

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA - CIEPs-  
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES ATENDIDAS EN EL CENTRO  
DE SALUD DE LA ZONA 18 DE LA CIUDAD CAPITAL DE GUATEMALA”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE  
CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**


**POR**

**IRMA LETICIA PORRAS PEREZ  
MARCO VINICIO ZEPEDA**

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE  
PSICÓLOGOS**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
LICENCIADOS**

**GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2017**

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large circular emblem in the background. It features a central shield with a figure on horseback, surrounded by various heraldic symbols like castles, lions, and columns. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACADEMIA COACTEMALENSIS INTER" is inscribed around the perimeter.

CONSEJO DIRECTIVO  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
**DIRECTOR**

Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal  
**SECRETARIA**

Licenciada Karla Amparo Carrera Vela  
Licenciada Claudia Juditt Flores Quintana  
**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Pablo Josue Mora Tello  
Mario Estuardo Sitaví Semeyá  
**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

Licenciada Lidey Magaly Portillo Portillo  
**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



c.c. Control Académico  
CIEPs.  
Reg.0186-2015  
CODIPs. 1997-2017

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

22 de septiembre de 2017

Estudiantes  
Irma Leticia Porras Perez  
Marco Vinicio Zepeda  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto CUARTO (4º.) del Acta SESENTA Y CUATRO GUIÓN DOS MIL DIECISIETE (64-2017), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 22 de septiembre de 2017, que copiado literalmente dice:

**CUARTO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: “ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES ATENDIDAS EN EL CENTRO DE SALUD DE LA ZONA 18 DE LA CIUDAD CAPITAL DE GUATEMALA”, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**Irma Leticia Porras Perez**  
**Marco Vinicio Zepeda**

**CARNÉ No. 84-14220**  
**CARNÉ No. 1999-19791**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por el Licenciado Marco Antonio de Jesús García Enríquez y revisado por la Licenciada Suhelen Patricia Jiménez. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizabal  
SECRETARIA



/gaby



INFORME FINAL

Guatemala, 13 de septiembre de 2017

Señores

Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Centro Universitario Metropolitano

Me dirijo a ustedes para informarles que la licenciada **Suhelen Patricia Jiménez** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

**“ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES ATENDIDAS EN EL CENTRO DE SALUD DE LA ZONA 18 DE LA CIUDAD CAPITAL DE GUATEMALA”.**

**ESTUDIANTES:**

**Irma Leticia Porras Perez**  
**Marco Vinicio Zepeda**

**CARNE No.**

**84-14220**  
**1999-19791**

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

El cual fue aprobado el 01 de septiembre del año en curso por el Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. Se recibieron documentos originales completos el 11 de septiembre de 2017, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**.

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

**Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez**  
**Coordinador**  
**Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs.**  
**“Mayra Gutiérrez”**



**Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio “A”**  
**9ª. Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono: 24187530**



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**



CIEPs. 060-2017  
REG. 0186-2015

Guatemala, 13 de septiembre de 2017

**Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez  
Coordinador  
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs  
Escuela de Ciencias Psicológicas**

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

**“ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES ATENDIDAS EN EL CENTRO DE SALUD DE LA ZONA 18 DE LA CIUDAD DE GUATEMALA”.**

**ESTUDIANTES:  
Irma Leticia Porras Perez  
Marco Vinicio Zepeda**

**CARNÉ No.  
84-14220  
1999-19791**

**CARRERA: Licenciatura en Psicología**

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 01 de septiembre de 2017, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
**Licenciada Suhelen Patricia Jiménez  
DOCENTE REVISORA**



**Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio “A”  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono: 24187530**

Guatemala, mayo de 2016

M.A.  
Helvin Velásquez  
Coordinador  
Centro de Investigaciones  
-CIEPs- "Mayra Gutiérrez".

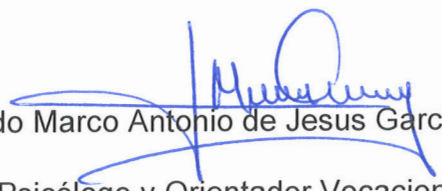
Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del informe final de investigación titulado "Estimulación prenatal en gestantes atendidas en el centro de salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala" realizado por los estudiantes IRMA LETICIA PORRAS PERES CARNE 8414220, MARCO VINICIO ZEPEDA CARNE 199919791.

El trabajo fue realizado a partir del 18 de agosto del año 2011, hasta el 23 noviembre 2015.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,



Licenciado Marco Antonio de Jesus Garcia Enríquez

Psicólogo y Orientador Vocacional

Colegiado No. 5950

Asesor de Contenido



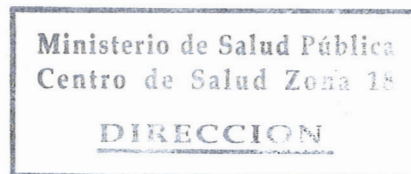
Guatemala, 22 de abril de 2016

M.A.  
Helvin Velásquez  
Coordinador  
Centro de Investigaciones en Psicología  
-CIEPs-"Mayra Gutiérrez"

Deseándole éxito al frente de sus labores, por este medio le informo que los estudiantes Irma Leticia Porras Pérez, carne 8414220 y Marco Vinicio Zepeda, carne 199919791, realizaron en esta institución 30 entrevistas a mujeres en estado de gestación, como parte del trabajo de investigación titulado: "Estimulación prenatal en gestantes atendidas en el centro de salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.", en el periodo comprendido del 18 de enero al 22 de abril del presente año, en horario de 08:00 a 12:00 horas.

Los estudiantes en mención cumplieron con lo estipulado en su proyecto de investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular, me suscribo.



Atentamente,

Dr. José Francisco Juárez

José Francisco Juárez Bocanegra  
MÉDICO Y CIRUJANO  
Colegiado No. 5410

Coordinador Municipal de Salud

Centro de Salud zona 18, depto. de Guatemala

Tel: 58590564

**PADRINOS DE GRADUACIÓN**

**POR IRMA LETICIA PORRAS PEREZ**

**MARLIN ALEJANDRA GEORGE PORTILLO**

**ING. AGRONOMA EN RECURSOS NATURALES RENOVABLES**

**COLEGIADO 5191**

**GEORGINA MARICELY GEORGE PORTILLO**

**ING. AGRONOMA EN SISTEMAS DE PRODUCCIÓN AGRÍCOLA**

**COLEGIADO 5273**

**POR MARCO VINICIO ZEPEDA**

**JOEL ESTUARDO MORALES LEMUS**

**ING. AGRONOMO**

**COLEGIADO 5028**



## **ACTO QUE DEDICO**

- A:  
Dios                    Por derramar sus bendiciones, iluminar el sendero donde camino cada día, llenarme de su fuerza para vencer los obstáculos, ha sido mi refugio en todo momento y sobre todo por su misericordia de darme un día más de vida.
- Mis padres            CARLOS PORRAS Y SOFIA PEREZ DE PORRAS, porque este era parte de sus anhelos, por ser las columnas que me sostuvieron, que este triunfo sea muestra de mi infinito amor y agradecimiento. A pesar de su partida siempre he sentido su presencia y su amor guiándome. De manera especial a mi MADRE, pues ella ha sido la persona que ha estado en todos los momentos de mi vida, con su amor incondicional, esfuerzo, confianza y sacrificio día a día me enseñó que con responsabilidad y dedicación en la vida nada es imposible. Porque el dolor de la ausencia y su recuerdo de cada uno de ellos sigue y seguirá plasmado en mi corazón. HASTA EL ÚLTIMO SUSPIRO MIS AMADOS PADRES.
- Mis hijos              LESLY PAOLA Y CESAR EDUARDO, son uno de los regalos más hermosos que Dios me ha dado, son la luz de mis ojos y de mi corazón, motor de energía día a día, para que este acto sea una motivación es su futuro, que nunca es tarde para superarse. Son mi orgullo LOS AMO CON TODO MI SER.
- Mi esposo             Cesar George por el apoyo que me has dado, siempre serás importante para mí.
- Mi familia             Por estar en esos momentos especiales de mi vida, en especial a Augusto Perez y a Maria Olivia Cabrera de Perez por su cariño.
- Mis amigos            Porque los amigos se cuentan con los dedos de las manos, para compartir esos momentos alegres y tristes en la vida, gracias por creer en mí y alentarme a seguir adelante, para cada una gracia, SIOMARA MARTINEZ, MARIA DE LOS ANGELES GIL Y MONICA GARCIA.

**IRMA LETICIA PORRAS PEREZ**

## **ACTO QUE DEDICO**

A: Dios	Por ser el creador de la vida, y quien me ha dotado de capacidad, aptitudes, inteligencia y perseverancia para alcanzar esta meta. Por siempre resguárdame y guiar mis pasos. Para Dios toda la Honra y Gloria.
Mi familia	A mi mama, mi abuelita, mis bellos hijos Emerson y Betsy; por el apoyo y el amor siempre incondicional. Gracias por todo, por ser las personas que más me apoyaron durante esta etapa.
Mis amigos	A todos, los que me alentaron siempre, a los que fuera de mi familia sanguínea se convirtieron en parte importante de mi vida, y que siempre me brindaron comprensión y apoyo, que compartieron tantos momentos durante la época de mis estudios. Nombrarlos uno a uno sería muy difícil, y un tanto injusto, no quisiera omitir a ninguno y por ello no los nombrare uno a uno.
La Universidad de San Carlos de Guatemala.	Por abrir sus puertas a mi formación como profesionales. Por estar presente donde se necesita de ella. Por ser parte de ella durante todos estos años.
Mis catedráticos	Licenciados, Ingenieros, todos y cada uno de los que durante los años de estudio en la Universidad compartieron sus conocimientos y experiencias. Gracias a cada uno de ustedes
Guatemala	Mi bella tierra, lugar de fe y esperanza.

**MARCO VINICIO ZEPEDA**

## AGRADECIMIENTOS

A

Dios por ser la fuente de vida, darnos la fortaleza de enriquecernos cada día con el pan del saber, permitiendo el desarrollo en el proceso de formación profesional que contribuye a nuestro enriquecimiento como personas y así poner un granito de arena a nuestra bella GUATEMALA.

La Universidad de San Carlos de Guatemala, especialmente a la Escuela de Ciencias Psicológicas y a cada catedrático que forma parte de esta institución quienes han sido pilar fundamental en nuestra formación académica.

Centro de Salud de la zona 18 y a todo su personal, por su apoyo para la realización de nuestro proyecto de investigación.

El Licenciado Marco Antonio García por la asesoría de nuestro trabajo, a la Licenciada Suhelen Jiménez, quien con su experiencia y conocimiento aportó y brindo la orientación necesaria para dirigir correctamente el proyecto y materializar esta idea en pro del desarrollo de la infancia, antes de nacer.

Todas las mujeres gestantes "El valor de una cualidad extraña: la falta de miedo no implica valor. Sólo los que tienen miedo y obran venciendo el miedo son realmente valientes." para ustedes especialmente GRACIAS.

**“Cuando nuestros sueños se han cumplido es cuando comprendemos la riqueza de nuestra imaginación y la pobreza de la realidad”**

## ÍNDICE

Resumen

Prólogo

<b>CAPÍTULO I</b>		<b>Pág.</b>
<b>1.1.</b>	<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEÓRICO</b>	<b>5</b>
<b>1.2.</b>	<b>Objetivos</b>	<b>10</b>
<b>1.3.</b>	<b>Marco teórico</b>	<b>11</b>
<b>1.3.1</b>	<b>Contexto Guatemalteco</b>	<b>12</b>
<b>1.3.2</b>	<b>Antecedentes</b>	<b>16</b>
<b>1.3.3</b>	<b>Gestación</b>	<b>18</b>
<b>1.3.4</b>	<b>El papel del padre durante la gestación</b>	<b>22</b>
<b>1.3.5</b>	<b>La importancia de la estimulación prenatal</b>	<b>23</b>
<b>1.3.6</b>	<b>Los beneficios de la estimulación temprana</b>	<b>25</b>
<b>1.3.7</b>	<b>La importancia de la estimulación prenatal</b>	<b>26</b>
<b>1.3.8</b>	<b>Beneficios de la estimulación</b>	<b>27</b>
<b>1.3.9</b>	<b>El desarrollo de los sentidos</b>	<b>28</b>
<b>1.3.10</b>	<b>Estimulación uno de los pilares sobre lo que se construye el vínculo</b>	<b>29</b>
<b>1.3.11</b>	<b>Proceso para estimulación prenatal</b>	<b>31</b>
<b>1.3.12</b>	<b>Cuidado prenatal</b>	<b>32</b>
<b>1.3.13</b>	<b>Frecuencia visita medico</b>	<b>33</b>
<b>1.3.14</b>	<b>Cuidado de sí misma durante el embarazo</b>	<b>33</b>
<b>1.3.15</b>	<b>Embarazo y nutrición</b>	<b>33</b>
<b>1.3.16</b>	<b>El vientre materno, nuestro primer hogar</b>	<b>34</b>
<b>1.3.17</b>	<b>Primer trimestre del embarazo</b>	<b>35</b>
<b>1.3.18</b>	<b>Desarrollo fetal</b>	<b>36</b>
<b>1.3.19</b>	<b>Segundo trimestre embarazo</b>	<b>37</b>
<b>1.3.20</b>	<b>Tercer trimestre embarazo</b>	<b>38</b>
<b>1.3.21</b>	<b>Canales de percepción del bebe intrauterino</b>	<b>40</b>
<b>1.3.22</b>	<b>La evolución de la percepción</b>	<b>41</b>
<b>1.3.23</b>	<b>El fenómeno de la analogía</b>	<b>42</b>
<b>1.3.24</b>	<b>Técnicas de estimulación dirigidas al feto</b>	<b>43</b>
<b>1.3.25</b>	<b>Las técnicas más importantes de estimulación prenatal</b>	<b>44</b>
<b>1.3.25.1</b>	<b>Técnica táctil</b>	<b>44</b>
<b>1.3.25.2</b>	<b>Técnica visual</b>	<b>45</b>
<b>1.3.25.3</b>	<b>Técnica auditiva</b>	<b>45</b>
<b>1.3.25.4</b>	<b>Técnica motora</b>	<b>46</b>
<b>1.3.26</b>	<b>Para aumentar el bienestar de la gestante y el feto</b>	<b>47</b>

1.3.27 Participación del padre y la familia	48
1.3.28 Beneficios y perjuicios	48
1.3.29 La importancia de las emociones durante el embarazo	52
1.3.30 La importancia del efecto prenatal	55
1.3.31 El desarrollo auditivo del bebe	56
1.3.32 La relación entre la música y el lenguaje	57
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>	
2.1. ENFOQUE Y MODELO INVESTIGACIÓN	60
2.2. Técnica	60
2.2.1 Técnica de muestreo	60
2.2.2. Técnica análisis de datos	61
2.3. Instrumentos	63
2.4. Operacionalización objetivos	65
<b>CAPÍTULO III</b>	
<b>PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b>	
3.1. Características del lugar y de la muestra	66
3.1.1 Características del lugar	66
3.1.2 Características de la población	66
3.2. Presentación y análisis de resultados	67
3.2.1 Pautas observación	67
3.2.2 Guía de la encuesta	68
3.2.3 Guía de la entrevista	71
3.2.4 Guía del cuestionario	73
Entrega trifoliales	76
Realización talleres	76
Análisis General	80
<b>CAPÍTULO IV</b>	
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
4.1 Conclusiones	82
4.2 Recomendaciones	84
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	86
<b>E-grafía</b>	89
<b>ANEXOS</b>	90
1. Consentimiento informado	91
2. Guía de Observación	92
3. Guía de Encuesta	93
4. Guía de Entrevista	97

<b>5. Guía de Cuestionario</b>	<b>98</b>
<b>4. Planificación de los talleres</b>	<b>100</b>

## **RESUMEN**

### **“ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES ATENDIDAS EN EL CENTRO DE SALUD DE LA ZONA 18 DE LA CIUDAD CAPITAL DE GUATEMALA”**

**AUTORES:** Irma Leticia Porras Pérez  
Marco Vinicio Zepeda

En la investigación el objetivo principal fue identificar el nivel de conocimiento sobre estimulación prenatal, que tienen las gestantes atendidas en el Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala, las cuales provienen de sectores aledaños, 30 madres gestantes entre 18 y 20 años, algunas fueron madres primerizas, que dejaron sus estudios y que trabajan o viven con algún familiar.

Esta investigación cualitativa, se llevó a cabo mediante un muestreo conveniencia, utilizando como técnicas e instrumentos: la observación, encuesta, cuestionario y talleres, con el objetivo de proporcionar información teórica y una experiencia práctica sobre la estimulación prenatal.

El nivel de conocimiento sobre estimulación prenatal identificado en la mayoría de gestantes atendidas en el Centro de Salud es bajo, esto debido a la idea equivocada, que el niño no oye ni siente hasta el momento que nace. El bajo nivel académico, situación socio-económica baja y las condiciones precarias en la que viven, son factores que influyen en el desarrollo físico, emocional y psicológico del feto en el período de gestación. No obstante, al momento de ser encuestadas manifestaron su interés en conocer y aprender la aplicación de los diversos métodos de estimulación prenatal, para beneficiar el desarrollo integral de la personalidad de su bebé.

## PRÓLOGO

La mujer en período de gestación debe estar preparada física y emocionalmente para la llegada de su bebé, sin perder de vista que la mujer tiene derecho a un embarazo sano, oportuno y estimulante en todos sus niveles. Independientemente del estado de planificación de un embarazo, las mujeres guatemaltecas necesitan servicios de calidad para asegurarles un embarazo y un parto seguros. Debido a una extensa variedad de motivos, incluyendo la dominante pobreza, una inadecuada infraestructura de salud, la inaccesibilidad geográfica, no todas las mujeres obtienen la atención integral prenatal y del parto que necesitan para evitar complicaciones y dar a luz a bebés sanos. Sin embargo, se sigue actuando como si el desarrollo y el vínculo madre – hijo floreciera espontáneamente, sin la necesidad de la estimulación prenatal, ante ello la preocupación por un buen desarrollo es todavía incipiente y son escasos los esfuerzos orientados a mejorar las condiciones en que viven las gestantes con respecto a la estimulación temprana. La mamá embarazada debe permitirse un momento para relajarse y poder sentir que el bebé se mueve; momentos ideales para hacer incluir al papá de esta experiencia, es entonces cuando comienza el mecanismo de identificación con los estados afectivos del bebé, los que en un principio son posturales o fisiológicos pero que con el tiempo se volverán psicológicos.

La estimulación prenatal tiene grandes beneficios en él bebé, debido a la capacidad de percepción que éste posee; puesto que estimular es mucho más que ejercitar o provocar ciertas respuestas de manera casi mecánica; la estimulación prenatal favorece la formación de un vínculo sólido entre padres e hijo; desde la concepción hasta el nacimiento, el cual fortifica la autoformación del bebé a lo largo de su vida. La maternidad siempre está presente en la mujer desde niña, se presenta como que genéticamente estuviera dotada de un mecanismo que le permite registrar todo lo que concierne al embarazo.



Un bebé estimulado desde antes del nacimiento tendrá mayores aptitudes para sociabilizarse. Desarrollará los cinco sentidos a lo largo del embarazo, convirtiéndose en una criatura sensible, capaz de registrar sentimientos y emociones. Estos sentidos permiten que el pequeño sintonice e interactúe con el medio que lo rodea, especialmente con su madre. Asimismo, los sentimientos que experimenta la mamá acerca de determinados sonidos y estímulos serán percibidos por el bebé. Esto mismo sucederá una vez nacido, provocando el mismo bienestar o desagrado que le producían en su vida intrauterina. Sin ser plenamente conscientes se está educando al bebé desde antes del nacimiento: se establece una vía de comunicación que transmite sensaciones físicas, emociones, conocimientos que quedarán grabados como huellas en su subconsciente. Durante el embarazo se produce un flujo de mensajes verbales, canciones, relatos, tonos agradables, música; no verbales, a través de los mimos, las caricias, el silencio o incluso la desatención hacia el bebé que quedarán grabados en su memoria. Numerosas investigaciones han permitido comprobar que aquellos niños que han sido estimulados durante su vida intrauterina tienen mayores capacidades de atención, muestran una buena predisposición para aprender ciertos conocimientos, o tienen mayor empatía con los otros.

La teoría del apego, indica que este es un vínculo emocional que desarrolla el bebé con sus padres y que le proporciona la seguridad emocional indispensable para un buen desarrollo de la personalidad. Con fundamentos en la Psicología del Desarrollo la cual guarda una estrecha relación con la importancia de la estimulación prenatal, por medio del estudio de esta y otras teorías nos proponemos brindar técnicas de estimulación dirigidas al bebé, antes del nacimiento, ya que la estimulación prenatal tiene por finalidad facilitar la comunicación y el aprendizaje, mediante la realización de actividades y la aplicación de las diferentes técnicas organizadas (auditivas, visuales, motoras y táctiles), potencializando así el desarrollo físico, mental y sensorial del bebé por nacer.

## **CAPÍTULO I**

### **1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEORICO**

#### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Innumerables teorías e investigaciones apuntan a los beneficios de la estimulación temprana, cuanto antes se inicia el proceso de despertar los sentidos al mundo que nos espera es más favorable el pronóstico de desarrollo. De ahí la urgencia de iniciar a ocuparnos como profesionales de la salud en la falta de estimulación prenatal en gestantes atendidas en el Centro de Salud de la Zona 18, durante el presente ciclo, ya que en Guatemala factores como el poco acceso a los centros de salud y la mala situación económica en la que está inmerso el 60% de la población impiden la implementación de una cultura de prevención siendo la población más vulnerable los bebés y las mujeres en edad reproductiva.

