

**TRABAJO TEÓRICO FINAL PARA EL CURSO DE ASESORAS
AMAMANTA 2017**

Soy mamá de una niña de 2 años y tres meses y desde que ella tenía un mes he ido al taller de lactancia de Mislata. Al principio necesitaba ayuda, mucha ayuda, y desde el primer día que fui al taller salí de allí con esperanza. Por varios meses después iba al taller con listas escritas en papelitos para que no se me olvidara preguntar nada, porque yo no era mucho de whatsapp y no me atrevía. Nunca pensé que yo estaría en la posición de ayudar a otra, pero ahora me siento “del otro lado” y veo llegar a las mamás recién nacidas y las reconozco, se me encoge el corazón igual que si estuviera contemplando un bebé.

En este tiempo me he dado cuenta que algunas mamás fluyen con todos los consejos y florecen inmediatamente, otras dudan de los consejos que no son de profesionales sanitarios y no creen hasta que no ven. Me identifico mucho con las incrédulas, con las que piden ayuda pero no saben a quien creer, si a las madres del taller o lo que le dijo el profesional sanitario aunque pareciera una barbaridad, con las de los bebés de bajo peso que el pediatra les puso el miedo en el cuerpo de lo que le pueda ocurrir si no gana, si no le da aporte, y una larga lista de etcéteras. Me identifico especialmente con las mamás de bebés de bajo peso, que “no ganan”, porque así fueron mis comienzos en la lactancia. En el taller, en cuanto a repartir quien ayuda a quien, esas “me tocan a mí”. Así conocí a esta mami que me ha enseñado, sin ella saberlo, tanto sobre mi misma.

La conocí por primera vez en el taller de lactancia. Su historia inicial era muy similar a la mía y, aunque ya había ido otra mamá del taller a verla al hospital, fui a verla a su casa cuando informó que tenía que darle aporte a la niña y en esa área tengo mucha experiencia. Fui a verla para explicarle las diferentes técnicas para dar aporte respetuosas con la lactancia. En ese momento la niña tenía aproximadamente dos semanas.

Mi objetivo era ayudarla, no sólo teóricamente con información, sino también por mi experiencia vivida aparentemente muy similar a la suya. En el momento que fui a verla no había comenzado el curso de asesoras e iba como mamá, simplemente a compartir mi experiencia y ofrecer información “técnica” sobre las diferentes maneras de dar aporte. En esos momentos iniciales difíciles, quería servir de ejemplo de que ese problema se puede superar. Que los relactadores, jeringuillas y sondas son herramientas muy útiles y que podía tener la tranquilidad de que su hija se alimentaba en lo que ganaba confianza. Esta mamá tiene la situación particular de que tiene varias operaciones de seno (al menos 5 en cada seno) y prótesis. Al parecer las prótesis no fueron colocadas considerando la posibilidad de una lactancia en un futuro. Cuando hay madres que dudan si producen suficiente leche, esta madre tenía una verdadera razón para dudar. En adición, desde un principio comentó que ya algún profesional le había dicho que no podría dar el pecho.

Para una madre agobiada cada minuto es eterno y el sufrimiento es grande y real con la duda de si su bebé se está alimentando. También, si hay dolor en el enganche, añadir el sufrimiento físico además del emocional. En el caso de la lactancia para mí la mejor ayuda es aquella que es inmediata y por eso fui a verla a su casa el mismo día que la conocí en el taller. La incertidumbre de si su bebé se está alimentando es para mí lo primero que tengo que atender cuando ayudo a una mamá. Siempre, en el momento de la conversación que le aclaro que su bebé va a comer, ya sea de su leche o de fórmula y que no se tiene que preocupar por eso, se relajan y ya lo ven más viable. Muchas veces creen que intentar pasar a una LME y no usar biberones conlleva que el bebé va a sufrir y pasar hambre. Normalmente, una vez entienden esto, están más tranquilas para escuchar acerca de las técnicas respetuosas de dar aporte. Pero esta madre, desde este primer encuentro parecía que hacía oídos sordos a todo lo que le decía. Mientras yo trataba de explicarle el modo de usar el relactador y la técnica de dedo-jeringa, ella cuestionaba todo. En varios momentos pensé que verdaderamente no tenía interés en escucharme, pero yo insistía en darle información porque pensaba que para eso estaba allí.

Más adelante, las veces que la ví en el taller siempre le insistía que confiara en ella misma, que estaba perdiéndose el disfrute de la lactancia por su incredulidad de que pudiera amamantar a su hija. En algunos intercambios en el taller inclusive después me sentía mal porque pensaba que yo y otras mamás habíamos sido muy fuertes. Tenía la sensación de haber perdido la paciencia porque la mamá seguía en el mismo bucle y parecía que ella misma no quería salir. Pronto empecé a sentir que no podía ayudarla y que todo había sido un fracaso. No solo seguía dudando ella pero también se habían dado esas dinámicas de “confrontación” en el taller tratando de que ella misma se viera y escuchara. Siempre insistía en que no podía, pero sin embargo allí estaba y continuaba con su lactancia.

