



Lo dice la ciencia: los hombres también tienen síntomas de embarazo

Expertos dicen que este fenómeno tiene causas hormonales, emocionales y hasta evolutivas.

En pueblos tan distintos y distantes como el wayú (la comunidad indígena de La Guajira) y la etnia polinesia de los maorís son los hombres y no sus mujeres los que se acuestan a gritar de dolor y a recibir las atenciones durante el embarazo. Se trata de algo sin duda criticado y hasta calificado de machismo extremo, en un mundo en el que la gestación femenina reclama la máxima consideración.

Sin embargo, en estas comunidades nadie lo cuestiona. De hecho, mientras ellas se dedican al trabajo en esta etapa, los señores son sujeto de cuidados especiales, reciben las visitas y la atención de vecinos, amigos y familiares.

El asunto es tan serio que algunos de estos varones llegan a experimentar dolores tan intensos que, de acuerdo con Rodrigo Córdoba, director del Departamento de Psiquiatría de la Universidad del Rosario, uno de cada cuatro hombres cuyas mujeres están en embarazo se ve obligado a solicitar tratamiento por este síntoma.

Pero los indígenas en mención no están solos. Se calcula que entre el 15 y el 65 por ciento de los hombres cuyas mujeres esperan un hijo presentan síntomas similares a los del embarazo. Y algunos de estos pueden hacerlos correr a los centros de urgencia.

Según la psiquiatra Olga Albornoz, se trata del síndrome de 'couvade', derivado de 'couver', que en francés traduce empollar o incubar, y que describe un cuadro masculino que agrupa síntomas similares a los que padecen las señoras durante su gestación y que van desde los más simples y comunes, como antojos, náuseas, irritabilidad y calambres, hasta sensaciones muy molestas y complicadas como mareos, aumento de peso, y dolores abdominales y de muela en grado variable.

Sandra Herrera, magíster en psicología clínica de la Universidad de Salamanca, manifiesta que si bien este síndrome se ha relacionado con asuntos meramente emocionales, investigaciones recientes han demostrado que la gran carga hormonal que producen las señoras durante la gestación emite señales químicas que pueden ser percibidas por receptores masculinos específicos que tienen sus compañeros.

Por supuesto, advierte Herrera, esto ocurre de manera imperceptible y condicionada por la cercanía y el tiempo que las parejas permanecen juntas. Y esto ha sido relacionado biológicamente como una adaptación para que, a través de estos síntomas, de alguna forma los hombres acompañen a sus mujeres y comprendan su situación sin generar rechazo.



Olga Albornoz comenta que al parecer los señores tienen una predisposición a generar cambios bioquímicos en sustancias como el cortisol y la prolactina, que al actuar terminan por inducir los síntomas. “Estas dos sustancias se movilizan frente a estímulos de tipo paternal mediados por las emociones”, agrega la psiquiatra.

En este punto, su colega Rodrigo Córdoba manifiesta que algunas corrientes de corte psicoanalítico han tratado de interpretar ese fenómeno como una “necesidad inconsciente del hombre de identificarse con la mujer embarazada” y que eso haría aflorar sentimientos de celos, temor a ser desplazado por el hijo, incertidumbres frente a la responsabilidad y miedos ante los cambios que entraña el nacimiento de un hijo.

Pero Córdoba reconoce que estudios más recientes sugieren que es el resultado del estrés vinculado con el proceso de paternidad, especialmente en hombres significativamente empáticos. En otras palabras, dice, “es la expresión corporal del estrés, algo así como una somatización”.

Lo cierto es que, al medir hormonas como la prolactina y el estrógeno, en los hombres que padecen el síndrome de ‘couvade’ se ha encontrado una elevación significativa en el primero y el último trimestres del embarazo de sus mujeres. Por el contrario, en ellos los niveles de testosterona y cortisol parecen disminuir en los mismos periodos, lo que está vinculado –según Córdoba– con la exhibición de comportamientos paternos, además de fatiga, cambios en el apetito y aumento visible de peso.

El tratamiento

Como el síndrome no está calificado como un trastorno mental ni físico específico, a pesar de haber sido bien tipificado y estudiado, lo que queda es manejar los síntomas de la misma forma que los manejan las madres, bajo la premisa de que son temporales y raramente graves.

Lo que no puede faltar cuando los síntomas son demasiado severos es darles a los padres la facilidad para expresar todas sus preocupaciones y canalizar su estrés mediante estrategias terapéuticas, de la mano de médicos especialistas.

La psicóloga Sandra Herrera insiste en que no sobra involucrar a los padres en las consultas de acompañamiento y en todos los cursos prenatales, para favorecer la comunicación con la pareja y el fortalecimiento de la confianza. “Existe evidencia de que los hombres presentan cambios cerebrales que les permiten vincularse de manera más cercana a su hijo, de la misma forma como ocurre con la madre, por lo cual la atención emocional debe siempre orientarse en pareja”, dice Herrera.



El nacimiento es la cura

Aunque todavía no se tiene un perfil definido que describa a los hombres más propensos a padecer este síndrome, sí se han identificado ciertas circunstancias relacionadas con el estrés que parecen hacer más proclives a padecerla a algunos señores. Se ha visto, indica Olga Albornoz, que en aquellos cuya pareja ha perdido a un bebé o han estado involucrados en tratamientos de fertilidad puede aumentar el riesgo de que el que 'couvade' aparezca.

Sin embargo, ni las características de la personalidad ni la depresión influyen para que los síntomas se hagan presentes. La buena noticia es que los especialistas citados coinciden en que los síntomas desaparecen espontáneamente con el nacimiento del hijo.

En resumen, el síndrome de 'couvade' existe, cualquier hombre puede padecerlo, por lo general no conlleva complicaciones y se elimina solo, después del parto. Pero esto no significa que, cuando se presente, no deba atenderse de la misma forma en que se atiende a las señoras.