



General | | Actualitzat el 14/10/2020 a les 08:43

Per què després de parir tenim la sensació que el nostre cervell no carbura?

Parlem amb Susanna Carmona, neurocientífica que investiga el funcionament del cervell de les gestants per saber-ne les causes

[inicicentrareport] La falta de concentració, dispersió d'idees, obliis... són alguns dels fets que hi ha persones que noten des de l'embaràs. En reincorporar-te al mercat laboral, quan de vegades la criatura no té ni sis mesos, es torna a tenir aquesta mateixa sensació, i de vegades de manera més aguda.

Però, per què passa això? Per què després de parir tenim la sensació que el nostre cervell no carbura? Parlem amb Susanna Carmona, neurocientífica que investiga el funcionament del cervell de les gestants per saber-ne les causes.

[GotaVerdaPle] **En quina mesura l'embaràs modifica el cervell de les persones gestants?**

[GotaVerdaBuit] Al nostre estudi hem observat que el volum de substància grisa del cervell disminueix durant l'embaràs. Aquestes disminucions afecten regions implicades en la cognició social. També observàvem que com més canviava el cervell durant l'embaràs, millor era el vincle mare-criatura.

És important recalcar que menor volum no necessàriament implica pitjor funcionament. Altres processos vitals, com l'adolescència també comporten una reducció d'aquest volum.

[GotaVerdaPle] **Quant triga la nostra ment a recuperar-se?**

[GotaVerdaBuit] Ara com ara no se sap si el cervell torna a l'estat preembaràs. Els nostres estudis demostren que els canvis persisteixen, almenys, fins dos anys després del part. Actualment estem investigant si als 6 encara estan presents.

[GotaVerdaPle] **Per què hi ha persones que després de parir, quan es reincorporen a la feina, tenen la sensació que les seves neurones estan fregides? Què és el que passa realment?**

[GotaVerdaBuit] No hi ha un consens científic sobre les alteracions de les funcions cognitives després de l'embaràs/maternitat. És important tenir present diversos factors, a part dels canvis cerebrals induïts per l'embaràs, també es produeixen canvis ambientals, com menor taxa de son, major cansament o més preocupacions.

Gran part del cervell se centra ara a processar estímuls procedents del teu bebè, com que els nostres recursos mentals són limitats, dedicar espai al bebè, implica dedicar menys espai a altres coses.

[GotaVerdaPle] **Què és el que estimula l'aferrament al nostre cervell? Quines substàncies i hormones hi intervenen?**

[GotaVerdaBuit] L'aferrament bàsicament l'estimula el bebè, el contacte proper amb ell. Primer dintre del cos de la mare, després mitjançant el part i després fora amb el pell amb pell durant el



postpart. El contacte amb el bebè ens fa segregat hormones com l'oxitocina, que conjuntament amb altres hormones faciliten aquest vincle matern filial.

[GotaVerdaPle] Per què quan neix una criatura t'enamores directament d'ell/a? Què passa quan això no succeeix? Es pot estimular d'alguna manera?

[GotaVerdaBuit] L'enamorament del bebè sol produir-se al llarg de diverses etapes: embaràs, part i postpart. A cada una d'elles, estímuls ambientals o biològics induïts pel bebè, contribueixen al fet que ens enamorem.

[GotaNegraPle] Durant l'embaràs, per exemple, hormones procedents de la unitat fetoplacentària, conjuntament amb l'estimulació sensorial produïda pels moviments del bebè.

[GotaNegraPle] Durant el part, els nivells d'oxitocina, l'estimulació cervicovaginal, la mirada del bebè directa als ulls de la mare quan neix...

[GotaNegraPle] Durant el postpart la interacció amb el bebè, el contacte pell amb pell, la lactància, el collit.

En un món ideal totes les mares tindrien un embaràs, part i postpart idíl·lics que facilitessin el vincle i l'enamorament del bebè, i per tant la criança. Això no sempre és així. La bona notícia és que diversos factors en diferents moments poden contribuir a aquest enamorament. Així que si un falla es pot potenciar la resta.

[info] La Susanna Carmona és neurocientífica i investiga com canvia el cervell durant l'embaràs i la maternitat. Segueix-la a l'Instagram [neuro.maternal](#) [/info] [ficentrareport]