La estimulación prenatal es un conjunto de actividades que se realizan con la participación activa de la madre, el padre y la familia, para potenciar al máximo las actividades físicas, mentales y psicosociales del bebé, desde la concepción hasta el nacimiento, mediante la estimulación repetitiva, continua y sistemática<sup>1</sup>, como salud preventiva es de beneficio para las mujeres en edad reproductiva y para los bebés que han recibido esta estimulación; pues los enriquecen en su desarrollo físico, mental, emocional y social; lo cual se logra por medio de una comunicación afectuosa entre el bebé y sus padres desde el embarazo.

El objetivo principal al abordar el tema en relación al nivel de conocimiento sobre estimulación prenatal en las gestantes mencionadas es que durante el

---

<sup>1</sup>Dr. Medina Alejandro. La Estimulación Temprana. Volumen 14. Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación. México. 2002. Pp 63

periodo de embarazo se considera a la madre como una enferma, que no puede ni debe hacer nada porque le hace daño al bebé. Los estudios actualizados demuestran todo lo contrario. Se necesita una madre activa que participa en la vida cotidiana, trabajo, estudio, vida de hogar, pero de forma moderada. Como parte de la salud reproductiva se encuentra la estimulación prenatal; que tiene como objetivo crear en torno a la mujer embarazada una atmósfera tranquila y variada para eliminar el estrés cotidiano, proporcionándole una sensación de bienestar, potenciando así sus sentimientos de seguridad física y emocional; además de desarrollar a través de ésta las capacidades de su bebé. La mujer en período de gestación debe estar preparada física y emocionalmente para la llegada de su bebé teniendo presente su derecho a un embarazo sano, oportuno y estimulante en todos sus niveles. Independientemente del estado de planificación de un embarazo, las mujeres guatemaltecas necesitan servicios de calidad para asegurarles un embarazo y un parto seguros. El periodo de gestación es considerado un momento único en la vida de toda mujer. El poder dar vida a otro ser ha sido maximizado por las culturas ancestrales como fortaleza que solo tiene el sexo femenino. Tomando en cuenta su importancia y luego de realizar un sondeo previo en el que las madres no reciben esta estimulación, decidimos realizarlo. Es preocupante que solo reciban la atención médica por parte de los profesionales de salud, pero no se les acompañe de charlas de socialización y sensibilización de la época maternal y de los beneficios de la estimulación prenatal.

Las gestantes atendidas en el Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala, provienen de sectores aledaños, en su mayoría menores de edad, que dejaron sus estudios y que trabajan o viven con algún familiar. Estas condiciones influyen en la ausencia de reflexión acerca de que: “El feto sí es un ser humano: siente, sueña y tiene memoria y consciencia antes del nacimiento,

puede ver, oír, experimentar, degustar, aprender de manera primitiva y reconocer la voz de la madre. Incluso aprender. Lo más importante es que puede sentir”<sup>2</sup>.

Conociendo la importancia de realizar estimulaciones prenatales que permitan en la madre tanto como en el bebé, llevar un embarazo agradable y armonioso, que lleve a buen término, pero sobre todo el tener un recuerdo agradable de esos meses de dulce espera para que no se conviertan en solo dolores y quejas, sino también en momento de preparación, disfrute y maximice las capacidades sensorio-perceptivas del bebé por nacer, brindándole la oportunidad de un desarrollo integral biopsicosocial. Por lo que pretendemos realizar un pequeño aporte por medio de un manual práctico, sencillo y claro para las madres.

La estimulación prenatal es uno de los cuidados claves en el desarrollo psicomotor del bebé, “las conexiones neuronales necesitan más que aminoácidos y grasas, para funcionar, necesitan estímulos psicosensoresiales como luz, sonido, caricias y diálogo, lo cual genera innumerables efectos en el desarrollo y crecimiento del nuevo ser”<sup>3</sup>

La estimulación prenatal es importante ya que se enseña a los padres cómo proveer un ambiente seguro y amoroso que motive al bebé a aprender desde antes del nacimiento. La falta de estimulación prenatal es una problemática a nivel mundial que se ve más evidenciada en los países en vías de desarrollo, teniendo consecuencias negativas para las mujeres que asumen la maternidad sin ninguna información acerca de los beneficios de esta práctica que son importantes para el bebé antes de su nacimiento y como futuro integrante de la sociedad.

---

<sup>2</sup>Verny Thomas, Kelly John. “La vida Secreta del bebe antes de nacer”. 1ra ed. Urano. Bogotá. 1981. Pp 38

<sup>3</sup>Plata, Ernesto. “Preguntas de Madres y Padres” 5ta. Ed. Medica Panamericana Bogotá. 2006, Pp 203

Anteriormente, se pensaba que el cerebro fetal era inmaduro, incapaz de pensar o tener memoria y que no era posible ningún proceso de aprendizaje que no fuese una respuesta refleja, pero en la actualidad numerosas investigaciones relacionadas con la estimulación prenatal afirman que el bebé, antes de nacer, es capaz de procesar información de diversos estímulos y que existe una relación entre el desarrollo del cerebro y los órganos de los sentidos del bebé dentro del útero.<sup>4</sup> Dentro de los factores ambientales no solamente se incluyen los hechos protagonizados por la madre durante el embarazo. El bebé comienza a desarrollar sus sentidos de forma progresiva, y realiza pruebas de todos y cada uno de ellos antes de contactarse con el mundo exterior y sin barreras.

La estimulación temprana es un proceso que promueve una mayor capacidad de aprendizaje en los bebés dentro del útero materno. Según la Asociación Mundial de Educadores Infantiles (AMEI) hay evidencias que afirman que, durante la segunda mitad del embarazo, los fetos son capaces de ver, oír, gustar, oler, sentir y experimentar movimientos. A pesar de todos los esfuerzos la estimulación prenatal en este sector de la población que acuden al Centro de Salud de la zona 18 de la Ciudad Capital de Guatemala, no se evidencia de mayor forma, más aún, la estimulación prenatal no ha tenido cabida, debido a la poca importancia que se le ha dado ya sea por desconocimiento o por falta de presupuesto para contar con personal que ayude a desarrollar estas técnicas educativas especiales para estimular, fomentar el mayor desarrollo en el área visual, auditiva, lingüística y motora en el periodo prenatal.

La ley de Desarrollo Social, Decreto 42-2001 del Congreso de la República de Guatemala establece que: “la política de Desarrollo Social y Población considerará, promoverá e impulsará planes, programas y acciones para garantizar

---

<sup>4</sup>Le Boulch Jean. “Consideraciones sobre el crecimiento y desarrollo del Feto”. 2da. Editorial Pailos España. 1997. Pp 88

el ejercicio libre y pleno de la paternidad y maternidad responsable, entendidas como el derecho básico e inalienable de las personas a decidir libremente y de manera informada, veraz y ética el número y espaciamiento de sus hijos e hijas, el momento para tenerlo, así como el deber de los padres y madres en la educación y atención adecuada de las necesidades del desarrollo integral.”<sup>5</sup> Para lo cual el Estado debe garantizar la gratuidad en la educación, salud y asistencia social.

En la Constitución de la República de Guatemala se establece en el artículo 44 las finalidades de la educación inicial “garantiza el desarrollo pleno de todo ser humano desde su concepción, su existencia y derecho a vivir en condiciones familiares y ambientales propicias ente la responsabilidad del estado.”<sup>6</sup> Según lo antes planteado, se formulan las siguientes interrogantes con el objetivo de responderlas: ¿Por qué y para qué es importante que las gestantes conozcan sobre estimulación prenatal?, ¿Cuáles son los factores y elementos que contribuyen en el desarrollo físico y psicológico del feto en el periodo de gestación? ¿Cuál es la participación de la madre gestante en el desarrollo psicobiosocial del feto durante el periodo de gestación? Con dicha información y por medio de la elaboración de un programa por medio de talleres, es para nosotros prioridad dar un paso en el lento proceso de formación sobre este tema a una pequeña parte de la población guatemalteca.

---

<sup>5</sup> Decreto 42-2001 del Congreso de la República de Guatemala, artículo 15

<sup>6</sup> Constitución de la República de Guatemala. Artículo 44

## **1.2 OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

- Identificar el nivel de conocimiento sobre estimulación prenatal que tienen las gestantes atendidas en el Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Describir los factores y elementos que contribuyen o influyen en el desarrollo físico, emocional y psicológico del feto en el período de gestación.
- Conocer y describir los niveles de percepción y toda la información relevante durante el período de gestación.
- Realizar un programa de estimulación prenatal basado en talleres dirigido a madres gestantes del Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.

### 1.3. MARCO TEÓRICO

A partir de la década de los 80, gracias a numerosas observaciones científicas llevadas a cabo en distintos campos, como la Medicina, la Psicología, la Biología, la Genética, o la Física moderna, se ha dado un nuevo paso en la comprensión de la vida, al estudiar la vida en el útero.

Del viejo paradigma que consideraba al bebé antes de nacer como un ser incapaz, que no se enteraba de nada, que era algo así como ciego y sordo, se ha pasado con todos estos nuevos estudios a un nuevo paradigma, que nos va demostrando las capacidades tan maravillosas del bebé en el vientre materno. Anteriormente, se pensaba que el cerebro fetal era inmaduro, incapaz de pensar o tener memoria y que no era posible ningún proceso de aprendizaje que no fuese una respuesta refleja, pero en la actualidad numerosas investigaciones relacionadas con la estimulación prenatal afirman que el bebé, antes de nacer, es capaz de procesar información de diversos estímulos y que existe una relación entre el desarrollo del cerebro y los órganos de los sentidos del bebé dentro del útero.<sup>7</sup>

Los estudios en ondas cerebrales de prematuros revelan que el cerebro del bebé puede responder a estímulos visuales, táctiles y sonoros alrededor del séptimo mes de embarazo, es decir puede percibir información y procesarla. Los bebés en el útero son capaces de realizar movimientos corporales, pueden patear, abrir y cerrar las manos, girar el cuerpo, fruncir el ceño y pueden moverse al tratar de localizar la fuente de un estímulo sonoro o visual.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Le Boulch Jean. “Consideraciones sobre el Crecimiento y Desarrollo del feto”. 2da edición Editorial Paidós. España. 1997. Pp 88

<sup>8</sup> Novelo Geraldine. “Introducción al crecimiento y Desarrollo del bebe”. 2da. Ed. Editorial Trillas, S.A. México. 1990. Pp 42



Así, se sabe que a partir del tercer mes de gestación sus sentidos ya están formados, y él bebé percibe las informaciones a través de todos sus sentidos; es capaz de reaccionar ante esas informaciones, y las memoriza. Se sabe también que los bebés en el útero son seres sociables y comunicativos, que sienten el amor o el rechazo de su madre, que sienten placer y dolor, que el estrés de sus madres les repercute - no sólo emocionalmente, sino que incluso interfiere en la formación de sus órganos -, que tienen cierto grado de conciencia.

A pesar de que estamos tan sólo en los albores de estos descubrimientos, ya nos van demostrando que durante el periodo prenatal el ser humano construye las primeras bases de su salud, de su afectividad, de sus capacidades de relación (de su capacidad de amar), de sus facultades cognitivas (inteligencia), e incluso de su creatividad.

### **1.3.1 Contexto guatemalteco**

Guatemala es un país eminentemente joven, el 52% de la población tienen menos de 20 años. Desde el punto de vista social los embarazos en adolescentes traen como consecuencia la pobreza intergeneracional o reproducción de la pobreza, pues al existir pocas condiciones para el desarrollo de los padres, éstos heredan a los hijos poca calidad de vida.

Los embarazos en bebés, adolescentes y jóvenes constituyen un problema alarmante que afecta el desarrollo de las mujeres guatemaltecas y es un riesgo para la salud sexual y reproductiva de adolescentes entre 15 y 19 años.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup>"Análisis de la situación de embarazos en bebés y adolescentes en Guatemala 2011-2012", Procurador de los derechos Humanos de Guatemala.

Ser adolescente en Guatemala representa una etapa biológica, pero también vulnerable a riesgo social. En los últimos años, la cantidad de casos de bebés y adolescentes embarazadas que se han dado a conocer a través del medio de comunicación, han alarmado a la sociedad. Es importante distinguir la educación de la instrucción. La instrucción es la transmisión de conocimientos y de habilidades y utiliza métodos de aprendizaje.

Guatemala es un país rico en cultura, con un patrimonio incalculable de costumbres y tradiciones que se ponen de manifiesto en cada comunidad es esta fuente inagotable de costumbres donde surge la medicina tradicional que se define como “un conjunto de consejos, medidas terapéuticas, que se ponen en práctica sin la supervisión de un médico, bastando solo el conocimiento, confianza y fe de parte de quien lo practica y quien recibe el tratamiento”<sup>10</sup>

En el artículo 44 de la Ley de Educación Nacional (Decreto Legislativo 12-91) establece las finalidades de la Educación Inicial: a) Garantizar el desarrollo pleno de todo ser humano desde su concepción, su existencia y derecho a vivir en condiciones familiares y ambientales propicias ante la responsabilidad del Estado. b) Procurar el desarrollo psicobiosocial del bebé y la bebé mediante programas de atención a la madre en los períodos pre y post natal, de apoyo y protección a la familia. Es importante mencionar que en el marco de la Reforma Educativa y del proceso de transformación curricular, por primera vez en la historia de la educación en Guatemala, el Ministerio de Educación, con la participación de instituciones que atienden a este grupo etario, han unido esfuerzos para orientar la práctica pedagógica y brindar una atención integral de calidad, y en el año de 2007 se publica el primer Currículo Nacional Base de Educación Inicial. Este paso

---

<sup>10</sup> Villatoro Elba. “Prácticas y creencias médicas en una comunidad indígena de Guatemala”. Editorial Zantmaro. Guatemala 1987; Pp 96.

representa un gran avance en materia de educación y atención a los bebés y bebés de 0 a 4 años. Y debido a que no se tiene mucha información sobre el tema de métodos y técnicas para que la gestante pueda estimular desde el vientre a su hijo. Y habiendo necesidad de un programa para informar a mujeres embarazadas de los beneficios que esto conlleva, se pensó en fomentar este método en el centro de salud de la zona 18. Al tomar en cuenta lo anterior se trabaja la propuesta de estimulación en la etapa prenatal, ya que en el medio no se han explotado las técnicas para la estimulación prenatal, por la falta del conocimiento de los beneficios en el desarrollo biológico, psicológico y social del bebé por nacer. Muchas investigaciones sobre el desarrollo del bebé en el vientre han determinado que está en capacidad de ver, escuchar, sentir, e incluso posee un nivel de conciencia rudimentario; esto implicaría que posiblemente algunos recuerdos sean rememorados e influyan en su vida futura. Siendo la estimulación prenatal un conjunto de actividades que se realiza con la participación activa de la madre, el padre y la familia, para potenciar al máximo las habilidades físicas, mentales y psicológicas del bebé, desde la concepción hasta el nacimiento, mediante la estimulación repetitiva, continua y sistematizada.<sup>11</sup> Esto confirmaría entonces que el ser humano está en capacidad de aprender desde etapas muy tempranas de su desarrollo, “mientras aún está en el útero él bebé siente, oye, ve, saborea, responde y hasta aprende y recuerda”.<sup>12</sup> No hay duda que el estado de ánimo de una persona influye en todo su organismo. La tensión nerviosa, los disgustos o preocupaciones, repercuten sobre su salud. Los vínculos que se establecen entre la madre y el bebé durante el embarazo son tan claros que el bebé reacciona según el estado de ánimo de su mamá. Si la gestante se siente triste, feliz, angustiada, enfadada, preocupada, el feto recibe estas emociones. Como medida

---

<sup>11</sup> Medina, Alejandro. “La estimulación temprana”, Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación, México 2,002. Pp 63

<sup>12</sup> Sttopard, Miriam. “El contacto con su bebe”, sexta edición Editorial Grupo Z, Londres 2000, pp 174

protectora, la estimulación prenatal está dentro de la prevención primaria, es decir orientada a disminuir la incidencia de una enfermedad o trastorno en una población. Por lo que la información y apoyo adecuado a las madres en la etapa del embarazo es de vital importancia y se considera a la estimulación en útero como un medio seguro para potenciar el desarrollo del bebé desde ese momento, insistiendo en que la actitud de la madre, incluso del padre frente al embarazo, será influyente en la personalidad y aptitudes del bebé.

En cambio, el objetivo de la educación es desarrollar las potencialidades del ser humano y su adaptación al mundo. Y la educación se opera a través de tres procesos esenciales: la impregnación, la imitación e identificación y experimentación. En el periodo prenatal la impregnación es máxima, es celular. El bebé/a en el útero se impregna de todo lo que vive su madre. Si los padres están informados de que su hijo se educa al mismo tiempo que se forma, tienen la posibilidad de evitar que reciba ciertas violencias y pueden darle las mejores condiciones para un desarrollo más óptimo, según su propia dinámica y su proceso natural. Watson afirma que venimos al mundo como una página en blanco. Esta frase, en la actualidad no tiene validez alguna, porque muchas investigaciones sobre desarrollo del bebé en el vientre han determinado que está en capacidad de ver, escuchar, sentir e incluso posee un nivel de conciencia rudimentario, esto implicaría que posiblemente algunos recuerdos sean rememorados e influyen en su vida futura.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Rodríguez Lilian, Vélez Ximena. "Manual Estimulación en el útero dirigido a gestantes", Ed. Cuenca Prefectura 2008 Pp 95

### 1.3.2 ANTECEDENTES

1. La autora Contreras Castellanos, Angélica Trinidad y su Tesis: “Propuesta de un programa de estimulación de la creatividad en bebés y bebés de preprimaria, para fomentar su desarrollo creativo personal.”, realizado en abril 2005, con el objetivo del enfoque de la estimulación temprana dirigida a la creatividad que se puede estimular en los bebés de educación preprimaria, el tema propuesto por nosotros abarca la necesidad de la estimulación en general. Con las conclusiones: Se acepta la hipótesis ya que se determinó que los bebés a quienes se les estimula la creatividad responden de manera positiva, mejorando sus relaciones interpersonales, logran una mejor adaptación a su ambiente y potencializan sus capacidades innatas. El poseer un pensamiento creativo, permite una mejor adaptación, una mejor disposición para el aprendizaje, el conocimiento de sí mismo y comprensión a los demás. El proveer al bebé un sistema educativo en el que se viva un ambiente de libertad, juego y participación, permite un mejor desarrollo integral. Se les permita su desarrollo de un ambiente de libertad y contacto con la naturaleza.
2. Autoras García Hernández, Ligia Karina y Arriola Polanco, Karina Haydee y su tesis “Efectividad de un programa de estimulación temprana de las destrezas y herramientas básicas del Dr. Edward de Bono para desarrollar el pensamiento de las bebés y bebés del nivel pre-primario urbano estudio realizado en la escuela de párvulos “Luz Figueroa Guillen””, realizada en agosto de 2002 con el objetivo de desarrollar el pensamiento en los bebés de educación preprimaria a través de la estimulación temprana, mientras que nuestra tesis tratara de realizar un pequeño manual para tener los componentes necesarios para la población a trabajar.

3. Autora Paz Sandoval, Ana Cecilia. Tesis “Importancia de la divulgación de técnicas de estimulación temprana prenatal en las madres que asisten a la consulta externa de ginecología y obstetricia del hospital general San Juan de Dios”, realizada en junio 2006 con el objetivo: hacer conciencia tanto en las madres que están en período de gestación como también a los hospitales para realizar estimulación temprana en el periodo de gestación para el bienestar de las futuras personitas de nuestra sociedad, mientras que la nuestra es realizar un manual en donde las mismas instituciones tengan las diferentes técnicas para realizar la estimulación en estas futuras madres.
4. Autora Celada Juárez, Laura María, título: “Guía para estimular el desarrollo psicomotor en bebés y bebés de 6 a 18 meses.”, de fecha noviembre 2013. En esta se realiza un manual para los padres e instituciones sobre estimulación temprana, pero para bebés de 6 a 18 meses mientras que en nuestra tesis se aborda el nivel de desconocimiento sobre estimulación y la realización de un manual es como un aporte y dejar una base de datos a la población.
5. Autoras Maldonado González, Mónica Cecilia y Olivia Pozuelo, Ana Gabriela. Título: “Estimulación prenatal dirigida a mujeres en el último trimestre de embarazo”. De fecha octubre de 2008. Crean un manual que se utiliza exclusivamente para la madre para que ella tenga y sepa lo importante de la estimulación temprana en los bebés que lleva en su vientre, nuestra investigación busca abarcar la importancia de la estimulación a lo largo de la infancia por lo que debe saberse de ella desde el periodo prenatal, ya que debemos prepararnos para el reto de la maternidad.

### 1.3.3 Gestación

Período de treinta y ocho semanas de duración, en el que tiene lugar el desarrollo del embrión hasta su formación completa y durante el cual tiene lugar la formación de todos los órganos. Tras la fecundación, se producen muchos cambios en el cuerpo de la mujer embarazada, debido a que el desarrollo del bebé en el útero produce grandes cambios bioquímicos, por este motivo, las futuras mamás empiezan a percibir muchas señales asociadas al embarazo.

