LITORALPRESS

Fecha: 06-06-2025
Medio: El Día
Supl. : El Día
Tipo: Columnas de Opinión
Título: COLUMNAS DE OPINIÓN: Nacimiento y apego: el primer acto de protección de la salud mental

Pág. : 3
Cm2: 160,5
VPE: $ 245.011

Tiraje: 6.500
Lectoría: 19.500
Favorabilidad: No Definida

OPINIÓN

Nacimiento y apego: el primer acto de protección de la salud mental

Maricela Pino, directora Escuela de Obstetricia y Puericultura Universidad de Las Américas

Durante mayo se conmemoraron dos grandes fechas: la Semana de la Salud Materna Perinatal y la Semana Mundial del Parto Respetado. En los mamíferos, y especialmente en nuestra especie, este vínculo comienza en el momento del parto, pero se fortalece día a día a través de la respuesta sensible del adulto a las señales del recién nacido. El contacto, la cercanía y la atención constante, no solo ofrecen protección en una etapa de gran vulnerabilidad, sino que sustentan las bases para una salud mental sólida y relaciones futuras más sanas. El nacimiento representa mucho más que la llegada al mundo. Se trata de una transición fisiológica y emocional en donde la madre y el bebé reactivan mecanismos innatos de conexión que se habían creado en el útero. Durante el parto, se libera una combinación de hormonas —oxitocina, prolactina y endorfinas— que facilitan el reconocimiento mutuo y el inicio de un vínculo afectivo profundo. Este fenómeno, conocido como impronta, es esencial para que ambos cuerpos se sincronicen y comience una etapa de intimidad y cuidado que será decisiva para el desarrollo del niño o niña.

A diferencia de otros mamíferos, el ser humano nace con solo un 25% de su desarrollo cerebral. Esto implica que buena parte de su maduración debe continuar fuera del útero. Durante este tiempo, el cuerpo materno sigue siendo el entorno natural del recién nacido: a través de la lactancia, el calor, la mirada y la voz, el bebé continúa su progreso fisiológico y emocional, sostenido por el vínculo con su cuidadora principal. Lejos de ser un acto puramente nutritivo, la lactancia refuerza este lazo. Numerosos estudios han demostrado que un apego seguro, aquél donde el adulto responde con sensibilidad y coherencia a las necesidades del bebé, se asocia con mayor estabilidad emocional, autoestima, empatía y capacidad de autorregulación.