No fue hasta la charla de María José Lerma en el curso de asesoras que empecé a entender parte de la razón de mi dificultad con esta madre. En la charla María José Lerma decía que hay que conocerse una para poder ayudar. Antes de la charla yo hubiera dicho que me conocía perfectamente porque soy bastante introspectiva y por varios procesos personales le he dedicado mucho tiempo a eso de conocerme. Pero en la charla hizo un ejercicio donde pregunto cual es el estereotipo de mujer que más nos disgusta y ahí me dí cuenta que esta madre representa el estereotipo que más me disgusta a mi. Me resulta curioso que muchas veces pienso en madres a las que he ayudado y me siento satisfecha, pero en el caso de esta madre a quien considero que no pude ayudar, creo que ella me ha ayudado a mi a descubrir algo muy importante de mi y que de seguro cambiará la manera en que ayude a otras madres.

Algo que me gusta de los talleres y la lactancia es que son un gran equalizador. Allí no importan títulos, preparación, profesión, somos todas simplemente madres que quieren lactar a sus bebés y en eso somos todas iguales. La mayoría del tiempo los intercambios con las madres del taller no requieren mayor roce y no hace falta conocer más allá del hecho que es una madre con su hijo y que estamos de acuerdo en ayudarnos todas en la lactancia. Pero me dí cuenta que, si hay un problema que no se ha resuelto fácilmente, ahí puedes entrar en un roce que te lleve a conocer o tener que lidiar más con una persona que su personalidad y manera de hacer las cosas puede que no te guste. Para

mi, en un principio, esta madre y yo éramos iguales. Ella tenía el mismo problema que yo tuve y en eso me sentía identificada con ella. Pero al no resolverse el problema como yo esperaba, en ese proceso de seguir tratando de ayudarla me dí cuenta de las muchas diferencias entre nosotras y lo mucho que me chocaba su manera de hacer las cosas. Me chocaba que pasaban los meses y ella continuaba con sus dudas e incredulidad, pero también continuaba con su lactancia a su modo.

En esos meses su cuestionamiento la llevó a ver varios especialistas, entre ellos la Unidad de Lactancia del Peset y varios pediatras. Nos dijo que en la Unidad de Lactancia le dijeron que “con esas tetas ella no iba a poder dar de mamar o por lo menos tenía que complementar con fórmula” y una pediatra que lleva un taller de lactancia en el Nou d’Octubre le recomendó añadirle cereales a uno de los biberones para añadir calorías. Lo más que me impresionó es que con su hija ya de cinco meses se le ocurrió hacer un experimento, en teoría perfecto, pero que tampoco le sirvió para convencerse de que podía alimentar a su hija sin aporte. Con otra madre del taller que tiene una niña que nació el mismo día que la suya, acordaron intercambiar bebés y cada una amamantar a la de la otra para probar varias cosas. Primero, que si ella le daba de mamar a la otra bebé, probar si esta se saciaba y se tardaba el mismo tiempo en volver a pedir. Segundo, que la otra madre le diera de mamar a su bebé y comprobar si su bebé mamaba bien. En ambos casos todo fue bien, la bebé de la otra mamá se sació y volvió a pedir en el tiempo “habitual” promedio y la otra mamá reportó que su niña mamaba bien. También compararon que ambas niñas pesaban y median lo mismo, y no había ninguna duda de que la bebé de la otra madre estaba bien y crecía con normalidad. Este experimento lo contó muy contenta de los resultados pero aún así dijo que ella continuaba con el aporte y añadiéndole cereales a uno de los bibes del día.

En el momento que me dí cuenta que aunque estaba tratando de ayudarla, nuestros intercambios no la adelantaban en su proceso, dí un paso atrás y trataba de mantenerme al margen, siempre observando por si acaso surgía algo nuevo en lo que creía que la pudiera ayudar y también por preocupación por ella. Por una temporada simplemente le decía que confiara en su cuerpo

porque la duda le estaba robando el disfrute de la lactancia y el tiempo pasa muy rápido. Eso es algo que aprendí de mi lactancia y una pena que siento, que perdí tiempo dudando y de repente cumplió seis meses y apenas había internalizado que verdaderamente mi cuerpo es capaz de alimentar a mi bebé.

En este proceso ha habido momentos en los que he sentido vergüenza por no poder ayudarla pero ahora me doy cuenta que ahí está la enseñanza tan valiosa que esta madre me ha aportado a mi. Me doy cuenta que la lactancia “a su modo” es exactamente lo que ella quería. Ella lo llevó en todo momento según sus circunstancias y modo de ser y era yo la que lo veía como un trabajo a medias y un fracaso mío en no poder ayudarla. Para mi ayudarla era obtener un resultado específico, el que yo quería y tenía programado, el que me hacía a mi sentir bien, que mi ayuda dio fruto. Ahora veo que desde el primer encuentro lo que más necesitaba era simplemente que la escucharan, por muy raro que me pareciera a mi su manera de proceder.

Me doy cuenta que tengo mucho que aprender en la labor de acompañar. Tengo que practicar mucho para contener el impulso de hacer, arreglar, aconsejar hasta el más mínimo detalle. Cuando uno tiene muchos deseos de ayudar, de devolver un poco de la ayuda que ha recibido, cuando tienes la certeza de que la mayoría de las mamás pueden lograr una lactancia materna exclusiva, es difícil contener el entusiasmo y darle mil vueltas a la ayuda para conseguir lo que se supone que es un éxito. Cuando veo a esta madre ahora me río de mi misma y de mi insistencia en ayudarla. Es verdad que la explicación de cómo usar el relactador o dedo-jeringa le pudo ayudar en algo, pero fuera de eso ella no necesitaba más ayuda, solo caminar su camino.