La primera es la falta de la menstruación, pero como no todas las mujeres tienen periodos regulares es importante observar otras señales como el aumento de tamaño de los pechos, las náuseas, la acidez, la fatiga o cansancio o las micciones frecuentes. Aun si una mujer presenta todos los síntomas es importante reconfirmar el diagnóstico con una prueba de embarazo. Esta prueba puede detectar la presencia de una hormona llamada gonadotrofina crónica, que es producida por la placenta y se encuentra presente en la sangre y en la orina de la mujer embarazada.

Creemos que la vida se inicia con la unión del óvulo y el espermatozoide. Ni antes, ni después. Sin embargo, otros opinan que la vida empieza cuando el óvulo fecundado se implanta en el útero. Estos afirman que los términos Fecundación y Concepción son diferentes, pero, en el Diccionario Dorlan de Ciencias Médicas encontramos que ambas palabras son equivalentes: "Fecundación, es la acción y efecto de unirse el espermatozoide con el óvulo maduro para dar origen a un nuevo ser." "Concepción: acción y efecto de concebir" "Concebir: quedar fecundado el huevo"

"La ciencia y el sentido común prueban que la vida humana comienza en el acto de la concepción y que en ese mismo momento están presentes en potencia todas las propiedades biológicas y genéticas del ser humano".

Por lo tanto, a partir de la unión del óvulo con el espermatozoide al producto de la concepción lo llamaremos Bebé por nacer o Bebé no nacido al cual es factible estimular en su desarrollo y crecimiento mientras se está formando en el útero desde el primer momento que conocemos que la madre está gestándolo.

Desde el mismo momento en que el óvulo y el espermatozoide se unen, se inicia una etapa donde el nuevo ser acumula experiencias que modelarán poco a poco su personalidad y aptitudes; esto confirmaría entonces que el ser humano está en capacidad de aprender. “Los investigadores suponían que después de suficientes exposiciones, la asociación entre vibración y pataleo se volvería tan automática en la mente de los bebés, que patearían incluso cuando la vibración se aplicara sin ruido. Y exactamente así sucedió, los bebés fueron capaces de aprender.”<sup>14</sup>

La vida del bebé comienza cuando un espermatozoide fertiliza uno de los óvulos. Al cabo de media hora, el huevo fertilizado se va dividiendo en numerosas células mientras viaja por la trompa de Falopio hacia el útero para implantarse en la pared del útero donde continuará su desarrollo. “Es muy probable que el bebé que se ha ido gestando mientras sus padres trabajan con el sistema de armonización intrauterina, llegue al mundo con una curiosidad y atención superiores a lo que es habitual, con un poderoso sentimiento de armonía y con la seguridad de que lo aman.”<sup>15</sup> Entonces es en el mismo momento de la concepción, donde se inicia en él bebé el sentimiento de seguridad del que dependerá su autoestima, y este se deriva del interés de sus padres en él; como no va entonces una persona a sentirse segura y confiar en sí misma, si desde el filo de la conciencia se le ha dicho que es deseada y querida, si este optimismo

---

<sup>14</sup>Verny Thomas. IDEM

<sup>15</sup>Verny Thomas IDEM



queda grabado en la mente del bebé intrauterino, más adelante serán necesarias muchas adversidades para borrarlo.<sup>16</sup>

A las tres semanas, el embrión ya tiene un pequeño corazoncito que comienza a latir. Al final de la cuarta semana, se reconoce fácilmente la cabeza, que ya posee un rudimentario cerebro y comienzan a reconocerse también los brazos y las piernas. Al comienzo del segundo mes, se observan ojos, nariz y orejas. El embrión puede mover la cabeza y su cuerpo y su comunicación con el mundo exterior ha comenzado. El primer trimestre es el momento de mayor riesgo de aborto espontáneo; el inicio del tercer trimestre se considera el punto de viabilidad del feto (aquel a partir del cual puede sobrevivir extra útero sin soporte médico).

Entre la tercera y la octava semana se desarrollan las bases de todas las estructuras internas y externas de su cuerpo y a lo largo del tercer mes, su corazón late con más fuerza. El corazón del feto late dos veces más rápido que el de su mamá y funciona a partir del segundo mes de gestación. Su rostro aún no está bien dibujado, pero comienza a tener expresiones faciales. Aunque ya se mueve, sus movimientos todavía son imperceptibles para la madre. Sus órganos reproductores se forman durante el tercer mes de embarazo. Lo que siente la madre, lo siente su bebé. Y ya hemos visto cómo lo siente, cómo lo procesa, cómo le afecta ahora y en el futuro. ¿Qué podemos hacer para que este bebé se sienta feliz, aceptado, protegido, deseado, amado? En primer lugar, la madre, debe procurar estar el mayor tiempo posible en un estado de tranquilidad, de paz, de relajación. En segundo lugar, ha de mantener una comunicación intensa, constante, con su bebé a través de sus pensamientos y de sus manos en el vientre. Para ello es también una gran herramienta la relajación y la visualización. Cuando entramos en relajación profunda, alcanzamos la percepción emocional, que es la percepción en que se encuentra el bebé. Es como si fuéramos moviendo

---

<sup>16</sup>Verny, Thomas IDEM

el dial de una radio hasta encontrar la frecuencia de la emisora que deseamos escuchar. Sintonizamos con nuestro bebé y se produce una increíble comunicación entre madre y bebé y viceversa. De hecho, en la época de Freud los expertos creían que la personalidad no empezaba siquiera a formarse hasta los dos o tres años. Durante la década de los sesenta, los psicólogos rastrearon huellas de un desarrollo emocional temprano hasta los días e incluso hasta las horas que siguen al nacimiento, y formularon el concepto de bonding (vínculo), en virtud del cual madre e hijo establecen un recíproco apego y se comunican su amor inmediatamente después de que el bebé sale del útero materno.<sup>17</sup>

La madre debe intentar evitar estados emocionales negativos, como la tristeza, las preocupaciones intensas, el miedo, la angustia y el estado continuado de estrés. Debería replantearse, considerando lo anterior, todo lo referente al entorno laboral de la mujer embarazada. Hoy en día no sólo no se la apoya, sino que en muchas ocasiones se la discrimina. Falta comprensión de lo que supone la necesidad de tranquilidad, de sentirse respetada, apoyada en el proceso. Muchas mujeres embarazadas sufren de estrés durante su embarazo porque se les exige la misma dedicación o esfuerzo, o incluso más, que si no lo estuvieran. Hay suficientes estudios que demuestran el efecto negativo del estrés sobre el desarrollo del bebé. El riesgo de que los bebés cuyas madres han sufrido estrés durante el embarazo sean hiperactivos, tengan problemas de motricidad y déficit de atención es mucho mayor que en caso de bebés de madres no estresadas.

Los sentimientos y los estados de ánimo de las madres están vinculados a hormonas y neurotransmisores que viajan por el torrente sanguíneo y, a través de la placenta, llegan al cerebro en desarrollo del futuro bebé. Una exposición prolongada a las hormonas del estrés, incluidas la adrenalina y el cortisol, enseñan

---

<sup>17</sup> VERNY, Thomas, IDEM

al cerebro en desarrollo a reaccionar según la modalidad de “huida o combate” a lo largo de toda la vida, aunque sea inadecuado.

Por otra parte, el empeño de la madre en el amor y la alegría inunda ese mismo cerebro en desarrollo con endorfinas y neuro-hormonas “positivas”, por ejemplo, la oxitócica, que favorece una sensación sostenida de bienestar. Las emociones e incluso los pensamientos de una madre afectan directamente la “configuración” de la mente. Tener un hijo es la más maravillosa de las experiencias y vale la pena vivirla en toda su intensidad, con todos nuestros sentidos abiertos, con toda su carga emocional, ya desde la gestación.

#### **1.3.4 El papel del padre durante la gestación**

El bebé escucha en el vientre de su mamá a una intensidad de 85 decibeles,<sup>18</sup> al oír la voz del papá, representa para él una variante de diálogo emocional. El padre puede y debe ser más que un mero espectador en el embarazo de su pareja. Tiene dos funciones importantes. La primera, sabiendo que la madre necesita de un estado emocional equilibrado, debe hacer lo posible porque su pareja se sienta querida, acompañada, comprendida, apoyada, en su proceso de embarazo (incluida la satisfacción de los tradicionales antojos). La segunda, el inicio del vínculo afectivo con su hijo, poniendo sus manos en el vientre de la madre, hablándole, cantándole, jugando con él. Se ha comprobado que, si el padre ha entablado esta relación con su hijo durante la gestación, el bebé nacido reconoce su voz entre la de otros hombres, reacciona con placer en sus brazos, se siente tranquilo con él. Por su parte, el padre, demuestra un instinto paterno afectivo muy superior a otros, que, hasta ese momento, al tener en brazos a su hijo por primera vez, no habían tomado conciencia real de su paternidad.

---

<sup>18</sup>Ludington, Susan, Golant, Susan. “Cómo obtener un bebe más inteligente”, pub. por Bantan 1985, Pp 17

“Nuestro primer hogar es el vientre materno. Nuestras primeras percepciones de un hogar cálido y amoroso nos acompañarán para siempre, constituirán una base sólida sobre la que crecer y desarrollarnos como seres humanos en armonía. De nuestra madre recibimos, a través del cordón umbilical, el oxígeno y los nutrientes necesarios para la vida. De sus pensamientos y sentimientos recibimos la semilla del amor, lista para germinar en cuanto nazcamos y estemos en sus brazos.”

### **1.3.5 La importancia de la estimulación prenatal**

“La estimulación precoz, parte en esencia del hecho científicamente demostrado, de que para que se produzca un normal desarrollo físico e intelectual es necesario estimular adecuadamente el organismo durante su período de crecimiento. Lo que en realidad se pretende es la potenciación máxima de las posibilidades físicas e intelectuales del bebé mediante la estimulación regulada y continuada, llevada a cabo en todas las áreas sensoriales”.<sup>19</sup>

Es un conjunto de actividades realizadas por la madre y especialistas de salud, que tiene como objetivo el desarrollo de la maduración del sistema nervioso central y el cerebro del bebé, el cual está constituido por neuronas, las cuales se comunican entre sí, formando uniones de una neurona con otra, lo cual recibe el nombre de sinapsis; la función de la sinapsis, es recibir información del medio (estímulos de la madre) lo que permitirá integrar cada una de las neuronas a un sistema nervioso complejo que definirá el futuro del bebé.

Los padres facilitan el cambio evolutivo de su hijo cuando éste salga a la vida externa, pues le reconocen el derecho de ser él mismo y, por tanto, a ser libre. Es aceptar que ellos son el vehículo facilitador del desarrollo de todas sus

---

<sup>19</sup>JORDI, Salvador, “La estimulación precoz en la educación especial”, Ceac, Barcelona 1989 Pp 19

capacidades.<sup>20</sup> “La manera como los padres interactúan con los bebés, antes de nacer, tiene un impacto en el desarrollo posterior del bebé. Una persona puede confiar en sí misma porque se sabe amada desde el momento en que fue concebida. Optimismo, confianza y cordialidad son consecuencias naturales de este sentimiento y puede ser transmitido fácilmente cuando el útero se convierte en un cálido y enriquecedor ambiente.”<sup>21</sup>

Estimulamos tempranamente para aprovechar la elasticidad de las neuronas cerebrales en que están en desarrollo. Cada vez que el cerebro es estimulado de una manera adecuada nuevas conexiones neuronales se forman. Mientras mayor sea el número de conexiones, mayor será el número de neuronas interconectadas y esto es lo que determina la inteligencia, los parámetros sociales, emocionales, un mayor desarrollo visual, auditivo y motor, también mayor capacidad de aprendizaje. Todas las sensaciones son percibidas por el bebé. Hurlock plantea que la mayoría de las actitudes hacia el embarazo, tienen su origen en las experiencias infantiles de los padres, las cuales se hacen presentes inconscientemente cuando se confirma el embarazo, pudiendo reflejarse en la frecuencia de las náuseas y vómitos, un rechazo inconsciente al bebé.<sup>22</sup> Es importante distinguir la educación de la instrucción. La instrucción es la transmisión de conocimientos y de habilidades, y utiliza métodos de aprendizaje. Pero al bebé en el útero no hay que enseñarle nada, intentarlo sería arbitrario y peligroso; sería una intrusión en el proceso de formación y ejerceríamos violencia sobre él / ella probablemente esta relación, se apoyará en un sistema de

---

<sup>20</sup>Papalia, Diane. Wendkos, Sally y Duskin, Feldman, Ruth “Psicología de la Salud”. Editorial Mac Graw Hill, México (2005) Pp 78

<sup>21</sup>Verny, Thomas- Weintraub. “El vínculo afectivo con el bebe que va a nacer”, 1ra. Ed. Editorial Urano, Barcelona, España (1992) Pp 190.

<sup>22</sup> Resstrepo, Francis. “Pautas para el bebe desde la gestación”, CEAC, Barcelona, 1993. Pp. 23

comunicación establecido en una etapa del embarazo, entonces lo que suceda después del nacimiento dependerá de lo que ocurrió antes de éste.<sup>23</sup> En cambio el objetivo de la educación es desarrollar las potencialidades del ser humano y su adaptación al mundo. Y la educación se opera a través de tres procesos esenciales: la impregnación, la imitación e identificación y experimentación. En el periodo prenatal la impregnación es máxima, es celular. El bebé en el útero se impregna de todo lo que vive su madre.

Si los padres están informados de que su hijo se educa al mismo tiempo que se forma, tienen la posibilidad de evitar que reciba ciertas violencias y pueden darle las mejores condiciones para su desarrollo más óptimo, según su propia dinámica y su proceso natural. Entre los beneficios que aporta la estimulación prenatal son: Optimiza el desarrollo de los sentidos base para su aprendizaje. Asegura la salud física y mental del bebé por nacer. Desarrolla el vínculo afectivo bebé-padres-familia. Los bebés estimulados muestran al nacer mayor desarrollo en el área visual, auditiva, lingüística y motora; en general duermen mejor, se siente seguro de sí mismo, también muestra mayor capacidad de aprendizaje.

### **1.3.6 Los beneficios de la estimulación temprana**

“Dentro de las medidas preventivas, la estimulación prenatal está dentro de la prevención primaria, es decir orientada a disminuir la incidencia de una enfermedad o trastorno en una población”.<sup>24</sup> Se ha visto que, tras los primeros diecisiete días de concepción, el bebé empieza a desarrollar las primeras conexiones sinápticas (conexiones entre las neuronas), que determinarán la

---

<sup>23</sup>Verny IDEM

<sup>24</sup> JORDI, Salvador. “La estimulación precoz en la educación especial”, CEAC, Barcelona 1989. Pp 32

estructura de su cerebro. Asimismo, se ha comprobado que la estimulación prenatal favorece el incremento de estas conexiones sinápticas. Durante el octavo mes del embarazo, tu hijo dispondrá de entre dos y tres veces más células nerviosas de las que cualquier adulto pueda tener. Sin embargo, antes del parto más de la mitad de sus neuronas habrán muerto y seguirán muriendo a un ritmo menor durante sus primeros años.

La muerte neuronal es un proceso totalmente normal, cuya causa parece encontrarse en la falta de conexiones sinápticas que la neurona establece. Si no existen estímulos, no se establecen conexiones, y la célula acaba aislada y termina por morir. La idea de la estimulación es crear el mayor número de conexiones posibles, disminuyendo con ello la muerte celular. Cuantas más neuronas y conexiones tengan un bebé al nacer, mayor será su futuro potencial de desarrollo.

### **1.3.7 La importancia de la estimulación prenatal**

Estimular deriva del vocablo "stimulare", e implica incitar a ejecutar algo o avivar una actividad. «Proporcionar unos determinados estímulos que van a facilitar el desarrollo global del bebé y por lo tanto a conseguir que su organismo llegue al máximo de sus potencialidades»<sup>25</sup>

La Estimulación es un factor categórico no solo en el embarazo, sino en todos los momentos de nuestra vida. A través de la Estimulación, los seres humanos tenemos la facilidad de “expresar” nuestros sentimientos, emociones y pensamientos, en muchas ocasiones, cuando estamos deprimidos buscamos un espacio, como un refugio, colocando música, eligiendo entre varias melodías, intentando identificarnos con la melodía que consienten nuestros oídos al detallar

---

<sup>25</sup> Jordy, IDEM

el efecto por la música. De esta definición surgen algunas preguntas respecto a la estimulación prenatal: ¿cómo incitamos al bebé por nacer a ejecutar algo, a responder ante un estímulo? ¿Por qué deberíamos estimularlo? ¿Cuál es el objetivo?

Un primer paso nos lleva a definir el concepto de estímulo. El Diccionario de la Real Academia dice que se entiende por estímulo seguido de una respuesta “a una forma de interacción entre el ser vivo y el medio que lo rodea.” Aquí está la primera clave: la importancia de privilegiar una amorosa interacción entre el bebé y el medio donde se desarrolla. Este punto ha sido motivo de investigación en prestigiosas universidades que han llegado a una conclusión coincidente: determinadas circunstancias y ambientes que rodean a la pareja, especialmente a la mamá, durante el embarazo son causantes de actitudes y cualidades de los bebés. El Dr. en psiquiatría vienés Thomas Verny avala este resultado en su libro "La vida secreta del bebé antes de nacer" y sostiene que “...se ha establecido un nuevo paradigma que destaca la importancia de la etapa prenatal dentro del período en que se construye la arquitectura del cerebro, la naturaleza y los límites de las capacidades del adulto”.<sup>26</sup>

### **1.3.8 Beneficios de la estimulación prenatal:**

- Mejora la interacción de la madre, del padre y del bebé en formación.
- Optimiza el desarrollo de los sentidos, que son la base para el aprendizaje.
- Promueve la salud física y mental del bebé por nacer.
- Desarrolla el vínculo afectivo bebé – padres – familia.
- Desarrolla la comunicación, el lenguaje, el vocabulario, la coordinación visomotora, la memoria, el razonamiento y la inteligencia social.

---

<sup>26</sup> Verny IDEM



- Al estimular prenatalmente al bebé, se estará logrando que posteriormente el menor:
  - ✓ Sea explorador del mundo que lo rodea.
  - ✓ Sea curioso y tienda a la investigación.
  - ✓ Aprenda que el mundo existe, aunque no lo vea.
  - ✓ Tenga un pensamiento flexible permitiendo nuevos modos de interrelación con el mundo aparte de la experiencia directa.
  - ✓ Aprenda a comparar y relacionar situaciones entre sí.
  - ✓ Tenga mejor concentración.
  - ✓ Tenga agudeza perceptiva.
  - ✓ Aprenda a identificar lo que es o no relevante.

Siendo este un medio que permita fomentar la participación de padres y madres en la estimulación intrauterina, permitiendo un mejor desarrollo de los sentidos base para su aprendizaje, fortaleciendo el vínculo afectivo bebé-padres-familia, entre otros beneficios. La estimulación prenatal es una forma de interacción entre el bebé, su madre, el padre y la familia. Este punto ha sido motivo de investigación en prestigiosas universidades que han llegado a una conclusión coincidente: determinadas circunstancias y ambientes que rodean a la pareja, especialmente a la mamá, durante el embarazo son causantes de actitudes y cualidades de los bebés.

### **1.3.9 El desarrollo de los sentidos**

Un bebé estimulado desde antes del nacimiento tendrá mayores aptitudes para poder socializarse. El pequeño desarrolla los cinco sentidos a lo largo del embarazo, convirtiéndose en una criatura sensible capaz de registrar sentimientos y emociones. Estos sentidos permiten que el pequeño sintonice e interactúe con el medio que lo rodea, especialmente con su madre. Esta estrecha diada hace

que los sentimientos que experimenta la mamá acerca de determinados sonidos y estímulos los perciba el bebé simbióticamente; los que luego de nacido le provocarán el mismo bienestar o desagrado que le producían en su vida intrauterina. Sin ser plenamente conscientes se está educando al bebé desde antes del nacimiento: se establece una vía de comunicación que transmite sensaciones físicas, emociones, conocimientos que quedarán grabados como huellas en su psiquis. Entonces es en el mismo momento de la concepción, donde se inicia en él bebé el sentimiento de seguridad del que dependerá su autoestima, y este se deriva del interés de sus padres en él; como no va entonces una persona a sentirse segura y confiar en si misma, si desde el filo de la conciencia se le ha dicho que es deseada y querida, si este optimismo queda grabado en la mente del bebé intrauterino, más adelante serán necesarias muchas adversidades para borrarlo.<sup>27</sup>

Durante el embarazo se produce un flujo de mensajes verbales (canciones, relatos, tonos agradables, música) y no verbales (a través de los mimos, las caricias, el silencio o incluso la desatención) hacia el pequeño que quedarán grabados en su memoria. Investigaciones han permitido comprobar que aquellos bebés que han sido estimulados durante su vida intrauterina tienen mayores capacidades de atención, muestran una buena predisposición para aprender ciertos conocimientos, o pueden enfatizar mejor con los otros.

### **1.3.10 Estimulación, uno de los pilares sobre los que se construye el vínculo**

Se logra a través de una comunicación afectuosa y constante entre el bebé y sus padres desde el embarazo. Estimular es mucho más que ejercitar o provocar ciertas respuestas de manera casi mecánica. La estimulación prenatal favorece la formación de un vínculo sólido entre padres e hijo; vínculo que fortifica la

---

<sup>27</sup> Verny, IDEM

autoestima del bebé a lo largo de su vida. Aspectos como el nacer bajo de peso, la propensión a los cólicos, ser caprichoso, irritable y llorar mucho, confirman que estos problemas se deben a graves traumas emocionales en el útero. El bebé percibe lo que siente la madre, a través de los canales de comunicación, simpática, conductista y fisiológica.<sup>28</sup>

Cuando el bebé nace, se crea una relación muy fuerte entre madre e hijo a través de la mirada; durante el embarazo esta relación se construye a medida que se acrecienta el vínculo amoroso con el bebé por nacer. Es un encuentro donde se hace visible el pequeño, donde se conjugan experiencias actuales con aquellas que cada uno de los padres trae en su memoria de la propia infancia.

