada a los jóvenes lo más pronto posible, les permite a una toma de conciencia de sí mismos: se sienten valorados y responsabilizados.

Así mismo los jóvenes pueden hacerse una idea más precisa sobre su futura pareja al mismo tiempo que profundizan sobre el sentido que le dan a su vida.

Cada paso de una fase de la vida a otra conlleva una parte de ruptura y otra parte de continuidad. Así sucede para la madre en el parto y para el niño en el nacimiento.

El niño debe adaptarse a un medio de vida radicalmente diferente y debe asumir por sí mismo sus funciones vitales: la digestión, la respiración, la eliminación... Sin embargo, la placenta y el cordón umbilical son reemplazados por el pecho y el pezón, y el niño reencontra en los brazos de su madre algunas sensaciones vividas en el útero: la voz, el ritmo cardíaco, el balanceo al caminar...

El cuerpo de la madre seguirá siendo durante largos meses el proveedor del alimento, de los estímulos, del bienestar y de seguridad.

Para la madre, la plenitud de su pecho le compensa el vacío repentino de su vientre y a menudo la protege de una eventual depresión.

El vínculo amoroso que le une al niño, que ya es un ser distinto de ella misma, se transforma y se expresa mediante un intercambio de sonidos y palabras, de caricias y de miradas y, sobre todo en los momentos en que el bebé se alimenta.

Hay que dar preferencia a la lactancia materna por sus cualidades nutritivas, inmunitarias, y también por la relación íntima que refuerza en todos sus aspectos: hormonal, neurofisiológica y psicológica.

"La O.M.S. (Organización Mundial de la Salud) reafirma que la lactancia materna es la más apropiada para el éxito de la alimentación infantil y del desarrollo armonioso del niño".

P.-L. TOUBAS

El padre que haya acompañado a su compañera durante la gestación y que se haya comunicado con su bebé, encontrará fácilmente su lugar junto al niño y la madre.

La educación* prenatal es el fundamento de la educación del niño.

Esta educación continuará después del nacimiento con el mismo amor, el mismo deseo de escucha y de respeto a la personalidad del niño, que será guiado con una confianza recíproca hacia la realización de su propio ser.

* La educación es un conjunto de elementos y de condiciones que permiten al ser humano formarse y desarrollarse. Su función esencial es el desarrollo pleno de las potencialidades. Hay que distinguir la educación de la instrucción que consiste en la transmisión de conocimientos y de habilidades.

Estos conocimientos demuestran la importancia del periodo prenatal.

Si el bebé-feto construye su cuerpo según la dinámica propia de su capital genético, con los materiales suministrados por la sangre de su madre, las bases de su psiquismo se forman a partir de los elementos psicológicos aportados por la madre, y, a través de ella, por el padre, los más próximos y el entorno.

Se sabe cuánto influye el estado psíquico en la salud del niño y del adulto.

De la misma manera cuánto más plena y armoniosa sea la relación del niño que va a nacer con su madre y con su padre, desde su concepción, mejor será su capital-salud, mejor se integrará en el mundo y será más autónomo y creativo.

Las aportaciones positivas de los futuros padres constituyen una verdadera educación prenatal natural.

Esta primera educación es la prevención más fundamental puesto que participa en la doble génesis de la salud física y del equilibrio psicológico del ser en formación.

Una toma de conciencia temprana por parte de los futuros padres y su participación activa en el embarazo, les permitirán acompañar después a su hijo con el mismo espíritu de escucha, de libertad y de amor.

Remontarse así a las fuentes de la vida permite a cada uno situarse mejor en relación con su pareja, y descubrir un aspecto esencial de su creatividad individual y de su responsabilidad colectiva. La educación prenatal es una garantía de equilibrio individual, familiar y social.

"La emergencia de los valores femeninos y un nuevo reconocimiento social de la mujer no deberían suponer una rivalidad hombre-mujer, sino desembocar en un equilibrio, en una cooperación en una nueva alianza entre estas dos formas complementarias de ser y de vivir la realidad."

A.M. SANZ

La sociedad actual – principalmente los profesionales relacionados con la salud y con la educación, los responsables sociales así como cualquier persona motivada deben difundir estos conocimientos y mejorar las condiciones de vida de las mujeres embarazadas. Así estas podrán traer sus hijos al mundo conciliando maternidad, vida cotidiana y función social.

Y ADEMÁS...

La educación prenatal natural no cuesta nada... o casi nada! Al ser una parte integrante de la vida cotidiana, requiere simplemente una toma de conciencia por parte de los futuros padres, de los profesionales que los acompañan y de toda la sociedad.

La educación prenatal puede integrarse en cualquier cultura respetando sus peculiaridades y adaptándose a sus posibilidades.

