



## LA BIOENERGÉTICA, EL EMBARAZO Y EL NACIMIENTO

Se propone a la mujer embarazada, recorrer esta etapa tan importante, con herramientas que surgen principalmente de la Bioenergética pero también integrando otras disciplinas que favorezcan a la conexión con la fuerza que impulsa la vida y la evolución del ser humano.

Muchos estudios científicos reconocen que el niño intrauterino es un ser humano consciente, que reacciona, que puede oír, ver, experimentar, degustar y lo más importante, puede “sentir”. Como sabemos la principal influencia la recibe de su madre. Todo sentimiento profundo que ella haya experimentado, es transmitido al hijo por nacer. Al saber esto muchas mujeres suelen sentirse angustiadas por estar atravesando una crisis en la que, emocionalmente puedan afectar, en forma negativa a su bebé.



En realidad, si bien la influencia existe, deben saber que el embarazo puede ser un momento propicio para trabajar con uno mismo. Existe un mecanismo de supervivencia en la Naturaleza, donde la energía está puesta al cuidado del ser que está por nacer. Por eso hay muchas embarazadas que eligen aquellos alimentos que el organismo necesita para la formación de su hijo. También vivencian una mayor sensibilidad y percepción y hay un incremento en el cuidado físico: atención evitando golpes, necesidad de descanso para que la energía esté puesta en la formación del bebé y desde lo emocional, las ganas de conectarse con la alegría y el placer de que el bebé, ya en el estadio intrauterino, experimente estas hermosas sensaciones.

La Bioenergética te propone para este objetivo, un trabajo profundo, a través de ejercicios específicos, como lo mostramos en las fotos adjuntas.

**La dinámica es principalmente vivencial pero también de reflexión y autoconocimiento. Es fundamental abordar desde lo corporal, temas como:**

Cambios físicos y psíquicos  
enraizamiento  
miedos  
violencia

autoestima  
contacto amoroso  
comunicación con el bebé  
la mirada, etc..

En toda esta tarea maravillosa de acompañamiento a la embarazada y su bebé, prima por sobre todo, el respeto y el amor por la vida...

Marcela Duarte

[www.bioenergeticasalud.com.ar](http://www.bioenergeticasalud.com.ar)