“Los sentimientos que la mamá va desarrollando con el bebé desde la concepción son fundamentales, son los pilares sobre los que se construye un vínculo que durará toda la vida. La mamá embarazada debe permitirse un momento para relajarse y poder sentir que el bebé se mueve; momentos ideales para hacer incluir al papá en este disfrute. Es entonces cuando comienza el mecanismo de identificación con los estados afectivos del bebé, los que en un principio son posturales o fisiológicos pero que con el tiempo se volverán psicológicos. La mamá se pregunta: cómo está el bebé; si está cómodo o incómodo o trata de reconocer a través del tacto la posición de su hijo”, asegura la psicóloga Teresita Barbieri. Es importante reconocer cuándo el bebé está despierto explorando su pequeño mundo. Los padres deben conocer el desarrollo fisiológico y sensorial del bebé durante el embarazo para poder favorecer, a través de la estimulación prenatal, al proceso madurativo del bebé. Una buena conexión ayudará a la formación de un vínculo sólido.

---

<sup>28</sup>Resstrepo, Francis y col. “Pautas para el bebe desde la gestación”, CEAC, Barcelona, 1993. Pp. 23

### 1.3.11 Proceso para la estimulación prenatal

“La estimulación acelera el proceso de mielinización y ayuda a apresurar el tiempo de reacción muscular y cerebral.”<sup>29</sup> La estimulación prenatal se basa en la repetición de sonidos que el bebé puede percibir fácilmente. Sin duda, el sonido más habitual para un bebé durante el embarazo es el latido del corazón de su madre. Se trata por tanto de reproducir un sonido similar, pero no idéntico, que el bebé pueda captar y comparar con el latido de su madre. Por otro lado, y para favorecer la estimulación, el sonido debe cambiar con el tiempo, de manera que el bebé no se acostumbre a escuchar siempre lo mismo. Este ejercicio de comparación de patrones auditivos y memoria se ha visto que favorece extraordinariamente el desarrollo de conexiones sinápticas, reduciendo en consecuencia la tasa de mortalidad neuronal.

La forma más sencilla de poner en práctica esta estimulación se basa en el uso de equipos ya existentes, como el que incorpora toda la secuencia de ritmos necesarios durante el embarazo. Se ha comprobado que dos sesiones de una hora al día son suficientes para proporcionar una buena estimulación. "hay que enseñarle al bebé a querer estos estímulos y enseñarle que tienen un significado haciéndoselos en forma repetitiva, es sabido que cuando las experiencias ocurren en un patrón determinado y consistente, pueden ser mejor organizadas en el cerebro del bebé y ser usadas, luego en circunstancias similares mediante asociación."<sup>30</sup> Se han hecho diferentes estudios científicos sobre este sistema de estimulación y los resultados han sido realmente sorprendentes y satisfactorios. Por ejemplo, si en media un bebé es capaz de señalar cinco partes de su cuerpo

---

<sup>29</sup> Lundington, Susan, “Como obtener un bebé más inteligente”, Bantam, New York, 1987 Pp 34

<sup>30</sup>Valenzuela, Paches, “La madre y su bebé”, Edit. Delgadillo 7, Toledo España Talavera de la Reina, 1996 Pp. 224

al mencionarlas hacia los 16 meses de edad, un bebé estimulado es capaz de hacerlo a los 7 meses.

En general, se han observado mejoras en los siguientes aspectos:

- Los bebés nacen más relajados, con los ojos y manos abiertas, y lloran menos.
- Duermen y se alimentan mejor.
- Son capaces de concentrar su atención durante más tiempo y aprender más rápidamente.
- Sus habilidades para el lenguaje, la música y la creatividad son superiores.
- Son más curiosos, captan y procesan la información más rápidamente.
- Demuestran una mayor inteligencia en su edad escolar.

Por otra parte, no se ha apreciado en ningún caso efectos secundarios por este tipo de estimulación, ni a nivel físico, psíquico o social. Las primeras experiencias datan de hace casi veinte años y los bebés pioneros, hoy ya mujeres y hombres, fueron evaluados durante su infancia y juventud sin observar más que las ventajas derivadas de la estimulación prenatal.

### **1.3.12 Cuidado prenatal**

El objetivo del cuidado prenatal es monitorear la salud de la madre y del feto durante el embarazo. Es importante visitar al médico tan pronto como sospeche que se encuentre embarazada. Durante cada visita el médico le hará un examen físico que incluirá: peso, extremidades (para detectar retención de líquidos), presión arterial, altura uterina. Además, chequeará la posición del feto y los latidos de su corazón. Todos estos aspectos van a ser seguidos muy de cerca durante todo su embarazo. “Durante los nueve meses del embarazo madre e hijo se

acompañan mutuamente, la madre es el todo del bebé, es su universo, el bebé por nacer va conociendo y aprendiendo de ella."<sup>31</sup>

### **1.3.13 Frecuencia de visitas al médico**

Durante su embarazo, su doctor puede sugerirle visitas mensuales durante los primeros dos trimestres (semana 1 a la 28 de embarazo), cada dos semanas de la semana 28 a la 36 y semanalmente después de la 36 (hasta el día del parto que puede ocurrir entre la 38 y 40 semana).

### **1.3.14 Cuidando de sí misma durante el embarazo**

El bebé está íntimamente conectado a la madre tanto física como emocionalmente. No sólo lo que ingiera es transmitido al bebé, sino también sus emociones y sentimientos. Como la madre y su bebé comparten endorfinas (sustancias químicas que producen una enorme sensación de bienestar), el bebé también comparte las emociones. Por eso es tan importante sentirse feliz, tranquila y relajada. La felicidad y sentimientos positivos pueden inducir al bebé sensaciones igualmente placenteras. Se debe tomar tiempo para quererse a sí misma y a su bebé y no olvidar que es muy importante llevar un estilo de vida saludable y comenzar lo más pronto posible con sus cuidados prenatales.

### **1.3.15 Embarazo y nutrición**

“Los efectos de la estimulación en útero quedarían anulados, si la madre descuida su alimentación. Una alimentación equilibrada ha sido la garantía de bebés sanos y saludables, incluso el número de complicaciones durante el parto y después del mismo, es mucho menor que en las gestantes mal alimentadas. También es menor

---

<sup>31</sup>Aguilar, I; “Medicina Popular y Tradicional, Guatemala”, Edit. Serviprensa Centroamericana. 1983; Pp. 92

el número de recién nacidos muertos o que mueren inmediatamente después del parto.”<sup>32</sup> Es muy importante mantener una dieta balanceada que le permita adquirir todos los nutrientes necesarios para el bienestar del bebé. Se debe asegurar que la dieta incluya suficientes vitaminas y nutrientes. No se trata de "comer por dos". Una ganancia elevada de peso puede hacerle la labor de parto mucho más difícil, mientras se está embarazada, es más susceptible a las intoxicaciones. Algunos aditivos e ingredientes artificiales pueden ser dañinos para el bebé e inclusive causar daños congénitos. Se debe tratar de comer alimentos preparados frescos cuando le sea posible. Durante su embarazo una dieta rica en calcio es esencial para la madre y su bebé. Un adecuado suministro de calcio al organismo la hará menos susceptible a calambres. Consumir un yogurt o beber un vaso de leche antes de acostarse le ayudará a dormir mejor. Evitar consumir mucha sal que podría hacerla retener líquido e hincharse.

### **1.3.16 El vientre materno, nuestro primer hogar**

Cuando medimos el tiempo de vida de una persona tomamos como referencia el día de su nacimiento. Sin embargo, existimos como ser independiente desde el mismo momento de la concepción. Esta forma de contabilizar nuestra edad tiene como fondo la idea de que, durante los más o menos nueve meses que dura un embarazo, el bebé intrauterino es una especie de tumor benigno que va creciendo dentro de la madre y que finalmente será expulsado con mayor o menor esfuerzo.

Y esto, que a muchos de nosotros nos puede parecer increíble, sigue siendo aún hoy en día aceptado, considerando la gestación y el nacimiento más como una enfermedad que como la más maravillosa de las experiencias, sin tener para nada en cuenta las necesidades emocionales de madre y bebé y mucho menos lo que representan en el futuro de las personas. El Dr. Thomas Verny, en uno de sus

---

<sup>32</sup> Hammerlly, Marcelo, Dr. “Viva más y mejor.” Tomo 2, ACES, Argentina, 1976, Pp. 283

libros dice: “Es muy probable que el bebé que se ha ido gestando mientras sus padres trabajan con el sistema de armonización intrauterina, llegue al mundo con una curiosidad y atención superiores a lo que es habitual, con un poderoso sentimiento de armonía y con la seguridad de que lo aman.”<sup>33</sup>

El bebé intrauterino, a los 3 o 4 meses, tiene todos sus órganos formados, a la espera de su crecimiento y acabado posterior, y a los 6 / 7 meses puede sobrevivir si nace prematuramente. Es un ser en proceso de formación a todos los niveles. En el nivel fisiológico, todos tenemos claro que en el fantástico e increíble proceso de multiplicación celular que convertirá dos células iniciales (óvulo y espermatozoide) en un complejísimo cuerpo, tanto a nivel material, como mental, emocional y espiritual, cualquier pequeña desviación en ese proceso, tendrá consecuencias en el cuerpo futuro del bebé, más o menos graves según sea ese fallo. Pues de la misma manera sucede con su proceso de desarrollo psicoemocional, que se inicia desde el mismo momento de la concepción. Y hablar de desarrollo psicoemocional es hablar de que el bebé intrauterino es capaz de percibir, procesar, almacenar y dar respuesta a la información que recibe.

### **1.3.17 Primer trimestre de embarazo**

“Desde el mismo momento en que el óvulo y el espermatozoide se unen, se inicia una etapa donde el nuevo ser acumula experiencias que modelarán poco a poco su personalidad y aptitudes; esto confirmaría entonces que el ser humano está en capacidad de aprender.”<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup> Verny, IDEM

<sup>34</sup> Verny, IDEM



### 1.3.18 Desarrollo del bebé

La historia del bebé comienza cuando un espermatozoide fertiliza un óvulo. Al cabo de media hora, el huevo fertilizado se divide a una enorme velocidad mientras viaja por la trompa de Falopio hacia el útero. El grupo de células se implanta en la pared del útero donde continuará su desarrollo. La gestación es un proceso que abarca desde la concepción hasta los momentos previos al parto. Tiene una duración promedio de 280 días ó 40 semanas. “Comprende las fases germinales (desde la fertilización hasta las dos primeras semanas), embrionario (dos a ocho semanas) y fetal (de la octava semana hasta el momento de nacer).”<sup>35</sup>

A las tres semanas, el grupo de células puede ser llamado embrión y un pequeño corazoncito comienza a latir. Al final de la cuarta semana, se reconoce fácilmente la cabeza, que ya posee un rudimentario cerebro, comienzan a reconocerse también los brazos y las piernas. Al comienzo del segundo mes, se observan signos de ojos, nariz y orejas. El embrión puede mover la cabeza y su cuerpo cuando es estimulado. Su comunicación con el mundo exterior ha comenzado.

El desarrollo entre la tercera y la octava semana es sumamente importante, pues las bases de todas las estructuras internas y externas de su cuerpo se inician. Mientras avanza en el tercer mes, su corazón late con más fuerza. Su rostro es poco detallado y sus ojos se encuentran muy separados. Comienza a tener expresiones faciales. Aunque ya se mueve, sus movimientos todavía son imperceptibles para la madre.

---

<sup>35</sup>Cabouli, J.L., “La vida antes de nacer, embarazo-síntomas aspectos-emocionales.” Octubre 2010, Pp 234

### 1.3.19 Segundo trimestre de embarazo

La cabeza se está desarrollando más activamente que el resto del cuerpo: los ojos, la boca, la nariz y las orejas están casi completamente formados creando un rostro bien definido. Ha adquirido nuevas habilidades, como reaccionar ante la música y los sonidos fuertes. A partir del cuarto mes, aparecen los reflejos de absorber y tragar. La cabeza empieza a desarrollarse más activamente que el resto del cuerpo y el rostro se define. Sus sentidos también adquieren nuevas habilidades y reacciona con la música y los sonidos fuertes.<sup>36</sup> Sin embargo, recientemente los estudiosos de la psicología pre y perinatal han demostrado la existencia de capacidades sensoriales significativas durante la vida intrauterina. Instrumentos clínicos como los ultrasonidos, por ejemplo, los científicos han conseguido asomarse al útero y comprobar que desde el cuarto mes después de la concepción, el bebé tiene bien desarrollados el sentido del tacto y el del gusto. Si se le acarician los labios, succiona, y si se introduce en el líquido amniótico una sustancia amarga, como el yodo, hace una mueca y deja de tragar. A la misma edad, el bebé puede percibir una luz brillante que dé sobre el abdomen de la madre, y si es particularmente fuerte, llegará incluso a levantar las manos para protegerse los ojos.<sup>37</sup>

Al quinto mes, el bebé ejercita su sentido del tacto y el movimiento. Ahora mueve sus brazos y piernas con suficiente fuerza para ser percibidos por la madre. Sus dedos son más ágiles y se mueven libremente. Su habilidad para percibir a través de la piel se acrecienta; el feto explora su universo acuático desarrollando coordinación y fuerza. Sin embargo, recientemente los estudiosos de la psicología pre y perinatal han demostrado la existencia de capacidades sensoriales

---

<sup>36</sup>Verástegui Sánchez, Luzmila Elvira Mg. "Estimulación Prenatal y sus efectos cosas de la infancia." octubre 2010, Pp 128

<sup>37</sup> Verny Thomas, Weintraub Pamela IDEM

significativas durante la vida intrauterina. A merced de instrumentos clínicos como los ultrasonidos, por ejemplo, los científicos han conseguido asomarse al útero y comprobar que desde el cuarto mes después de la concepción, el bebé tiene bien desarrollados el sentido del tacto y el del gusto. Si se le acarician los labios, succiona, y si se introduce en el líquido amniótico una sustancia amarga, como el yodo, hace una mueca y deja de tragar. A la misma edad, el bebé puede percibir una luz brillante que dé sobre el abdomen de la madre, y si es particularmente fuerte, llegará incluso a levantar las manos para protegerse los ojos. Además de tan asombrosas capacidades sensoriales, durante este período el bebé puede experimentar realmente lo que consideramos «conciencia», es decir, una percepción rudimentaria de sí mismo y de lo que hay más allá de él.<sup>38</sup>

Después del quinto mes, algo maravilloso ocurre: Ya puede oír. Escucha los sonidos que provienen del cuerpo de la madre, así como su voz y las voces de los que se encuentran cerca. Puede oír sonidos del ambiente. La música rítmica lo calma y la estridente lo excita. Escucha y aprende. La memoria y la habilidad para reaccionar a los estímulos ya se encuentra presente. El crecimiento del feto es impresionante. Según algunas investigaciones, desde el momento de la ovulación de la madre hasta el final de la sexta semana de embarazo, el peso del feto habrá aumentado 10.000 veces.

### **1.3.20 Tercer trimestre de embarazo**

“Los primeros fragmentos de huellas de memoria comienzan a almacenarse en el cerebro fetal desde el tercer trimestre, algunos investigadores sostienen que el bebé puede recordar a partir del sexto mes, otros afirman que el cerebro no adquiere los poderes de evocación hasta por lo menos el octavo mes, sin

---

<sup>38</sup> Verny Thomas, Weintraub Pamela IDEM

embargo, es indudable que el bebé intrauterino recuerda o retiene sus evocaciones”.<sup>39</sup>

Al séptimo mes, el sistema nervioso ha madurado hasta el punto de controlar la función respiratoria y la temperatura corporal, los pulmones serían capaces de respirar si naciera en este momento. Sus movimientos son más organizados y sus músculos más fuertes. Durante este mes, comienza a mostrar signos de personalidad y comportamiento intencional. No sólo se mueve al ritmo de la música, sino que prefiere un tipo de música a otro. Al final de este mes, ya ve; reacciona a los cambios de luz y puede seguir una fuente luminosa. El bebé se prepara para su nacimiento. Empezará acumulando grasa, continuará formando su sistema respiratorio y terminará posicionándose cabeza abajo para nacer. En esta etapa, el feto ya tiene una rutina. Se despierta y duerme varias veces al día.

Al octavo mes, el sistema nervioso está formado y listo para operar a través de una compleja masa de neuronas cuyas señales se transforman en mensajes, ideas, decisiones y memoria. Al noveno mes, continuará creciendo y desarrollándose hasta nacer. Muchas transformaciones fisiológicas están ocurriendo para preparar al bebé en su transición al mundo fuera del útero. El bebé tendrá menos espacio en el estómago de su mamá. Pero entre el séptimo y el octavo mes es muy normal que empiece a dar patadas y su mamá notará cuándo está o no agitado según los movimientos de su barriga. La madre podrá identificar dónde se encuentra la cabeza de su bebé.

Al final de este mes, el ser intrauterino estará totalmente desarrollado. Tendrá la piel suave y medirá entre 50.8 y 56cm. Estará en posición, listo para nacer, con la cabeza hacia la apertura cervical y sus pies hacia arriba, bajo las costillas”<sup>40</sup>

---

<sup>39</sup> Verny. IDEM

<sup>40</sup> Verny T. y Kelly, J., IDEM

### 1.3.21 Canales de percepción del bebé intrauterino

El bebé se mueve libremente y está muy cómodo gracias al líquido amniótico que lo rodea, en el cual se mantiene en una temperatura constante, aislada del frío, del calor, y de las variaciones de temperatura de su madre, o de los golpes que podría recibir. Este líquido es totalmente puro y cristalino, ninguna clase de microbios pueden llegar hasta él, mientras que las membranas que lo envuelvan se mantengan intactas. A pesar de que llega el sudor y la orina del bebé, se mantiene puro, ya que cada hora se renueva totalmente.<sup>41</sup>

- Los inherentes a los órganos de percepción que se van desarrollando a lo largo de la gestación: oído, tacto, gusto, olfato.
- A través de la sangre materna que el bebé recibe mediante el cordón umbilical, que contiene sustancias como neurotransmisores u hormonas, que producen en el bebé las mismas reacciones que en la madre. Por ejemplo, una de las hormonas del estrés, la adrenalina, que en la madre produce aumento del ritmo cardíaco, de la presión arterial, tensión, ansiedad, etc., produce exactamente lo mismo en el bebé. O por el contrario las endorfinas, que en la madre producen tranquilidad, bienestar, paz, etc; y que actuarán de la misma manera en el bebé.
- El más sutil de los canales, el que permite que el bebé perciba lo que piensa, lo que siente su madre, es el canal denominado “Percepción Extrasensorial”, porque está fuera de los canales de percepción que otorgan los órganos de los sentidos o la fisiología. También podríamos llamarlo, desde la visión de las diferentes energías que conforman el cuerpo humano, “Percepción Energética” ya que es capaz de percibir las energías de pensamientos y sentimientos.

---

<sup>41</sup> Ludington, Susan, IDEM

### 1.3.22 La evolución de la percepción

Movimiento: el vestíbulo del oído, el órgano que percibe el movimiento, está formado en la semana 17, y el nervio responsable de transmitir el sentido del movimiento, está formado a las 24 semanas. Esta es la función que más pronto se inicia. Tacto: los nervios del sentido del tacto están formados a las 24 semanas de embarazo, y el cerebro del feto responde al tacto a las 26 semanas. Vista: el nervio óptico, el cual transmite luz desde el ojo al cerebro, está formado a las 8 semanas, y el cerebro del feto responde a la luz a las 27 semanas de embarazo. Gusto: el gusto está listo a las 20 semanas. Oído: el nervio del oído del feto está completo al comienzo de la semana 28, el canal del oído se abre a las 36 semanas y el cerebro del feto responde al sonido a las 35 semanas. Olfato: el bulbo olfatorio y el nervio responsable por el sentido de oler, son formados completamente a las 17 semanas, y la actividad de oler en el área del cerebro no se presentará hasta el nacimiento.<sup>42</sup>

Una vez vistos estos canales de información, que otorgan al bebé intrauterino unas grandes e innegables capacidades perceptivas, podemos preguntarnos ¿cómo procesa esa información, de qué color es el cristal con que filtra toda esa información, haciéndola suya, qué siente? Desde la concepción hasta los, más o menos, dos años después del nacimiento, la percepción podríamos calificarla de “puramente” emocional y es, a partir de esa edad época pre verbal donde el bebé empieza el desarrollo de sus capacidades de percepción racional. Es evidente que no es lo mismo hablar de un bebé de tres meses, que, de un año, de dos, de tres, de cuatro, etc. La diferencia está precisamente en la evolución de sus capacidades perceptivas y de sus experiencias vitales (aprendizaje), incluidas las de la gestación y nacimiento.

---

<sup>42</sup> Ludington, Susan, IDEM

La Percepción Emocional es subjetiva, es decir, hacia el interior, lo que hace que cualquier impacto emocional que recibe el bebé, sea gratificante o traumático, se hace propio. Es este un concepto fundamental para la comprensión de la forma en que el bebé en el útero y en su nacimiento y el bebé “sienten”. Para la comprensión de cómo percibe, procesa y almacena la información. Para la comprensión de lo que el bebé y el bebé necesita para su equilibrio y armonía. Pero, en el fondo, ¿qué importancia tienen la gestación, el nacimiento y los primeros años posteriores si ni siquiera nos acordamos de lo acontecido en esas épocas? Pues no sólo son importantes, sino fundamentales en el futuro de las personas.