Puede por tanto ser aplicada fácilmente en todo el mundo, gracias a la participación de las Asociaciones, de los Estados y Organismos Internacionales.

B I B L I O G R A F Í A

P.4 - 6	Marie-Louise AUCHER (Francia)	Cantante. Profesora de canto Autora Fundadora de la Psicofonia	Propositos recogidos por M.C. BUSNEL. El Alba de los sentidos. Stock. Paris (1993).
P.10	Profesor David BOHM (Londres)	Fisico teórico. Investigador	Ciencia y conciencia. Stock. Francia Culture. Paris (1980).
P.9	Marie-Claire BUSNEL (Universidad de Paris V)	Investigadora en Fisiología acústica	El lenguaje de los bebés. Colectivo bajo la dirección de M. Claire BUSNEL y J. GRANCHER. Paris 1993.
P.10	Profesor Bertrand CRAMER (Ginebra)	Psiquiatra infantil	Le guide de l'enfant 1995 - Hors serie Enfants magazine. (Leer: La guía del niño 1995. Extra de la Revista de niños) "Los primeros vínculos" de BRAZELTON y CRAMER. Ed. Soc.
P.4	Pierre DERLON (Paris)	Escritor	El alba de los sentidos (ob. cit.).
P.5	Dra. Françoise DOLTO (Paris)	Medico. psicoanalista	Entrevista con D. Simmonet EXPRESS del 18 Marzo 1988. Leer: Todo es lenguaje.
P.8	Docteur Frederick LÉBOYER (Francia)	Ginecólogo. Obstetra Autor	Lo sagrado del nacimiento. Phoebus. Paris (1982).
P.6	Varenka y Olivier MARC (Paris)	Psicoanalistas	Los primeros dibujos de los niños. Nathan. Paris (1992).
P.2 - 13	Profesor Jorge César MARTINEZ (Buenos Aires)	Pediatra Neonatólogo	La educación prenatal. una esperanza para el futuro. (Actas del I Congreso mundial sobre educación prenatal. Granada 1993. Alpha Omega editions. Besançon (1996).
P.10	Olivier MESSIAEN (Francia)	Musico, compositor	Encuentros con Olivier Messiaen.
P.14	Dr. Yves MOISAN (Francia)	Cirujano-dentista	La educación prenatal (op. cit.).
P.2 - 13	Dr. Michel ODENT (Londres)	Obstetra Autor	La educación prenatal (op. cit.). La salud primal. Ed. Payot. Paris (1986).
P.1 - 8	Profesor Jean-Pierre RELIER (Port-Royal Paris)	Pediatra. Neonatólogo Autor	Amalo antes de que nazca. Ed. Martinez Roca.
P.14 - 17	Dr. Angel Mariano SANZ (Granada, España)	Medico	La educación prenatal (op. cit.).
P.7	Rabindranath TAGORE	Poeta indio	La ofrenda lirica. Gallimard.
P.16	Profesor Paul-Louis TOUBAS (Oklahoma, U.S.A.)	Pediatra	Coloquio: "100 años de puericultura en Port Royal". Asociación Pierre BUDIN. Paris (1995).
P.9	Dr. Thomas VERNY (Toronto, Canadá)	Psiquiatra	La vida secreta del niño antes de nacer. Ed. Urano.

NOTAS PERSONALES

ÍNDICE

✿ Durante el embarazo:

- El universo del bebé durante el embarazo pág.1
- Los aportes nutricionales pags.2 y 3
- Los estímulos sensoriales pags.4 y 5
- Los ritmos de vida pags.6 y 7
- Las relaciones psicoafectivas pags.8 y 9
- La imaginación de la madre pags.10 y 11
- El recuerdo de mi embarazo pág.12

✿ Transmitir la vida: una obra creativa

Una reflexión global sobre la llegada y el acompañamiento de un niño

- De la primera célula al recién nacido pag.13
- Ser madre, ser padre pág.14
- La preparación de los futuros padres pag.15
- Después del nacimiento pag.16
- Lo esencial pág.17

- Bibliografía pags.18 y 19

- Notas personales pág.20



Para cualquier pedido dirigirse a:

ANEP (Asociación Nacional de Educación Prenatal)
Camino de los Cerrillos s/n. Urb. Los Leones
18620 ALHENDÍN (GRANADA) ESPAÑA
Tfno./Fax: 958 57 60 70

Este folleto lo ha editado :

La Asociación Nacional de Educación Prenatal
24 Rue Midol. 25 000 BESANÇON (FRANCIA)

Estas Asociaciones están adheridas a la OMAEP.
(Organización Mundial de Asociaciones de Educación Prenatal)

Internet : <http://www.omaep.com>
Email : anep@pangea.org
Email : contact@omaep.com

Precio : 500 ptas.
ó 3 Euros