

Tener un hijo nos mejora el cerebro. Entrevista a Katherine Ellison

Jugosa entrevista de la periodista de investigación **Katherine Ellison** en que afirma que **“tener un hijo nos mejora el cerebro”** no para que los lectores sin hijos se lancen irresponsablemente al oficio de la paternidad, sino para devolver a las familias, sobre todo a las madres, el prestigio social y neuronal que nos han negado.

Nunca me he sentido más incomprendida e infravalorada que cuando dejé mi trabajo en una empresa para criar unos años a mi hijo. El entorno asegura que **desperdicias tu talento**, pero el entorno se equivoca, y esa concepción cultural vigente de la [crianza robotizada](#) es la causa más importante del estado actual del mundo.

Menos mal que tenemos a los antropólogos, los neurocientíficos y el puro sentido común para demostrar que la crianza con apego es imprescindible para las crías humanas y además **cambia nuestro cerebro haciéndonos más competentes en el oficio de vivir** (incluyendo habilidades profesionales). La bioquímica se activa y nos inunda de hormonas que nos preparan para desarrollar una mayor agudeza, eficacia, resistencia, motivación y sociabilidad.

Por tanto, **tener un hijo es el mejor MBA del mundo** y debería contar doble en nuestro curriculum, tanto de hombres como de mujeres, si [lo crían de verdad](#) y no se limitan a bañarlo por la noche y leerle un cuento con calidad.

Esta es la entrevista a Katherine Ellison autora de [“La Inteligencia maternal”](#) en La Contra de la Vanguardia en abril del 2006:

¿Cuando nos quedamos embarazadas se nos reduce el cerebro?

Sí, y no recupera su tamaño hasta seis meses después del parto. Se dan cambios muy serios en el cerebro de una mujer que se convierte en madre, y también en el cerebro paterno.

¿Entonces es normal meter las llaves en la nevera y la leche en el cajón de los calcetines?

Las madres, me dijo el neurocientífico Allan Zinder son como Einstein que también perdía sus llaves porque su cerebro estaba ocupado en cosas de vital importancia.

¿Es irreversible?

La actividad neuronal que provoca la presencia de crías produce, en sentido literal, cambios estructurales en el cerebro: se obtiene un órgano más complejo y mejor capacitado para responder a un entorno cada vez más exigente.

¿Y cuáles son los cambios más espectaculares que sufre nuestro cerebro?

El cerebro cambia cuando la persona adopta un comportamiento nuevo, una lógica distinta o atraviesa un proceso de aprendizaje con un marcado componente emocional. A medida que el comportamiento se repite, el cambio en el cerebro se refuerza. Súmele a eso que durante el embarazo y la lactancia el cerebro se inunda por un mar de hormonas, sobre todo estrógenos y oxitocina.

¿Qué producen esas hormonas?

El estrógeno actúa como potenciador cerebral y la oxitocina reduce el estrés y potencia la memoria y el aprendizaje; es un regalo de la naturaleza.

¿Y qué pasa con los padres adoptivos?

También experimentan cambios profundos que tienen una base bioquímica. Existe una hormona, la prolactina, que se encuentra en dosis elevadas en padres y madres adoptivos y que reduce los miedos.

Se han hecho estudios que demuestran que una mujer recién parida tiene un grado de agresividad que vuelca en su pareja.

Así es, la mujer experimenta una caída en su percepción positiva de su pareja. La maternidad es un poderoso programa de afirmación personal en el que colabora todo el organismo. Pero hay algo muy interesante que ocurre con los hombres cuando son padres: baja su nivel de testosterona, su agresividad, y aumenta el de estrógenos.

... Hormona femenina por excelencia.

Los cerebros masculinos se transforman en la medida en que estén cerca de su pareja y sus hijos, y el resultado, aunque en menor medida que en el caso de las mujeres, es que se vuelven más inteligentes.

¿Qué entiende por inteligencia?

Una mayor agudeza, eficacia, resistencia, motivación y don de gentes.

¿Agudeza en qué sentido?

En todos los sentidos: se agudizan por ejemplo el olfato, el oído y el tacto. La capacidad de estar alerta se dispara, y eso es aplicable a cualquier circunstancia de la vida, pero hay que saberlo y hay que trabajarlo.

¿Esos cambios cerebrales llevan a una vejez más inteligente y más capaz?

Sí, la transformación es para toda la vida, por lo menos en el caso de las ratas.

¿Qué experimento le ha impactado más?

Hay dos neurocientíficos en Virginia, Craig Kinsley y Nelly Lambert, que sometiendo a monos y ratas a complejas pruebas de supervivencia y complicados laberintos, han demostrado como las madres solucionan mejor y con mayor rapidez sus problemas que sus congéneres.

¿La necesidad crea el órgano?

Algo así. Gracias a las imágenes cerebrales sabemos que al practicar una habilidad estamos redefiniendo la maquinaria cerebral. Las personas que practican juegos malabares -mi metáfora favorita para referirme a las ocupadísimas madres- incrementan sus neuronas, es decir, su materia gris.

¿La maternidad comprometida mejora el rendimiento profesional?

El comprometido y duro entrenamiento que supone la maternidad aporta a la mujer una gran capacidad para cumplir plazos, coordinar múltiples tareas, buscar salidas creativas a los problemas, encajar interrupciones frecuentes y permanecer impasible en plena crisis. Tener un hijo es una escuela.

... Y tener una madre es un tesoro para una empresa, por lo que veo.

Siempre que la madre ya tuviera facultades y que cuente con el apoyo de la empresa, las estadísticas dicen que son más fieles, gestionan mejor el tiempo y son capaces de mediar en los conflictos. He entrevistado a decenas de científicos y decenas y decenas de madres: las nuevas investigaciones prueban que tener hijos vuelve a las madres más eficaces en su relación con el mundo exterior.

Una madre con un niño de entre dos y tres años grita una orden cada noventa segundos. Eso hace que te sientas como un monstruo.

Permítame que le ofrezca un consuelo: se puede tener menos estrés pensando que ese trance es una oportunidad de aprender habilidades que le serán muy útiles en su vida social y laboral.

En su caso, ¿cuál ha sido el aprendizaje más útil?

A los 5 años, en un comercio, mi hijo Joey se lanzó al suelo y empezó a gritar y patear porque quería golosinas. Estábamos haciendo cola, dejé pasar a la gente. Me senté a su lado en el suelo y le dije: “Tengo todo el tiempo del mundo, voy a esperar que termines tu berrinche y luego continuamos”.

La felicitó.

Fue la primera vez que lo hice en mi vida, y funcionó: antes era muy nerviosa y gestionaba mal los conflictos. Esa capacidad de darme y darle al otro mi tiempo antes de reaccionar la aplico ahora en todos los conflictos.