Es importante que la estimulación prenatal se empiece a temprana edad gestacional, ya que habrá aumentado tanto como se halla estimulado y apoyado desarrollar adecuadamente la mayor cantidad de sinapsis neuronales, se aumentaría la capacidad de comunicaciones en la masa cerebral, llegando a ser más efectivas en su función y más perfectas en su estructura. En consecuencia, la capacidad mental y cerebral del ser intrauterino tempranamente hay funcionamiento del sistema nervioso central.<sup>43</sup>

### **1.3.23 El fenómeno de la analogía**

En la gestación, el nacimiento y el período de primera infancia se forma el carácter, la forma más profunda de nuestra forma de ser. También quedan grabadas todas nuestras experiencias emocionales. “Analogía” significa “relación de semejanza entre dos cosas parecidas”. Un ejemplo de percepción analógica es aquella que se produce cuando, al oler a incienso, nos vienen imágenes de nuestro viaje a la India o cuando escuchamos una determinada canción y en nuestra mente

---

<sup>43</sup>Dra. Manrique, Beatriz “Embarazo y estimulación temprana de los bebés [abranpasoalbebe.com/estimulacionprenatal](http://abranpasoalbebe.com/estimulacionprenatal) octubre 2010 [12 Mayo 2015]

aparecen imágenes de aquél primer baile romántico. El proceso es automático, no consciente. De igual manera sucede con los impactos emocionales traumáticos que quedan almacenados junto a las circunstancias que lo rodean. Son cargas de profundidad con retardo, ocultas a nuestra mente consciente, dispuestas a estallar en situaciones “análogas”, semejantes, a lo largo de nuestra vida.

Se va construyendo una “biografía oculta”, con cargas emocionales beneficiosas o dañinas, dependiendo del signo e intensidad de los impactos. Ya de adultos, por una situación análoga (parecida o semejante), puede estallar alguna de esas cargas emocionales negativas, convirtiéndose en una actualización patológica o síntoma. Lógicamente, esta percepción emocional del bebé y bebé, esta constatación de las consecuencias en su presente y futuro, hace que debamos replantearnos aspectos de la gestación, el nacimiento y la educación infantil.

### **1.3.24 Técnicas de estimulación dirigidas al bebé**

Los bebés, incluso antes de nacer, tienen una necesidad de amor que es alimentado por los sentimientos y pensamientos de la madre. Sobre esto comenta: “El amor de una madre hacia su hijo/a, las ideas que se forma de él, la riqueza de comunicación que establece con él, tienen una influencia determinante sobre su desarrollo físico, sobre las líneas de fuerza de su personalidad y sobre sus predisposiciones de carácter.”<sup>44</sup> El paisaje sonoro del feto está conformado por la voz de la madre, de la familia (pareja e hijos), los latidos cardíacos de la madre, los ruidos intestinales y el sonido del líquido amniótico cuando el bebé se mueve. El sonido le llega al feto a través de la columna vertebral de su madre y puede oír sonidos del ambiente.

---

<sup>44</sup>Verny T. y Kelly, J. IDEM



Antes del nacimiento, la estimulación prenatal tiene por finalidad facilitar la comunicación y el aprendizaje del bebé por nacer mediante la realización de actividades y la aplicación de las diferentes técnicas organizadas (auditivas, visuales, motoras y táctiles), potencializando así el desarrollo físico, mental y sensorial del bebé por nacer. Para una adecuada aplicación de la técnica de estimulación prenatal es importante considerar el desarrollo embrio-fetal, fomentando la participación de la familia y comunidad.

### **1.3.25 Técnicas más importantes de estimulación prenatal**

#### **1.3.25.1 Técnica táctil:**

El bebé es capaz de sentir desde el quinto mes, pero iniciamos en el cuarto mes para prepararlo. La estimulación táctil puede colaborar en el desarrollo de su sistema nervioso periférico y hacerlo sentir amado y deseado.<sup>45</sup> La piel es el órgano que recopila todas las sensaciones y todos los sistemas. El contacto con la naturaleza proporcionará a la madre energía psíquica y le despertará sentimientos elevados que transmitirá a su bebé y descubrirá asimismo su universo interior. “Se realiza a partir de la sexta a décima semana de gestación, mediante la utilización de diversos instrumentos (masajeadores, texturas), aplicados a nivel del dorso fetal, a través del vientre materno. Su aplicación a diferentes presiones genera vibraciones que se transmiten a través del líquido amniótico y son captados por los nervios periféricos de la piel del bebé. Este estímulo es transmitido a la médula espinal y luego al cerebro, produciendo así cambios físicos como es el movimiento del bebé”.<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> VERNY. Thomas- IDEM

<sup>46</sup>Dra. Manrique, IDEM

### **1.3.25.2 Técnica visual**

“Se realiza en forma más efectiva a partir del cuarto mes de gestación; con la utilización de la luz artificial y natural. Los fotones de luz que llegan al bebé a través de la pared abdominal de la madre estimulada la retina ocular, siguiendo la vía por el nervio óptico hasta la corteza cerebral, lo cual le permitirá al bebé en edad temprana una mejor discriminación visual, así como una mejor orientación y dirección”.<sup>47</sup>

Luz Natural: Se expone el vientre a la luz solar por espacio de 1 minuto y luego se tapa el vientre con una toalla oscura y luego se descubre el vientre. Luz Artificial: Se expone el vientre a la luz de una linterna pequeña pegada al abdomen, esto se realiza por espacios cortos. Se recomienda utilizar luz roja o verde ya que son menos intensas y podemos hacer uso de un papel celofán de esos colores para irradiar la luz.

### **1.3.25.3 Técnica auditiva**

La audición es uno de los sentidos que conecta al bebé con el mundo exterior y a su vez es uno de los que más se pueden estimular, ya que el aparato auditivo del bebé se desarrolla aproximadamente de cuatro a cinco meses responde claramente al sonido y a la melodía y lo hace de maneras muy distintas. Si ponemos un disco con un tema de Vivaldi, hasta el bebé más agitado se relaja, y si ponemos uno con un tema de Beethoven, hasta el bebé más sereno comienza a patear y moverse,<sup>48</sup> en la semana veinticuatro el bebé oye en todo momento. El abdomen y el útero de la embarazada es un lugar ruidoso, inundado de los sonidos de su digestión, el flujo sanguíneo y el ritmo de su corazón, el sonido que

---

<sup>47</sup>Abran Paso IDEM

<sup>48</sup> VERNY. Thomas, IDEM

domina su mundo,<sup>49</sup> siendo entonces cuando empieza a captar los sonidos externos e internos.

El sonido opera como un neurotransmisor interactivo actuando directamente sobre el sistema neurovegetativo celular e hipofisario del feto, dejando impreso un registro a modo de huella. Los bebés que han sido estimulados antes y después del nacimiento:

- Tendrán mejores aptitudes para la lectura y matemática.
- Potencializarán su memoria y concentración.
- Incrementarán su coordinación.
- Desarrollarán su creatividad.
- Enriquecerán sus emociones y fortalecerán sus relaciones interpersonales y familiares.

Por ejemplo, las sensaciones producidas por la música van a quedar grabadas en el futuro bebé, que lo remitirá una vez nacido a ese estado placentero que vivió durante su gestación.

#### **1.3.25.4 Técnica motora**

“Se realiza a partir de las 10 semanas de gestación; ya que por esos momentos se forman los canales semicirculares relacionados con el equilibrio. La estimulación se realiza por las diferentes posiciones que toma la madre durante el embarazo en su vida normal o a través de los ejercicios físicos apoyados por una respiración adecuada. El bebé dentro del útero se informa de su posición decepcionado si la madre se encuentra de pie o en una posición que afecte su

---

<sup>49</sup> VERNY. Thomas, IDEM

equilibrio intrauterino, logrando así desarrollar el centro del equilibrio del bebé poniéndolo en alerta.”<sup>50</sup> Esta estimulación trae varios beneficios futuros tanto para el bebé como para los padres:

- Los bebés al nacer muestran mayor desarrollo en el área visual, auditiva, lingüística y motora.
- En general duermen mejor, están más alertas, seguros de sí mismos y afables, en relación a aquellos que no han sido estimulados.
- Poseen mejor capacidad de pensamiento y de autoestima.
- También a nivel de creación de neuronas y sus conexiones tiene un beneficio importante.
- Muestran mayor capacidad de aprendizaje.

Las madres que estimulan a sus bebés se muestran más seguras y activas durante el nacimiento y experimentan mayor éxito durante el amamantamiento.

### **1.3.26 Para aumentar el bienestar de la gestante y el feto**

En la actualidad, una gran mayoría de programas prenatales no se limitan a estimular al feto, sino que constituyen auténticos programas de intervención. Son técnicas para aumentar el bienestar de la gestante y el bebé, como, por ejemplo: técnicas de relajación, ejercicios para el fortalecimiento de la autoestima y la confianza en sí misma, consejos nutricionales, estimulación sensorial dirigida principalmente a la gestante... etc; que tienen como objetivo crear en torno a la mujer embarazada una atmósfera tranquila, atractiva y variada para eliminar el estrés del entorno cotidiano, proporcionándole una gran sensación de bienestar,

---

<sup>50</sup>Dra. Manrique, BeatriZ IDEM

y a través de él, conseguir esa sensación placentera para el no nacido. Al igual que enriquecer sus experiencias y ayudarla a disfrutar de ese periodo especial, además de potenciar sus sentimientos de seguridad física y emocional.<sup>51</sup>

### **1.3.27 Participación del padre y la familia**

La intención real de la estimulación es ayudar a formar un bebé que sea capaz de afrontar la vida en el futuro, con sentido común, coherencia, inteligencia y buen humor. Para ello es fundamental el rol que día a día desempeñan los padres, estableciendo un vínculo sólido y duradero, en un ambiente agradable y tranquilo, donde pueda moverse y sentirse feliz.

Así mismo, la participación del padre y la familia en la estimulación prenatal permite proporcionar un ambiente seguro y lograr comunicar el amor que sienten por sus hijos, es la clave para lograr un crecimiento y aprendizaje óptimos. Es importante que los padres reconozcan que cada bebé es un ser único, individual, que tiene sus propios ritmos, y así aprendan a interactuar con él en forma natural. En definitiva, la presencia del padre es importante en cuanto a su influencia en el desarrollo emocional, intrauterino del bebé. Algo tan sencillo como acariciar el vientre de su compañera embarazada o hablarle al bebé que está en el útero, constituye un buen ejemplo de lo que puede hacer.

### **1.3.28 Beneficios y perjuicios**

El embarazo, es un acontecimiento maravilloso, y toda la familia se prepara con mucha expectativa e interés. El bebé será diferente de cualquiera de los miembros de este grupo. Por esta razón es fundamental considerar al bebé desde el embarazo, para hacerlo sentir acogido y deseado. No es raro ver a embarazadas cantando a su vientre, o escuchar a alegres padres conversar de las respuestas

---

<sup>51</sup> Lafuente, M.J., "El apego como predictor del desarrollo cognitivo". Ref.revista/libroNo. 3 del Centro Asociado de Sevilla de la U.N.E.D. ed. 2005 Pp 184-185

de su hijo en el vientre cuando se dirigen a ellos. Estas actitudes estimulan al bebé, y fortalecen el vínculo afectivo de la familia con el bebé. Lo que suceda con el bebé y la familia después del nacimiento, dependerá de lo que ocurrió antes de este.<sup>52</sup>

Lo más importante es que con las técnicas de estimulación prenatal se enseña a los padres cómo proveer un ambiente seguro y amoroso que motive a los bebés a aprender desde antes del nacimiento. Estudios realizados por investigadores como Thomas R. Verny y René Van de Carr, han revelado que los bebés estimulados muestran al nacer mayor desarrollo en el área visual, auditiva, lingüística y motora; en general duermen mejor, están más alertas, seguros de sí mismos y afables, en relación a aquellos que no han sido estimulados<sup>53</sup>. También muestran mayor capacidad de aprendizaje por el hecho mismo de estar en alerta y se calman fácilmente al oír las voces y la música que escuchaban mientras están en el vientre materno.

Los estudios demostraron que las madres que estimularon a sus bebés se mostraron más seguras y activas durante el nacimiento y experimentaron mayor éxito durante el amamantamiento. Los bebés estimulados y sus familias mostraron lazos más intensos y una mayor cohesión familiar. La estimulación prenatal provee una base duradera para la comunicación amorosa y las relaciones padres-hijos. Según Edwin Villacorta Vigo, médico pediatra del prestigioso Colegio Médico del Perú afirma que la estimulación prenatal aporta muchas ventajas al bebé, entre las que destaca:

---

<sup>52</sup>Resstrepo, Francis y col." Pautas para el bebe desde la gestación", CEAC, Barcelona, 1993. Pp. 23

<sup>53</sup> Verny. Thomas, IDEM

- Mejora la interacción de los padres con él bebé en formación
- Optimiza el desarrollo de los sentidos base para su aprendizaje.
- Asegura la salud física y mental del bebé por nacer.
- Desarrolla el vínculo afectivo bebé-padres-familia.
- Desarrolla la comunicación, lenguaje, vocabulario, coordinación visomotora, memoria, razonamiento e inteligencia social, funciones básicas para iniciar y continuar con éxito la educación formal.

Según Liliana López, quien se rige con las pautas de la Organización Mundial de Asociaciones de Educación Prenatal (OMAEP), cada uno de los estudios comprueba que el bebé por pequeño y frágil que parezca, siente y se da cuenta de todo lo que ocurre a su alrededor: percibe los estados anímicos de la madre, oye cuando le hablan y aunque sea en forma rudimentaria comienza a reconocer las voces y sonidos más familiares. Por este motivo, resulta fundamental comenzar a “educar” al futuro hijo desde el embarazo.

En definitiva, la especialista insiste en la necesidad de preferir aquellos estímulos que se dan en forma natural, antes que los producidos artificialmente con el fin único de provocar reacciones en el bebé, pues el exceso de actividades podría sobre estimularlo antes de su nacimiento. La fuente, los efectos más destacados de distintos programas de estimulación/intervención prenatal son, fundamentalmente, los siguientes:

- La estimulación produce cambios en la morfología y en el funcionamiento del cerebro, porque potencia la sinaptogénesis y la intervención de las áreas cortical y subcortical.
- Por el contrario, la privación sensorial produce una decadencia, a veces irreversible, en la morfología funcional del cerebro y que durante los

estadios tempranos del desarrollo una estimulación escasa puede iniciar un déficit en la organización neural y un retraso en el desarrollo global.

- Durante la gestación el desarrollo de las estructuras nerviosas y particularmente del cerebro es muy rápido, lo que conduce a un elevado grado de plasticidad.
- A pesar de las afirmaciones precedentes, no conviene tampoco la sobre estimulación, porque el desarrollo cerebral requiere tanto excitación como inhibición de las sendas neurales y neutraliza la inhibición.

El Dr. Thomas Verny, en uno de sus libros dice: “Es muy probable que el bebé que se ha ido gestando mientras sus padres trabajan con el sistema de armonización intrauterina, llegue al mundo con una curiosidad y atención superiores a lo que es habitual, con un poderoso sentimiento de armonía y con la seguridad de que lo aman.”<sup>54</sup> Entonces podríamos formar bebés más seguros y felices, informando a sus padres, lo importante que es para ellos la etapa del embarazo y aplicando el programa de estimulación.

En síntesis, aunque la estimulación en principio parece que pueda resultar beneficiosa para el desarrollo de las estructuras orgánicas sobre las que se asientan diversos aspectos de nuestro desarrollo ( motor, cognitivo, etc. ), y una estimulación deficitaria puede originar retrasos en esos mismos aspectos, deberemos tener en cuenta variables moduladoras como la frecuencia, la intensidad, la fecha de comienzo, los momentos más apropiados para su administración, e incluso el tipo de estimulación y su calidad, para que sea adecuada al nivel de desarrollo del no nacido y pueda ser asimilada por él sin sobresaturarle y sin alterar su bienestar.

---

<sup>54</sup> Verny, IDEM



Se ha podido comprobar que, al aplicar ejercicios de programas sobre estimulación prenatal, al requerir un tiempo de dedicación y de focalización del pensamiento hacia el no nacido, conduce a favorecer e intensificar de modo indiscutible la vinculación afectiva hacia él, siendo ésta la base más sólida para el desarrollo de unas buenas relaciones padres-hijos dentro de un clima de armonía familiar.

- Por último, debe añadirse que la gestación es un momento propicio para que profesionales como los obstetras, los asistentes sociales, las matronas o los psicólogos, guíen a los futuros padres, ya que estos suelen mostrarse mucho más receptivos a consejos y orientaciones, que en momentos posteriores al nacimiento del bebé.<sup>55</sup>

### **1.3.29 La importancia de las emociones durante el embarazo**

Parece que todas las emociones que la madre experimenta, como el miedo y la ansiedad tienen una dimensión simpática. Esto ha sido demostrado por estudios donde las madres felices y satisfechas tienen muchas más posibilidades de dar a luz bebés extrovertidos e inteligentes. Las madres que no desean a su bebé y las ambivalentes ante su embarazo, darían a luz bebés con características y actitudes diferentes ante la vida. Sin duda el radar emocional del bebé es tan sensible que registrará todos los estados de ánimo maternos.<sup>56</sup>

Las investigaciones y experiencias contrastadas gracias a los avances en los medios que facilita la tecnología biomédica confirman las hipótesis formuladas en los años treinta. En la actualidad disponemos de pruebas fisiológicas indiscutibles

---

<sup>55</sup> Lafuente, M.J. IDEM

<sup>56</sup> VERNY, Tomas. IDEM

de que el bebé intrauterino es intelectual, emocional y físicamente más desarrollado de lo que pensábamos. La tecnología pone a nuestra disposición aparatos electrónicos que registran los cambios en el ritmo cardíaco del neonato cuando responde a la voz de su madre o de su padre; pueden medirse las ondas cerebrales constatando los efectos de la estimulación que recibe; es fácil comprobar el efecto que tiene sobre el bebé o bebé que la madre realice ejercicios físicos violentos; puede obtenerse sangre del bebé y conocer como le afectan componentes de la sangre de la madre como las hormonas, el alcohol, la nicotina, etc.; observamos la imagen del bebé a través de ecógrafos comprobando los movimientos de respuesta a los procesos estimulantes. Estos son sólo algunos de los medios que la ciencia utiliza para conocer cada vez mejor la experiencia de la vida en el útero.

Los estudios y los medios al alcance de los investigadores nos permiten asegurar que cuanta mayor estimulación reciba el bebé en su etapa prenatal, mayor será el nivel de adaptación al nuevo ambiente desde el momento del nacimiento y las posibilidades de que pueda desarrollar ampliamente su potencial se ven incrementadas.

Del mismo modo que la medicina ha avanzado, difundiendo la necesidad de cuidar la dieta, la ingestión de alcohol y de drogas, así como los beneficios de un ejercicio físico controlado, de una correcta preparación para el parto y el papel que desempeñan las emociones en la enfermedad y en la salud, podemos avanzar un paso más confirmando lo que la inmensa mayoría de mujeres embarazadas intuyen: las emociones, pensamientos y sentimientos de la madre tienen un efecto potencialmente benéfico en el bebé antes de nacer.

Por lo mismo deducimos que en el caso de que estas emociones, pensamientos y sentimientos sean negativos, pueden perjudicar seriamente su salud física y emocional. Hoy sabemos que el bebé intrauterino es un ser humano

consciente que siente, recuerda y reacciona, sobre todo a partir del 6º mes, tiene una vida emocional activa. Podemos asegurar que ve, oye, degusta, experimenta e incluso puede aprender “in útero” antes de nacer. Lo que el bebé no nacido siente y percibe comienza a modelar sus actitudes y las expectativas que tiene con respecto a sí mismo y el mundo que le espera.

Muchas investigaciones realizadas nos confirman que lo que sucede en el entorno de la madre durante el embarazo afecta profundamente los estándares comportamentales del bebé antes de nacer. Por eso una parte importante del carácter de la persona y de sus capacidades va tomando forma en el útero al mismo tiempo que se forman las distintas partes del cuerpo.

Las actitudes y los sentimientos maternos dejan una marca permanente en la futura personalidad del bebé. Esto no significa que toda duda, ansiedad o preocupación ocasional repercutan sobre él. Le afectarán los sentimientos profundos y constantes. Son muchos los factores que intervienen en la formación del nuevo ser, los sentimientos maternos son uno de los factores que, a diferencia de otros, como la herencia genética, pueden ser controlados y convertidos en una fuerza positiva. “Un bebé siente que vale en correspondencia exacta con lo que su madre le demuestra que vale para ella (desde que está en el vientre). Tal vez por eso me siento tan fuerte esta tarde. Aunque vengan huracanes, creo que el edificio de mi dignidad no podrá derrumbarse jamás”<sup>57</sup>

El papel del padre en el embarazo es de vital importancia. Un hombre cariñoso y sensible proporciona un sistema constante de apoyo emocional para la futura madre. También puede ejercer como padre desde el momento de la concepción y establecer un vínculo afectivo y de comunicación con su hijo o hija no nacido.

---

<sup>57</sup>Cuauhtemoc, Carlos. “La fuerza de Sheccid.” Ediciones Selectas Diamante. México. 1996. Pag . 51

Un neonato sólo alcanzará su pleno potencial si durante los meses que pasa desarrollándose en el interior del útero recibe estimulación, no percibe grandes influencias negativas y puede gozar de un entorno seguro. Estudios científicos han demostrado que la música de Mozart tiene influencia en el comportamiento de los bebés, proporcionándoles mayor desarrollo intelectual y creativo, la estimulación musical surte efecto desde la semana 20 de gestación, por lo que también lo recomiendan para las embarazadas.

### **1.3.30 La importancia del afecto prenatal**

La respuesta del bebé a la música depende del estado "despierto o dormido" en el que se encuentre y de la relación afectiva que exista entre madre e hijo a través de la propia música. Los sentimientos maternos son de algún modo transferidos al bebé, esto es, mientras el bebé escucha la música, influye en su experiencia la respuesta emocional de la madre. Varios estudios han demostrado el poder que tiene la música sobre los futuros recién nacidos. También aseguran que los bebés recuerdan las melodías que han escuchado dentro del vientre materno, al menos durante el primer año, y asocian la melodía con un periodo de paz y tranquilidad.

Los sentimientos maternos son de algún modo transferidos al bebé por nacer, esto es durante el bebé escucha la música, influye en su experiencia la respuesta emocional de la madre. Se conoce que a partir de la semana 20 de embarazo, el bebé es capaz de oír, por eso también se recomienda hablarle, pues, aunque no entienda el significado de las palabras, capta el tono, la musicalidad y la intención de las frases como un reflejo de las emociones, este sonido familiar actúa como una referencia tranquilizadora. La música es uno de los mejores canales para conectar con el bebé, no importa el estilo de música que escuchemos, puede ser clásica, pop... lo importante es que nos guste y nos haga sentir bien

Todavía está por saberse, si la música estimula la inteligencia del bebé, o si determinado tipo de música hará que en el futuro bebé tenga predilección por ella o le proporcione alguna habilidad musical. Lo que sí que debemos aprovechar es el potencial comunicativo que nos ofrece y dedicar un tiempo al día a escuchar música, dejarnos llevar por movimientos suaves de nuestro cuerpo cuando la escuchemos, tararear las canciones o cantarlas ayudará a que el bebé perciba nuestro estado de ánimo y se contagie. No importa la calidad de nuestra voz, sino la emoción que contiene.

### **1.3.31 El desarrollo auditivo de los bebés**

El oído de los bebés por nacer aparece a los 22 días de gestación, y obtiene su madurez estructural al quinto mes del embarazo. "A la veinteava semana, el mecanismo auditivo es estructuralmente comparable con el de un adulto."<sup>58</sup>

Desde ese momento, los bebés por nacer comienzan a escuchar los latidos del corazón, los movimientos intrauterinos, la voz materna y los sonidos que se encuentran en el medio ambiente, tales como voces, ruidos y música, la cual se ha comprobado que penetra al vientre materno. Se consideraron 3 diferentes períodos, con duración de entre 3 y 5 minutos:

- Lapso sin estimulación acústica.
- Período con estimulación acústica.
- Lapso de estimulación con música.

La respuesta al estímulo de la música se expresó por la vía de un cambio en el ritmo cardíaco, provocando en los bebés un estado de atención del 87.5%.

---

<sup>58</sup> Anson, Barry Jose, Donaldson, James A. "Anatomía del oído" 2da. Edición, Edt. Panamericana 2004, Buenos Aires, Pp 193

Asimismo, existen evidencias de que hay aprendizaje auditivo y de memoria. El bebé por nacer no nada más oye, sino que es capaz de discernir los principales componentes de la música y el lenguaje, que son el registro, la duración, la intensidad y el timbre. Asimismo, puede distinguir las voces, los ruidos, la música que escucha, así como mostrar sus preferencias. A través de la voz y la música que escucha, se fortalece y nutre enormemente la relación madre e hijo, a la par que se ayuda al desarrollo de las ondas cerebrales y el sistema nervioso conjunto del bebé.<sup>59</sup>

Se han podido observar cambios en los patrones de respiración, movimientos de cabeza, tronco, ojos y extremidades al escuchar sonidos y voces. Así mismo, se aprecian gestos en sus expresiones faciales. Todas estas reacciones, aún antes de nacer y durante la primera infancia, llevan a concluir que hay una relación causa-efecto entre las voces y la música en los bebés.

### **1.3.32 La relación entre música y lenguaje**

Los expertos han llegado a la conclusión, conforme a los más recientes hallazgos, que el bebé no viene al mundo genéticamente programado o con una mente completamente en blanco, a plena merced del medio ambiente, sino que llega con algo mucho más interesante, en que el universo de sensaciones que experimenta alienta la formación de circuitos. Cada vez que un bebé trata de tocar o acercarse, a un objeto, cada que intenta acariciar una cara o escuchar una canción de cuna,

---

<sup>59</sup>Federico, Gabirel. "Viaje Musical por el embarazo". Argentina : Editorial Kier, 2010. Pp 105

pequeños toques eléctricos recorren su cerebro, tejiendo a las neuronas entre sí y formando circuitos.

El crecimiento y desarrollo del bebé puede verse afectado tanto por la manera en que la madre se siente emocionalmente como por su estado físico. Para que este proceso se desarrolle bien, la madre requiere apoyo, información y un ambiente de tranquilidad.

“Para mejorar o prevenir los probables déficits del desarrollo psicomotor de bebés con riesgo de padecerlos tanto por causas orgánicas biológicas o ambientales y consiste en crear un ambiente estimulante, adaptado a las capacidades de respuestas inmediatas del bebé para que estas vayan aumentando progresivamente y su evolución sea lo más parecida a la de un bebé normal.”<sup>60</sup>

La relación del bebé con sus padres puede comenzar mucho antes del nacimiento. El período de gestación es una buena oportunidad para el acercamiento emocional de la pareja y para que el padre y la madre se integren con el hijo que está en el vientre materno. Si los padres se hacen partícipes en este proceso de aprendizaje, irán asumiendo mejor sus funciones desde las etapas más tempranas de la vida del bebé o bebé, con un beneficio claro para éste. Aunque la gestación es un proceso natural y es algo esperado por la madre, es normal que en ella surjan preocupaciones, dudas y temores. Estas alteraciones están relacionadas con sus cambios hormonales y estructurales, y con las condiciones dentro de la familia, el trabajo, su experiencia previa. Hay muchas actividades que estimulan al bebé en el útero y que la embarazada puede hacer regularmente y de forma intencional:

---

<sup>60</sup> *Jordi, Salvado, IDEM*

- Ejercicios físicos que estimulen al bebé a través del movimiento de la madre. Cantar, bailar y escuchar música.
- Sobarse el vientre con la intención de acariciar al bebé y comunicarse con él.
- Dejar que el agua caiga sobre el abdomen cuando se baña.
- Permitir que el papá acaricie el vientre de mamá y que le hable en voz alta.
- Relajarse, imaginar al bebé y comunicarse con él durante el ejercicio de visualización.
- Jugar con el bebé produciendo ruidos de sonajas o música suave cerca del vientre.

Debido a que los estudios de investigación sobre el potencial y las habilidades del bebé son recientes, se desconoce aún cuánta estimulación es necesaria y benéfica y cuándo se podría estar sobrestimulando al bebé y los efectos que a corto y largo plazo podrían estarse produciendo con la estimulación excesiva. Cuando sabemos escuchar las necesidades de nuestro cuerpo, la naturaleza siempre nos ha llevado por el camino adecuado. Sería muy sabio reconocer que la madre, guiada por su intuición y sabiduría interna, se comunica constantemente con su bebé durante el embarazo. Ella piensa en él con frecuencia, le habla y lo calma y se preocupa por su bienestar.

Es quizá la misma embarazada quien decide cuánto y cómo estimular a su bebé de forma adecuada, estar pendiente de la respuesta de actividad de parte del feto ante las diferentes formas de estimularlo, con la única diferencia de que ahora sabe que la estimulación tiene un propósito (desarrollar al máximo el potencial de su bebé por nacer). Al conocer sobre los beneficios de la estimulación intrauterina la futura mamá lo hará con mayor gusto y confianza.



## **CAPÍTULO II**

### **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

#### **2.1 Enfoque y modelo de investigación**

La investigación con enfoque mixto es un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación que implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información obtenida (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio. Se obtuvieron los discursos completos de las participantes, la información proporcionada se recopiló de forma escrita para proceder luego a su interpretación y se analizaron las relaciones de significado que se producen en las mujeres seleccionadas como muestra en la cultura guatemalteca urbana.

Utilizar este enfoque y modelo de investigación permitió establecer la realidad del conocimiento acerca de la estimulación prenatal en las gestantes que asisten a consulta en el Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala, permitió a su vez familiarizarnos en el entorno e identificar las necesidades, ya que la información se obtuvo en forma directa por medio de las encuestas, entrevistas y cuestionarios que se realizaron a las 30 madres gestantes, subjetivamente observando su conducta y respuesta interpretativa en relación al tema.

#### **2.2. Técnica**

##### **2.2.1 Técnica de muestreo**

De una población aproximada de cincuenta y dos mujeres que asisten a consulta prenatal al Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala, se seleccionaron 30 gestantes que oscilan entre los 18 y 20 años, de escolaridad

promedio y nivel socioeconómico medio-bajo; la mayoría proveniente de la misma zona y aledaños. **La técnica de muestreo que se utilizó fue por conveniencia**, eligiendo a las 30 gestantes con base en nuestro conocimiento y juicio profesional. El muestreo por conveniencia consiste en seleccionar una muestra de la población por el hecho de ser accesible. Es decir, los individuos empleados en la investigación se seleccionan porque cumplen con algún criterio, no porque hayan sido seleccionados mediante un criterio estadístico. El proceso consistió en elegir intencionalmente “a dedo” a las gestantes de la población sobre la base del conocimiento o juicio de nosotros como investigadores. La mayoría de ellas cuentan con familias constituidas por esposo e hijos, otras por el contrario fueron madres sin haber cumplido la mayoría de edad, tomando en cuenta que algunas son madre primeriza la información brindada será en sumo de beneficio.

### **2.2.2 Técnica análisis de datos**

Por medio de una **observación estructurada** de 6 ítems y con duración de entre 18 y 20 minutos cada una se obtuvo información sobre la conducta de cada gestante con indicadores sobre su estado emocional al asistir al Centro de Salud, su nivel de educación, nivel de conocimiento e interés en el tema de la estimulación prenatal.

Se utilizó **la técnica de la conversación informal** con el objetivo de crear una atmósfera de confianza y establecer empatía y un adecuado rapport al abordar a las gestantes generando una conversación espontánea, se les abordaba al ingreso de la clínica con un saludo cordial debidamente identificados como responsables de una investigación de la Universidad de San Carlos de Guatemala; haciéndoles preguntas iniciales como si era su primer bebé o con qué frecuencia asistían a la consulta y dejando la conversación fluir. Uno de los beneficios principales de utilizar esta técnica fue recopilar la información sobre los días que

asistían al Centro de Salud y haciendo una proyección de la disponibilidad de asistencia y participación en los futuros talleres.

**La encuesta** se aplicó de tipo estructurada con 15 preguntas y fue realizada de manera individual a cada gestante, en un lugar privado que el Centro de Salud proporcionó durante el proceso. Orientada a recopilar información sobre los criterios de inclusión y los factores que influyen en su dinámica familiar, teniendo como principales puntos identificar sus pensamientos en relación a su embarazo, el nivel de apoyo familiar o de pareja con el que contaba cada gestante y principalmente establecer su nivel de conocimiento del tema estimulación prenatal; pasando por los sentimientos con relación a su embarazo y otros con una duración de 45 minutos por gestante que debido a la confianza preestablecida por medio de la conversación informal fueron productivos en la recolección de información.

**La entrevista** contenía tres preguntas cuyo objetivo principal fue establecer la disposición para participar en la investigación en forma voluntaria y confirmar los pre saberes en el tema.

Se utilizó un **cuestionario** por medio del cual se obtuvieron datos característicos de las gestantes como su escolaridad, estado de salud en general, vicios u otros; realizando algunas preguntas que permitieron cotejar la información obtenida en la encuesta a manera de validación de la información obtenida, abordando nuevamente el interés y nivel de conocimiento del tema de la estimulación prenatal o intrauterina. Atendiendo a nuestro enfoque y modelo de investigación tanto la encuesta como el cuestionario fueron abiertos y flexibles, de tal manera que se adaptaran a la singularidad de cada gestante. Con los instrumentos anteriores se obtuvo suficiente información para direccionar la planificación de nuestra siguiente técnica, la realización de los talleres enfocados a la socialización de la información relevante a la población muestra.

**Los cuatro talleres** que se brindaron fueron agendados partiendo de los días que las gestantes indicaron tener mayores posibilidades de asistir de acuerdo con sus diferentes actividades y dinámicas familiares. En los mismos se proporcionó información en forma escrita por medio de trifoliales y en forma dinámica por medio de la práctica dirigida de técnicas pertinentes en dos grupos de 15 gestantes cada uno, con duración de dos horas; utilizando un plan de estimulación prenatal que les brindó la oportunidad de experimentar estímulos en el útero, mostrándoles algunas técnicas prácticas para estimular a su bebé, como masajes utilizando sus manos el vientre, como dar luz artificial y natural al feto para estimular su retina, indicándoles un ejemplo de la música adecuada para crear un estado placentero dentro del vientre, realizando ejercicios apoyados con una respiración adecuada sin olvidar la importancia de lograr fortalecer el lazo afectivo por medio de estas técnicas de estimulación prenatal. Dentro del contenido teórico se estableció la diferencia de la estimulación a cada sentido, incluyendo el área emocional; pasando por la descripción y diferenciación con sus ventajas de la estimulación visual, auditiva, táctil y motora. Las gestantes participantes se mostraron ampliamente interesadas y motivadas por el tema. Denotando por ejemplo lo relajadas y cómodas que se sentían además de coincidir la mayoría con la facilidad de desarrollar las técnicas brindadas en sus hogares. Algunas con la más alta escolaridad incluyeron sugerencias como implementar talleres del tema en pareja y se mostraron dispuestas a compartir lo aprendido a otras ofreciéndose como voluntarias en el Centro de Salud abocándose casi en forma inmediata con las autoridades responsables del mismo.

### **2.3. Instrumentos**

**Consentimiento informado:** se solicitó autorización y se asumió un compromiso de confidencialidad con las participantes. Ver anexo No. 1

**Observación estructurada:** con el objetivo de realizar una comparación de resultados en los diferentes ítems (6) entre todas las gestantes participantes (30)

y con duración de entre 18 y 20 minutos en cada una se obtuvo información sobre la conducta de cada gestante con indicadores sobre su estado emocional al asistir al Centro de Salud, su nivel de educación, nivel de conocimiento e interés en el tema de la estimulación prenatal y otros. Ver anexo No.2

**Protocolo encuesta:** orientada a recopilar información sobre los criterios de inclusión y los factores que influyen en su dinámica familiar, estructurada con 15 preguntas y realizada de manera individual a cada gestante, en un lugar privado que el Centro de Salud proporcionó durante el proceso. Con preguntas ordenadas en forma coherente, expresadas en un lenguaje sencillo y comprensible; se respondió por escrito a cada enunciado, sin que fuera necesaria la intervención de quienes la aplicamos. Ver anexo No. 3

**Guía entrevista:** tres preguntas referentes al conocimiento y percepción que tenían del tema, los beneficios que estos aportan al desarrollo prenatal y su intención e interés de participar en la investigación realizada. Ver anexo No. 4

**Guía cuestionario:** 13 preguntas directas con la finalidad de establecer su nivel socioeconómico, educativo, conocimiento sobre la estimulación temprana, su estado de salud en general, aspectos relacionados con su embarazo y que fueron aplicados al momento de ingresar a la consulta con el consentimiento del médico tratante. Ver anexo No. 5

**Panificación del taller:** buscando dar atención a las necesidades detectadas se proporcionó información en forma escrita por medio de trifoliales y en forma participativa se incrementó la motivación individual con técnicas pertinentes en dos grupos de 15 gestantes cada uno, con duración de dos horas; utilizando un plan de estimulación prenatal que les brindó la oportunidad de contar con una experiencia completa sobre el tema. La finalidad de estos talleres fue apoyar a las gestantes para aumentar la capacidad de autocuidado y bienestar emocional,

además de fortalecer la preparación física y emocional; al final se repartieron los trifoliales. Ver anexo No. 6

**Trifoliar informativo:** realizado a color y entregado al final de cada taller con información y sugerencias sobre el tema. Ver anexo No. 7

## 2.4 OPERACIONALIZACIÓN DE OBJETIVOS

Objetivos	Categorías o Variables	Técnicas e Instrumentos
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar el nivel de conocimiento sobre estimulación prenatal que tienen 30 gestantes atendidas en el Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.</li> </ul>	-Conocimiento sobre estimulación prenatal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Observación</li> <li>Entrevista</li> <li>Encuestas</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Describir los factores y elementos que contribuyen o influyen en el desarrollo físico y psicológico del feto en el período de gestación.</li> </ul>	-Factores y elementos que contribuyen o influyen en el desarrollo físico y psicológico.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocer y describir los niveles de percepción y toda la información relevante en el desarrollo del feto durante el período de gestación.</li> </ul>	-Niveles de percepción e información relevante en el desarrollo del feto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Encuesta</li> <li>Preguntas: 8 -10</li> <li>Cuestionario</li> <li>Preguntas: 1- 4</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar un programa de fácil acceso basado en talleres dirigido a madres gestantes del Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.</li> </ul>	-Programa de talleres dirigidos a madres gestantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>Taller 1 Técnica táctil</li> <li>Taller 2 Técnica visual</li> <li>Taller 3 Técnica auditiva</li> <li>Taller 4 Técnica motora</li> </ul>

## CAPÍTULO III

### PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

#### 3.1. Característica del lugar y de la muestra

**3.1.1. Características del lugar:** la investigación se realizó en el Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala, es una unidad de servicios de salud pública, primaria, prevención, curación y rehabilitación de la salud. Ofrece servicios humanizados y equitativos con calidad y calidez, como medicina general, ginecología, odontología, inmunizaciones, farmacia, post-consulta, a bebés, mujeres en edad fértil, adolescentes y tercera edad, a los cuales cubre programas del Ministerio de Salud Pública, servicios gratuitos, disminuyendo la morbimortalidad, (la morbilidad es la presencia de un determinado tipo de enfermedad en una población. La mortalidad a su vez es la estadística sobre las muertes en una población) y mejorando la calidad de vida de la comunidad. El cual cuenta con una apropiada infraestructura para su principal objetivo, que es atender a la población con necesidades específicas en el área de salud.

#### 3.1.2 Característica de la población

Al inicio se tuvo contacto con la población por medio de conversaciones informales para seleccionar la muestra de 30 madres gestantes. Madres entre 18 y 20 años, algunas fueron madres primerizas en su adolescencia, invitándolas a participar en nuestra investigación y a llenar el consentimiento informado, quienes se mostraron receptivas y participativas durante todo el proceso. Al final mostraron mucho interés en el tema de cada taller. Ya que las participantes asisten regularmente al Centro de Salud, cuentan con un carné de asistencia para ellas.

### 3.2 Presentación, análisis e interpretación de resultados

#### 3.2.1 Pauta de observación

Desde la perspectiva socioeconómica-cultural, se ha dado poca importancia a la salud en Guatemala en relación con temas de atención en urgencias, no se diga en relación con temas de prevención dentro de los cuáles se incluye la estimulación prenatal, por lo que no sorprende el bajo nivel de conocimiento tomando en cuenta el nivel de escolaridad y edades de la muestra seleccionada.

**Tabla No. 1**

Se observó en las madres gestantes que participaron, actitud positiva en querer aprender en cada una de las actividades.

<b>ASPECTOS POR OBSERVAR</b>	<b>Constante</b>	<b>Aceptable</b>	<b>Regular</b>	<b>No muestra</b>	<b>Total:</b>
<b>Falta Concomimiento de estimulación prenatal</b>		1	22	7	30
<b>Interés por aprender</b>		8	16	6	30
<b>Interés por participar</b>		8	15	7	30
<b>Iniciativa</b>		8	16	6	30
<b>Cooperación</b>		8	15	7	30
<b>Humor y optimismo</b>	6	8	13	3	30
<b>Falta de Educación Formal</b>		3	21	6	30

Fuente: Observación Estructurada aplicada a 30 gestantes que asisten a consulta al Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.



Las madres gestantes poseen bajo conocimiento sobre estimulación prenatal, no obstante, la iniciativa y el interés de aprender les permitió la adquisición de nuevos conocimientos.

### 3.2.2 Guía encuesta

En el embarazo las madres experimentan una gran variedad de estados emocionales, consecuencia, en gran parte, de la tormenta hormonal que se desencadena, pero, también, de procesos psicológicos relacionados con sus dinámicas familiares, su edad, condición en la cual se dio el embarazo entre otros factores de influencia que tienen estrecha relación con los pensamientos acerca de su embarazo y que según lo abordado en el marco teórico tiene también efectos en el desarrollo del feto:

#### Diagrama No.1

##### ¿Qué piensa usted de su embarazo?

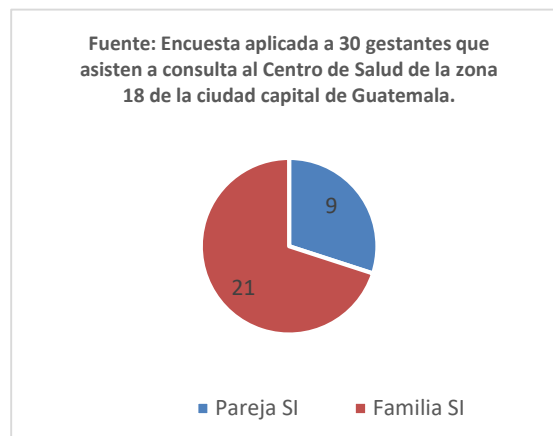


**Fuente:** Encuesta aplicada a 30 gestantes que asisten a consulta al Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.

De estos resultados se observa que las mujeres gestantes encuestadas, aceptan al embarazo como algo natural que se hace parte de la vida de una mujer, “una etapa más de mi vida”, evidenciando la importancia de concientizar sobre la adquisición de estrategias que se puedan aplicar para aprovechar de mejor manera estos momentos únicos entre madre, hijo y familia. Para todas las mujeres del mundo el embarazo constituye una de las etapas más importantes de su vida, siendo el más fundamental de los derechos, debe ser protegido, ya que las condiciones sociales, culturales y económicas de la mujer no siempre son las mejores a la hora de procrear.

### Gráfica No.1

#### ¿Usted ha recibido apoyo de su familia o pareja?



De la población investigada se denota que en su totalidad reciben apoyo emocional por parte de la familia o pareja. Sin embargo, el mayor porcentaje del apoyo viene por la familia.

En condiciones normales, si la madre se siente suficientemente respaldada, puede transitar por los diversos estados emocionales, sin más consecuencia que el malestar inmediato que en ella despiertan. No obstante, si la madre percibe un entorno poco favorecedor, si está sometida a fuertes tensiones o no cuenta con el apoyo familiar o de su pareja podría manifestar estados emocionales que afecten directamente el desarrollo fetal, por el contrario de acuerdo con estudios recientemente realizados, las embarazadas que reciben el cuidado y el acompañamiento de su entorno familiar tendrán una protección contra las hormonas del estrés que contribuyen a la aparición de la depresión postparto.

Las mujeres gestantes de la muestra reciben mayor soporte por parte de la familia, predomina dentro de las causas la ausencia y carencia de la pareja. El hecho de compartir al máximo la experiencia del embarazo no significa que la pareja lo viva del mismo modo, desde el punto de vista fisiológico, es el cuerpo de la madre el que se transforma y es ella también quien siente al bebé en su interior; ésta es una diferencia insalvable. en la mayoría de las parejas.

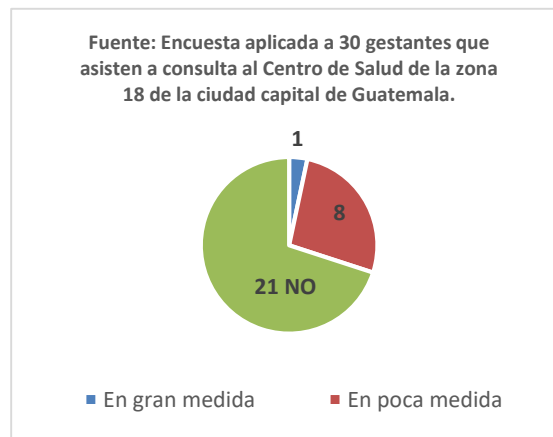
El bebé forma parte del medio intrauterino, recibiendo constantes mensajes del cuerpo en el que habita. En esta comunicación química y propioceptiva entre madre y bebé, van codificadas emociones y experiencias vitales que irán modelando las bases neurológicas del nuevo ser. Por otra parte, uno de los principales factores de protección para el nuevo ser es el establecimiento de un fuerte vínculo emocional madre-hijo que favorece en la madre una habilidad especial para responder a las necesidades de su bebé (Ainsworth, 1979). Ser padres es un suceso vital que abre un espacio caracterizado por cambios transcendentales en la vida de las personas que afectan a nivel emocional, familiar, de pareja, etc. Cambios que requieren de procesos de adaptación que no siempre son fáciles de realizar. Y en algunos casos debe promoverse el interés

y despertar la curiosidad por temas con relación directa en dicho proceso y que aún son de poca difusión.

### 3.2.3. Guía de la entrevista

**Gráfica No.2**

**¿Ha sentido curiosidad por conocer acerca de la estimulación prenatal?**



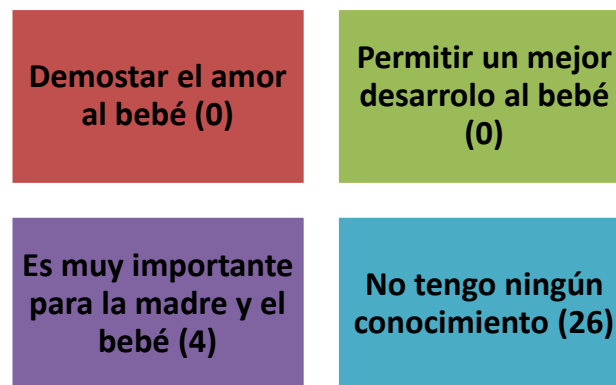
En la mayoría de las madres gestantes no existía interés alguno por conocer lo que es la estimulación temprana, debido al poco o ningún conocimiento sobre el tema.

La importancia de hacer un buen acompañamiento en el área perinatal, sobre todo en situaciones difíciles, representa un factor de protección para optimizar las condiciones y sentar las bases de la salud psicoemocional del nuevo ser. La estimulación prenatal es el proceso que promueve el aprendizaje del feto, optimizando y potenciando su desarrollo físico, sensorial, afectivo y social, a través de diferentes estímulos como el sonido, el movimiento, la presión, las vibraciones

y la luz, en el contexto de una comunicación afectuosa y constante entre los padres y el bebé aún por nacer y mucho de esto lo realizan algunas madres y padres sin saberlo, por ejemplo: cuando tocan la pancita de la madre y le hablan al bebé o cuando escuchan música que les hace sentir paz y calma, cuando se colocan en una posición que les es más cómoda; pero es importante definir claramente y concientizar sobre la importancia y beneficios de la misma.

### Diagrama No.2

#### ¿Qué conoce sobre la estimulación prenatal?



Fuente: Encuesta aplicada a 30 gestantes que asisten a consulta al Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.

Por medio de la investigación es claro que no existe apatía hacia la estimulación prenatal sino más bien falta de información y acceso a la misma, se observó en las participantes el despertar de su curiosidad sobre el tema. Los centros de salud no cuentan con esta información y hasta el momento no es prioridad incluir el tema en el programa de atención prenatal nacional rural. Cuando le preguntamos a las gestantes si les gustaría disponer de una guía fácil de usar acerca de la estimulación prenatal evidenciamos que solamente hace falta la difusión del tema para iniciar con el establecimiento de una medida preventiva en el área de salud física y emocional del ser humano desde la etapa más temprana en su desarrollo.

### 3.2.4 Guía del cuestionario

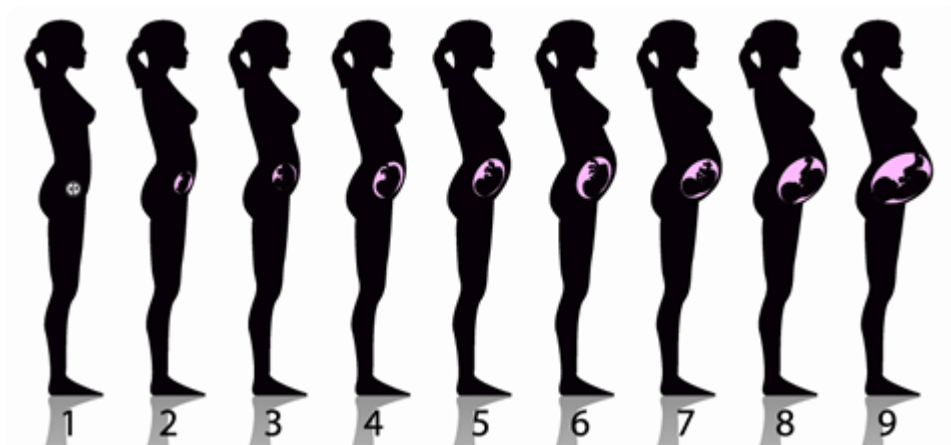
Tabla No. 2

¿Le gustaría disponer de una guía sobre estimulación prenatal?

Siempre	19
Casi siempre	11
No	0

Fuente: Encuesta aplicada a 30 gestantes que asisten a consulta al Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad capital de Guatemala.

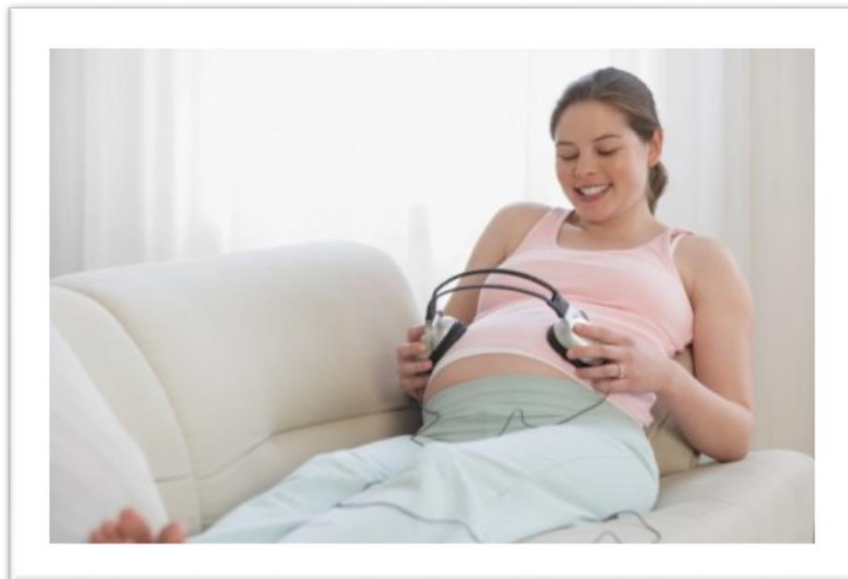
Imagen No. 1



Aunque cuando nace un bebé se encuentra rodeado de estímulos, es en el vientre materno donde comienza la estimulación, ya que el feto se encuentra en continuo desarrollo, sus sentidos empiezan a prepararse y agudizarse. A causa de este desarrollo temprano de los sentidos, la madre debe estar en un contexto tranquilo, en el que el feto pueda percibir todo aquello que sucede y ser consciente del proceso que vive y las posibilidades infinitas de estimulación ya que del mismo modo que los estímulos positivos (por ejemplo, los besos o las caricias) tienen efectos favorecedores e inspiran un estado emocional sereno, todas las situaciones negativas (como pueden ser las peleas o los gritos) causan efectos perjudiciales al estado emocional e incluso desarrollo físico del bebé. Debemos

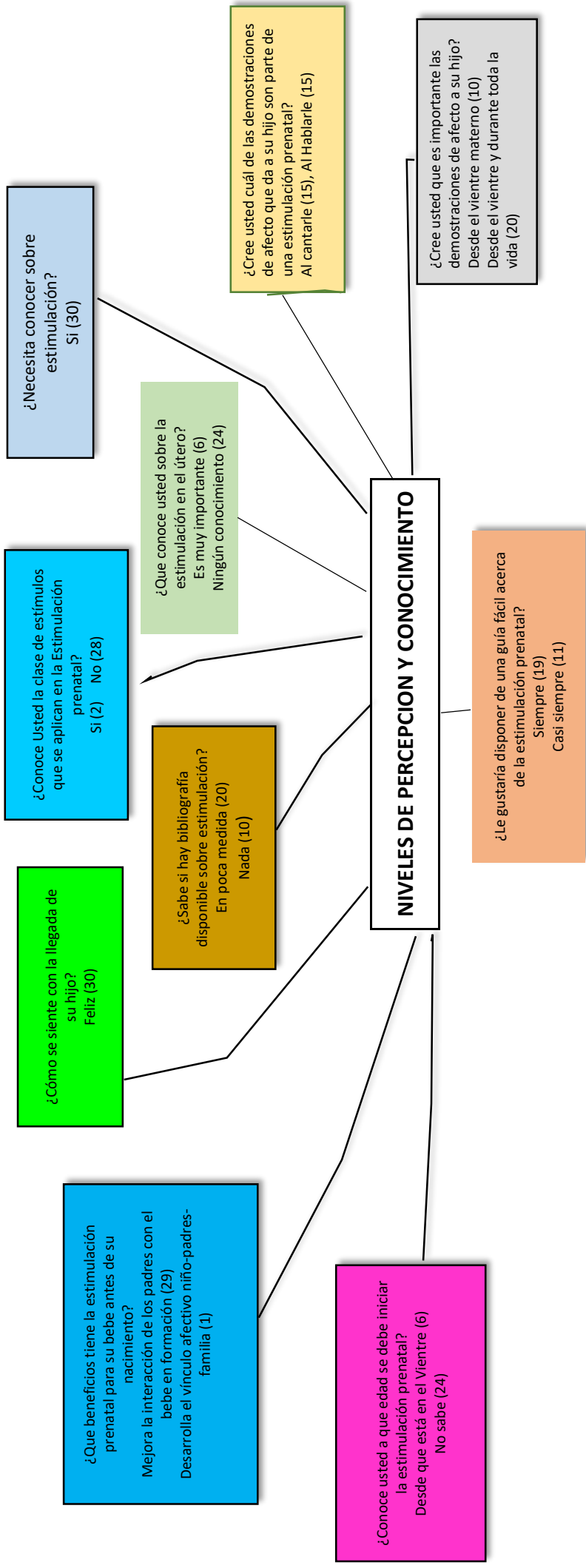
entonces tener claro como concluyeron las madres gestantes de la muestra que no solo es importante conocer las etapas de nuestro embarazo a nivel físico sino ampliar el conocimiento sobre estimulación prenatal.

**Imagen No. 2**



La estimulación prenatal tiene importancia con base en sus efectos positivos en el bebé por nacer. Sin embargo, es necesario pensar en la intención del contacto que se establece cuando se dedica un tiempo específico al bebé que está por nacer. Establecer un contacto afectivo con el bebé en el vientre surge como una necesidad que en muchas ocasiones se satisface espontáneamente, al poner la mano sobre el vientre, al acariciarlo y sentir sus movimientos.

# ESQUEMA No. 1



**Fuente: Encuesta aplicada a 30 gestantes que asisten a consulta al Centro de Salud de la zona 18 de la ciudad de Guatemala.**

Es importante hacer notar que en este esquema las 30 gestantes que participaron dan a conocer que tienen interés en conocer sobre el tema de estimulación, saben y conocen de una forma empírica que desde el vientre y durante toda la vida se debe mostrar a su hijo el afecto ya sea cantándoles o hablándoles. De igual medida indican que es necesario conocer sobre estimulación para saber cómo actuar y brindar más amor a su hijo, así con su utilización se fomentara un mejor ambiente desde la gestación. La felicidad es evidente en las madres gestantes por la llegada de su hijo, existe empatía hacia la criatura, siendo las madres y familiares entes importantes ara la estimulación y la aplicación de esta.



Si esta actitud espontánea se repite, el bebé va a darle sentido, va a empezar a comprender que significa algo agradable, va a buscarlo y reaccionar con movimientos en ciertos casos y quedándose muy quietecito en otros, dependiendo de su temperamento. Si este momento de contacto se repite a la misma hora del día, lo más probable es que el bebé empiece a anticiparlo y si es acompañado por alguna música que sea del agrado de la madre, pues aprenderá a reconocerla. Un efecto beneficioso de repetir este tipo de contacto será que el bebé va a identificarlo y lo más probable es que los movimientos de las manos que ha aprendido a reconocer dentro del vientre, la música que ha escuchado entonces, le ayuden a calmarse cuando nazca, haciendo más fácil su comunicación con los padres, luego del nacimiento. Siempre y cuando la intención del contacto sea la de brindar amor, calor y cariño, más que estímulo, el bebé aprenderá a comunicarse en un registro afectivo.

Existen diferentes niveles de percepción y conocimiento de donde derivan las técnicas de estimulación prenatal, en los talleres y por medio de los trifoliales las gestantes tuvieron una muestra vivencial y contaron con un soporte teórico del tema.

### **Entrega de Trifoliales**

Se entregaron a las madres gestantes participantes de los talleres, trifoliales que brinda información sobre la estimulación prenatal para beneficio tanto de la madre como del bebé antes de su nacimiento, con el objetivo de favorecer la comunicación y los vínculos afectivos madre-hijo.

### **Realización de talleres**

El principal objetivo es promover el aprendizaje del bebé en el interior del vientre materno, potenciando su evolución mental y sensorial. Esto se llevó a cabo

mediante diversos estímulos como el sonido de la voz de la mamá, música, leves golpes, vibraciones y luz en el área del vientre, lo que crea una sensación de bienestar en el bebé.

Mediante la estimulación prenatal la futura madre se comunica con su bebé a través de técnicas visuales, motoras, auditivas y táctiles.

### **Primer taller técnica táctil:**

Se solicitó a las participantes que se sentaran, relajaran y se presionaran levemente por 5 segundos su abdomen desde la cadera hacia el ombligo, se frotaran o acarician el estómago con las yemas de los dedos en forma circular y le dijeron a su bebé: “te estoy acariciando”, esta afirmación se hizo evidente a través de la relación estímulo respuesta debido a que los bebés comenzaron a realizar movimiento permanentemente, durante el ejercicio las madres se mostraron sorprendidas, cariñosas y emocionadas.

Se despertó el interés de la mamá por expresar amor al bebé a través de las caricias con masajes, se enseñó la importancia y la forma de cómo realizar los masajes sobre su abdomen y los beneficios que estos constituyen tanto para ella como para el bebé; Hacer que cada una los realice expresando y transmitiendo el afecto y amor a su hijo. Que cada mamá se sensibilizara frente a la importancia de estimular al bebé estrechando así el vínculo afectivo madre-hijo.

Al finalizar la sesión, las gestantes, estaban satisfechas, y seguras de sí mismas con la experiencia vivida, trabajaron muy motivadas, además demostraron buen estado físico y anímico comentando que sintieron cómo sus bebés se manifestaron.

## **Segundo taller técnica auditiva:**

Consistió en estimular al bebé a través de sonidos: una canción por medio de la radio, música instrumental o la voz de la madre ya sea que le cantara o le hablara, la cual es particularmente poderosa por que se transmite al útero a través de su propio cuerpo que alcanza al feto y es más fuerte que el de otros sonidos, no obstante, la voz del padre también produce un efecto estimulante para él; de allí que es importante motivar a los padres que le hablen y canten a su bebé, para ello, la música, de preferencia materna, atraviesa la pared abdominal llegando a los oídos fetales y las vibraciones al cuerpo del mismo.

Se dio inicio con la inducción a la técnica y se invitó a las madres gestantes a sentarse en sillas organizadas en círculos, se entregó a cada una un antifaz negro para cubrir sus ojos para hacer más efectiva la concentración evitando cualquier distractor. Los sonidos fueron producidos por música instrumental de relajación. En la técnica se combinó el sonido y el tacto. Bajo esta premisa se quiso optimizar el desarrollo mental y sensorial de los bebés con el que progresivamente llegará la adquisición de la capacidad cognitiva y comunicativa, presentes en el proceso de aprendizaje.

Las mamás gestantes se mostraron muy tranquilas (una de ellas estuvo acompañada de su hermana de diez años a la que también se le enseñó a estimular al bebé) y fue sorprendente ver como el bebé se manifestaba con sus continuos movimientos. Al finalizar la sesión, algunas quisieron permanecer en el lugar y en el estado de tranquilidad que proporcionaba la música. Una vez más expresaron sentirse muy a gusto con la terapia.

### **Tercer taller técnica visual:**

Se utilizó luz natural y artificial. Se reunió a las madres gestantes en la parte de atrás del centro de salud con el objetivo de aprovechar los rayos del sol, se dio la instrucción de que se cubrieran y descubrieran el abdomen por un lapso de tiempo de 5 minutos a su vez se solicitó le relataran al bebé lo que estaba sucediendo, la combinación de las dinámicas estimuló la curiosidad y atención del bebé.

Con luz artificial a través de una linterna, se movía suavemente por toda la superficie del abdomen descubierto en distintos sentidos, de izquierda a derecha, de arriba abajo y en círculos, evitando el contacto directo de la linterna al vientre porque podría generar malestar en el bebé. Las madres gestantes sintieron cómo el bebé seguía la luz y reaccionaban al estímulo.

La actividad permitió experimentar a las madres gestantes interacción con el bebé, descubriendo un método para comunicarse y estrechar el vínculo afectivo, según manifestaciones de las madres gestantes realizarían el ejercicio en casa siendo indicador de aceptación.

### **Cuarto taller técnica motora:**

Se solicitó a las madres gestantes que realizaran ejercicios de respiración y relajación; con el objetivo de generar un estado de serenidad, coordinación y armonía para una adecuada conexión con él bebé. Posteriormente se les brindó un balón de ejercicios para que se sentaran encima y realizarán series combinando movimientos circulares y hacia los lados con la cadera.

Durante la actividad las madres gestantes reconocieron la importancia de realizar los ejercicios, considerando que se les informó que favorecen el sentido

de equilibrio del bebé, encuentre su sentido de gravedad y tome conciencia de él. También comentaron lograda armonía y un sentir de paz con la dinámica.

En cada taller se entregó a cada una de las madres gestantes un tríptico con la información descriptiva de la técnica a realizar, a su vez también se detalla la importancia y beneficios como ejercicios prácticos de realizar en el hogar.

### **Análisis General:**

Las madres gestantes que asisten al Centro de Salud de la zona 18, poseen nivel bajo de conocimiento sobre estimulación prenatal, siendo los indicadores de mayor influencia el bajo nivel de educación, situación socio-económico baja, viven en condiciones precarias y la idea equivocada de que el bebé no oye ni siente hasta el momento que nace. En su mayoría de las señoras encuestadas expresaron que, presentan interés en conocer y aplicar los diversos métodos de estimulación prenatal, porque consideran que mediante el pleno desarrollo emocional en su bebé permitirá la formación de su personalidad.

Según los resultados obtenidos se evidenció la importancia y aceptación que las madres gestantes dan a su embarazo, indicando que es importante para ellas la participación de sus seres queridos, entre pareja y familiares, muy pocas investigadas conocían sobre la estimulación prenatal, mucho menos de fuentes de consulta como libros o manuales que les permita capacitarse para recibir de mejor manera a su bebé. La importancia de la educación, concientización y una guía de estimulación prenatal, es evidente en las madres gestantes. Los sentimientos son expresiones propias del ser humano siendo importante las demostraciones de afecto al bebé desde el vientre materno y durante toda la vida, desde el criterio de la mayor parte de investigadas, siendo importante y necesaria la estimulación prenatal, la cual debe ser fomentada a las madres en etapa gestante, para que al contar con este conocimiento, se encaminen lazos de unión y amor entre padre-madre-hijo, y de toda la familia, lo que logrará traer al mundo

hijos más seguros, con fuertes lazos familiares, y que desde el vientre, recepte el sentimiento de seguridad y amor en un ambiente creado por los seres que tanto lo esperan.

De estos resultados se observa que las mujeres gestantes encuestadas, aceptan al embarazo como algo natural que se hace parte de la vida de una mujer, “una etapa más de mi vida”, “un cambio en mi organismo”, “momento adecuado para darle a nuestro hijo las condiciones necesarias para su desarrollo”, evidenciando la importancia de concientizar sobre la adquisición de estrategias que se puedan aplicar para aprovechar de mejor manera estos momentos únicos entre madre, hijo y familia.

En los Centros de Salud no se implementan programas que inciten a las madres en estado de gestación, a utilizar los diversos métodos de estimulación prenatal. La característica de la población es fundamental para el desarrollo del proceso investigativos ya que permite idéntica sus necesidades e intervenir de manera acertada en la problemática que vivimos en Guatemala, ya que no se le ha dado la importancia que merece a la estimulación prenatal.

## **CAPÍTULO IV**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **4.1 CONCLUSIONES**

El nivel de conocimiento proyectado en la mayoría de madres gestantes que asisten al Centro de Salud de la zona 18 en relación con la estimulación prenatal es bajo, esto debido a que se encuentra influenciado prioritariamente por la idea errónea de que el bebé no oye ni siente hasta el momento de nacer. No obstante, al momento de ser encuestadas manifestaron su interés en conocer y aprender a aplicar los diversos métodos de estimulación temprana, con el objetivo de mejorar el desarrollo integral de su bebé.

La falta de preparación académica, la situación socio-económica baja y condiciones precarias de las madres y sus familias son los factores de mayor influencia en el desarrollo físico, emocional y psicológico del bebé. Lo cual genera relevancia en la importancia y aceptación que las madres gestantes den a su embarazo. Pocas participantes conocían sobre la estimulación prenatal y aún menos de fuentes de consulta como libros o manuales que les permita informarse para recibir de mejor manera a su bebé. Cabe resaltar que la madre es quien con la orientación adecuada se convierte en un agente significativo en la formación y desarrollo de sus hijos.

La baja motivación manifestada en algunas madres gestantes genera una actitud pasiva e indiferente hacia la importancia de la estimulación temprana. Creando como consecuencia limitante para el desarrollo del bebe, de ahí la importancia de lograr que la madre gestante se sienta segura y ayude al bebé a convertirse en una persona con mayores inquietudes por aprender y ser capaz de

adquirir confianza para enfrentarse a situaciones nuevas de manera independiente.

Los entes de mayor importancia para la estimulación y aplicación de ejercicios prenatales son, la madre gestante y familiares que generaran un ambiente de amor y armonía. Muestra de ello es que una de ellas manifestó lo significativo que fueron las sesiones para generar el vehículo con su bebé y compensar la carga emocional del padre ausente, logrando con los talleres cubrir el papel de ambos.

El nivel de conocimiento que posee la madre gestante sobre las etapas del embarazo permite determinar y adecuar la metodología necesaria para generar e incentivar una actitud positiva en el aprendizaje e implementación de la estimulación prenatal, realizando ejercicios prácticos y cómodos los padres experimenta y evidencian un vínculo de pareja más estrecho y mejor comunicación con el bebé.

La estimulación prenatal es la vía por la cual se promueve el aprendizaje del bebé, optimiza y potencia el desarrollo físico, sensorial, afectivo y social, a través de diferentes dinámicas compuestas por sonidos, movimientos, vibraciones y cambios de luz, en combinación de una comunicación afectuosa y constante entre los padres y el bebé, estímulo que en ocasiones se realiza empíricamente, por ejemplo: cuando tocan el vientre de la madre y le hablan al bebé o cuando escuchan música que les hace sentir paz y calma; por lo que contar con una guía con la información pertinente logra este objetivo.



## **4.2 RECOMENDACIONES**

Es necesario que, mediante la iniciativa, interés de aprendizaje de parte de la madre en estado de gestación, incorporen dentro de las distintas fases de desarrollo del bebé los métodos de estimulación temprana para lograr el pleno desarrollo del bebé, como: métodos auditivos, táctiles y motoras.

En los Centros de Salud deben de organizarse a instruir teórica y prácticamente a las madres en estado de gestación, así como a las parejas de ellas, a que incorporen dentro de sus actividades los métodos de estimulación prenatal para conseguir una mejor manera de interactuar o comunicarse con su hijo, incorporar en los programas de medicina y enfermería la capacitación a sus estudiantes en técnicas de estimulación prenatal para que puedan implementarlo correctamente a las mujeres en periodo de gestación y así puedan privilegiar la atención integrada a la primera infancia y con ello se garantice su pleno desarrollo desde el periodo prenatal.

Implementar charlas donde se pueda dar a conocer la importancia del conocimiento que deben de tener las madres sobre la estimulación prenatal y sus beneficios con esto tendrían un mayor desarrollo visual, auditivo y motor. Y así se comprenda la importancia de la estimulación intrauterina y los beneficios que están practicas aportan al desarrollo integral del bebé y al fortalecimiento de los lazos familiares.

Dar a conocer el papel fundamental que el padre tiene en esta etapa de gestación, creando un vínculo de pareja -bebé, y así lograr que el embarazo esté rodeado de un entorno saludable y lleno de amor, logrando interactuar de una forma natural, participar activamente en las actividades que ayuden a la estimulación prenatal.

Que el personal encargado del Centro de Salud tenga conocimiento adecuado del tema de la estimulación prenatal y así de poder aplicar guías efectivas, promoviéndolas como herramienta de apoyo en las diferentes instituciones de salud que atiende a miles de madres gestantes, con ello general interés a los futuros padre a cerca de lo importante y beneficiosos que reviste la estimulación temprana prenatal iniciándose desde los primeros meses de embarazo, reflejándose en el desarrollo del bebé desde su gestación hasta la etapa posnatal.

Luego de la aplicación de las técnicas que se detallaron con anterioridad, a las 30 madres gestantes, se verifico las necesidades de que los Centros de Salud y Hospitales implementen programas que beneficien a las madres en periodo de gestación, para que aprendan técnicas que les permitan desde su hogar, realizar estimulaciones prenatales en beneficio al desarrollo integral del bebé por nacer y además fortalecer los vínculos entre miembros de la familia

## BIBLIOGRAFÍA

-Medina, Alejandro Dr., La Estimulación Temprana, Volumen 14, Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación, México.2002, Pp 85.

-Verny Thomas, Kelly John, La vida Secreta del bebé antes de nacer, 1ra ed. Urano, Bogotá, 1981, 224pp.

-Plata, Ernesto, Preguntas de Madres y Padres, 5ta. Ed., Medica Panamericana, Bogot, 2006, 365 pp.

-Le Boulch, Jean. Consideraciones sobre el crecimiento y desarrollo del Feto, 2da. Edición, Editorial Pailos, España, 1997, 223 pp

-Decreto 42-2001 del Congreso de la República de Guatemala, articulo 15

-Constitución de la República de Guatemala, Artículo 44

-Bowlby, John, El Apego y la Pérdida, 2da ED., Editorial Paidós Ibérica, Barcelona. 1993, 528 pp.

-Rodríguez Quiroz, Gerardo, Tesis Beneficios de la Estimulación Temprana, La Paz Baja California, 2008, 134 pp

-Cabouli, José Luis, La Vida antes de Nacer, 2da. Ed., Editorial Continente, Buenos Aires, 2000, 256 pp

-Verny, Thomas, Weitraub, Pamela, Vínculo afectivo con el bebé que va a nacer, 1ra ed., Editorial Trilla, México, 1992, 262 pp

-Novelo, Geraldine, Introducción al crecimiento y Desarrollo del bebé, 2da. Ed., Editorial Trillas, México, 1990, 342 pp.

-“Análisis de la situación de embarazos en bebés y adolescentes en Guatemala 2011-2012”, Procurador de los derechos Humanos de Guatemala.

-Villatoro, Elba, Prácticas y creencias médicas en una comunidad indígena de Guatemala, Editorial Zantmaro, Guatemala, 1987, 64 pp

-Medina, Alejandro, La estimulación temprana, Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación, México, 2,002, 42 pp

-Sttopard, Miriam, El contacto con su bebé, sexta edición, Editorial Grupo Z, Londres, 2000, 352 pp.

-Rodríguez, Lilian; Vélez, Ximena, Manual Estimulación en el útero dirigido a gestantes, 1ra. Ed., Cuenca Prefectura 2008, 56 pp.

-Jordi, Salvador, La estimulación precoz en la educación especial, Ceac, Barcelona, 1989, 163 pp.

-Papalia, Diane; Wendkos, Sally y Duskin Feldman, Ruth, Psicología de la Salud, 9na.Ed., Editorial Mac Graw Hill, México, 2005, 352 pp

-Resstrepo, Francis y col., Pautas para el bebé desde la gestación, CEAC, Barcelona, 1993, 548 pp.

-Lundington, Susan, Como obtener un bebé más inteligente, 1ra Ed., editorial MEDICI, New York, 1987, 224 pp.

-Hammerlly, Marcelo Dr., Viva más y mejor, Tomo 2, ACES, Argentina, 1976, 217 pp.

-Valenzuela, Paches, La madre y su bebé, 7ma Ed., Delgadillo, Toledo España, 1996, 322 pp.

## E-GRAFÍAS

- [escuela.med.puc.cl/paginas/publicaciones/manualped/PsicolAdoles.html](http://escuela.med.puc.cl/paginas/publicaciones/manualped/PsicolAdoles.html).  
Psicología del adolescente. Mayo 2014
- [www.portalesmedicos.com/publicaciones/articulos/asociados al embarazo  
en la juventud](http://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articulos/asociados%20al%20embarazo%20en%20la%20juventud). Mayo 2014
- [es.wikipedia.org/wiki/](http://es.wikipedia.org/wiki/Estimulaci%C3%B3n_prenatal). Estimulación prenatal.
- [es.wikipedia.org/wiki/](http://es.wikipedia.org/wiki/Embarazo). Embarazo

# **ANEXOS**

## ANEXOS

### ANEXO No. 1



## Consentimiento informado

A través de la presente, certifico que deseo participar de manera voluntaria en la investigación:

### **“ESTIMULACIÓN PRENATAL EN GESTANTES ATENDIDAS EN EL CENTRO DE SALUD DE LA ZONA 18 DE LA CIUDAD CAPITAL DE GUATEMALA**

Esta investigación es llevada a cabo por Irma Leticia Porras y Marco Vinicio Zepeda estudiante de la carrera de Psicología, de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Además, he sido informada que las respuestas a la encuesta realizada son de carácter anónimo y confidencial, y que solo serán utilizadas con fines de esta investigación. Es de mi conocimiento que puedo dejar de participar en el presente estudio en el momento que lo desee.

---

Nombre y Apellido

Firma



## ANEXO No. 2

### Guía de Observación

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

CENTRO METROPOLITANO UNIVERSITARIO

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO DE INVESTIGACIÓN



	ASPECTOS A OBSERVAR	COSTANTE	ACEPTABLE	REGULAR	NO MUESTRA
1	Falta conocimiento de estimulación prenatal				
2	Interés por aprender				
2	Interés por participar				
3	Iniciativa				
4	Cooperación				
5	Humor y optimismo				
6	Falta de educación				

### ANEXO No. 3

#### Guía de Encuesta

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
CENTRO METROPOLITANO UNIVERSITARIO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN



Lea las siguientes preguntas y conteste con una X de acuerdo a su criterio.

Edad: \_\_\_\_\_ Ocupación: \_\_\_\_\_ Estado civil: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_

**1. ¿Qué piensa usted de su embarazo?**

- a) Una etapa más en mi vida.
- b) Un periodo importante de cambios orgánicos y físicos para formar un nuevo ser.
- c) El momento adecuado para darle a nuestro hijo las condiciones necesarias para su desarrollo.

**2. ¿Usted ha recibido apoyo de su familia o pareja?**

SI

NO

Si su respuesta fue: si, especifique: Su pareja

Su familia

**3. ¿Cree usted que la participación del padre en las terapias de estimulación intrauterina es fundamental para la madre y el bebé?**

Siempre      Casi siempre      Nunca.

**4. ¿Ha sentido curiosidad por conocer a cerca de la Estimulación Intrauterina?**

En gran medida      En poca medida      En nada



**11. ¿Por qué?**

- Conocería más
- Aclararía inquietudes
- Deseo estimular a mi hijo
- No contesta
- Necesita conocer sobre estimulación
- Para saber cómo actuar
- Se daría más amor y cariño al bebé.

**12. ¿Cómo se siente con la llegada de su hijo?**

Feliz

Triste

Preocupada

**13. ¿Qué beneficios tiene la estimulación intrauterina para su bebé antes de su nacimiento?**

Mejora la interacción de los padres con él bebé en formación.

Optimiza el desarrollo de los sentidos base para su aprendizaje.

Asegura la salud física y mental del bebé por nacer.

Desarrolla el vínculo afectivo bebé-padres-familia.

**14. ¿Cree usted que las demostraciones de afecto da a su hijo son parte de una estimulación prenatal?**

Al cantarle

Al hablarle

Escuchar música

Ninguna

Otras

Especifique \_\_\_\_\_

**15. ¿Cree usted que es importante las demostraciones de afecto a su hijo?**

- Desde el vientre materno
- Cuando nace y durante toda la vida
- Desde el vientre materno y durante toda la vida

**ANEXO No. 4**

**Guía de Entrevista**

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

**CENTRO METROPOLITANO UNIVERSITARIO**

**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**CENTRO DE INVESTIGACIÓN**



**Lea las siguientes preguntas y conteste con una X de acuerdo a su criterio.**

**Nombre** \_\_\_\_\_

**Edad:** \_\_\_\_ **Ocupación:** \_\_\_\_\_ **Estado civil:** \_\_\_\_ **Escolaridad:** \_\_\_\_\_

**Tiempo Gestacional**

**1 ¿Ha oído usted algo de estimulación temprana?**

**SI** \_\_\_\_\_

**NO** \_\_\_\_\_

**2 Si la respuesta es afirmativa ¿Qué es estimulación temprana?**

**3 ¿Le gustaría participar en el programa de estimulación prenatal dentro del Centro de Salud?**

Si la respuesta es afirmativa se pedirán datos para la inscripción

**ANEXO No. 5**

**Guía de Cuestionario**

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

**CENTRO METROPOLITANO UNIVERSITARIO**

**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**CENTRO DE INVESTIGACIÓN**



**Lea las siguientes preguntas y conteste con una X de acuerdo a su criterio.**

**Nombre** \_\_\_\_\_

**Edad:** \_\_\_\_ **Ocupación:** \_\_\_\_\_ **Estado civil:** \_\_\_\_ **Escolaridad:** \_\_\_\_\_

**Tiempo Gestacional**

**1 ¿Conoce Ud. de estimulación temprana?**

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

**2 ¿Ha participado alguna vez de una charla de estimulación temprana?**

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

**3 ¿conoce usted las ventajas que le ofrece a su bebé la estimulación temprana?**

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

**4 ¿Le gustaría participar en el programa de estimulación temprana?**

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

**5 ¿Actualmente como esta su situación laboral? Trabaja**

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

**6 ¿En general como es su situación económica?**

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

**7 ¿Sabe usted leer y escribir?**

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

**8 ¿A qué grado de escolaridad llego?**

**9 ¿Actualmente tiene algún problema de salud?**

**10 ¿Cuál es su problema?**

**11 ¿Ha padecido de alguna enfermedad venérea?**

**12 ¿consume o ha consumido alguna droga?**

**13 ¿Está usted consciente de los daños que le causa a su bebé por el consumo de esas drogas?**

**¡Gracias por su colaboración!**



## ANEXO No. 6 Planificación del Taller

Responsables: \_\_\_\_\_



### PLANIFICACIÓN DEL TALLER “ESTIMULACIÓN PRENATAL”

OBJETIVO	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
Informar y orientar a las gestantes de la muestra sobre la estimulación prenatal.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Actividad rompe hielo.</li><li>• Introducción al tema y presentación.</li><li>• Video. (como medio de apoyo audiovisual)</li><li>• Análisis de video.</li><li>• Participación del grupo.</li><li>• Cierre.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Humano.</li><li>• Hojas.</li><li>• Material audiovisual.</li><li>• Papel de colores.</li><li>• Globos, como decoración.</li><li>• Otros.</li></ul>	Reunión de 60 minutos. ( cuatro reuniones para abarcar el contenido )

#### Contenido teórico:

- Desarrollo del Bebé semana a semana
- Estimulación prenatal
- Beneficios de la estimulación prenatal
- Características de los bebés con Estimulación Prenatal
- Técnicas de Estimulación Prenatal



# ESTIMULACION PRENATAL

“Las cosas deseadas por la madre, a menudo quedan grabadas en el niño que la madre lleva en su seno, una voluntad, un supremo deseo,

Un temor o un dolor mental que la madre siente, tiene más poder sobre el niño que sobre ella” .

Leonardo Da Vinci.

**La época de espera de un bebé es el momento de mayor alegría para la madre y su pareja.**

**Es el acontecimiento más bello y sublime y un momento fundamental para hacer crecer los vínculos afectivos entre los padres y el bebé que está por nacer.**

**La estimulación prenatal es, por ello, el mejor comienzo que podemos ofrecer a nuestros hijos.**



Grupo de Profesionales en psicología

Irma Leticia Porras Perez  
Marco Vinicio Zepeda



## Estimulación Prenatal para los sentidos del bebe

En el segundo y tercer trimestre del embarazo las técnicas de estimulación prenatal se realizan directamente para trabajar las capacidades emocionales y sensoriales del feto, y se trabajaría la estimulación de los sentidos del bebé. A las 16 semanas de gestación, el feto ya puede percibir luces brillantes, con lo cual se puede comenzar la estimulación visual. Al cuarto mes ya están bien desarrollados los sentidos de tacto y gusto del bebé. Y, a partir del quinto mes, se comenzará con las técnicas auditivas

Lo recomendable es alternar los ejercicios. Trabajar un día algún ejercicio táctil y realizar un masaje, y otros días emplear técnicas auditivas o visuales; así se debería ir combinando según consideremos, sin perder de vista que “el estímulo más relevante es comunicarse con el bebé, hablarle y mandarle mensajes positivos sobre la espera. Asimismo, es crucial crear un clima adecuado, tranquilo, feliz y agradable en la familia”.

## Técnicas de Estimulación

### Técnicas visuales:

- Juegos con una linterna. Con la linterna encendida, acércala y aléjala de la tripa. También puedes hacer movimientos suaves para que el bebé pueda seguir la luz.
- Destaparse la barriguita unos segundos para tomar el sol.



### Técnicas auditivas:

- **Escuchar música** a un volumen adecuado ayuda a que el feto conecte con el mundo exterior, y a fomentar el aprendizaje y el desarrollo del intelecto. Dependiendo del tipo de música el bebé se comportará de una manera u otra.
- **Hablar con el bebé** varias veces al día, por ejemplo, por la mañana y por la noche, y un tiempo más dilatado después de comer. Esto estimularía los sentidos, además de desarrollar su inteligencia y trabajar el vínculo afectivo.



### Técnicas táctiles:

- Acaricia la barriga con las palmas de las manos.
- Toca la barriga con los dedos en distintas posiciones.
- Masajea la barriga con los nudillos mediante movimientos circulares.

### Técnicas motoras:

- Balancéate en una mecedora.
- Practica natación.
- Realiza bailes lentos y suaves.

**“NO HAY MANERA DE SER UNA MADRE PERFECTA PERO HAY UN MILLON DE VINVULOS MATERNOS”**

Es un instinto biológico que garantiza la supervivencia del bebe y establece la unión entre la madre y su hijo desde el útero materno. Una vez que nace, el vínculo materno es la clave para el futuro emocional y constituye un pilar fundamental en el crecimiento y desarrollo de todo ser humano.