



TRABAJO FINAL

VII CURSO DE ASESORAS DE LACTANCIA MATERNA.

AMAMANTA 2017

Acompañamiento a Amaya, mamá de Adelina

AMPARO HERAS PORTALÉS

1.- INTRODUCCIÓN.....	1
2.- OBJETIVOS.....	2
3.- METODOLOGIA.....	3
4.- RESULTADOS.....	4
5.- DISCUSIÓN.....	7
6.- CONCLUSIONES.....	8
7.- BIBLIOGRAFIA.....	10

1.- INTRODUCCIÓN

Llevaba desde el inicio del curso buscando una mamá para acompañarle en el viaje de la lactancia. A falta de dos semanas de entregar el borrador conocí a Amaya en el taller de la Unidad de Lactancia del Peset. Estaba embarazada de casi 38 semanas, y nos contó que iba a monitoreos dos días después. Yo expliqué en el taller que estaba haciendo el curso de asesora de lactancia y buscaba una mamá para poder acompañar. En un principio no vi, ni aprecié interés por parte de ninguna mamá que acababa de dar a luz, así como tampoco de Amaya.

En ese momento vi en Amaya que transmitía la imagen de una mujer empoderada, con mucha seguridad en sí misma. Ella reconocía que no se había informado nada sobre la lactancia materna, pero que estaba dispuesta a llevarla a cabo.

Desde el taller le dijimos que en las primeras horas del nacimiento era muy importante que el bebé tuviera un buen agarre para evitar futuras grietas, le explicamos por encima como tenía que colocárselo al bebé, pero que leyera en profundidad en la medida de lo posible sobre la técnica. Y sobre todo, que si tenía dificultades, acudiese al taller que más le interesara; y además me ofrecí yo como madrina para encontrar un apoyo más personal. Salí desilusionada porque ese día no me escogió como madrina. También entiendo que esta figura en un primer momento impacte, y más aún si no se está familiarizada con la asociación y con el funcionamiento de los talleres y sus recursos hacia la lactancia, entre los que se encuentra la labor de amadrinamiento.

No supe más de Amaya hasta la semana siguiente que volví al mismo lugar. Había dado a luz una preciosísima nena. Nació el 3 de Noviembre y pesó al nacer 2.370Kg, se llama Adelina. Amaya nos contó que fue ingresada el día anterior porque iban a inducirle el parto por bajo peso del bebé. La ginecóloga lo decidió el día de antes al estar en la semana 38+4. Adelina nació de parto vaginal sobre

las 17h aproximadamente totalmente sana, y perdió alrededor de 50 gr al salir del hospital.

En el taller del Peset establecimos Amaya y yo esta alianza de ayuda a la lactancia materna que dura hasta la actualidad.

La niña tenía 4 días, y Amaya estaba preocupada por su peso. Le habían dado suplemento que se lo administraba cada 2 horas después de mamar a través de una sondita. También tenía los pezones irritados y con grietas. Intentamos en el taller ayudarla a colocársela bien, porque era obvio en ese momento que las grietas se debían por una mala posición.

Enseguida me di cuenta que este acompañamiento iba a ser todo un reto personal. Hoy en día, después de 2 meses está siendo un camino difícil para Amaya y de aprendizaje arduo para mí, porque empatizo y me preocupo por ella. No puedo evitar sentirme un poco responsable cuando no ha podido ser capaz de disfrutar al cien por cien de la lactancia.

2.- OBJETIVOS

Desde que tengo a mi hijo Jorge, y opté por el pecho, he ido pasando por distintas fases a la hora de apoyar y defender la lactancia materna en otras mujeres. Me he puesto tanto en el extremo de defenderla a ultranza, como a la vez en determinadas épocas he sido mucho más flexible con otras elecciones y he llegado a entender por qué otras mujeres eligen una alimentación alternativa.

He acompañado a amigas que también optaron y optan por la lactancia materna, pero mi influencia en ellas no ha sido porque les haya convencido de ello, sino más bien, por mi ejemplo de normalidad, de mi día a día dando el pecho a Jorge; lo que he hecho es que lo vean un acto cotidiano y natural.

Soy consciente del beneficio que significa la lactancia materna para el ser humano, y mi propósito en este acompañamiento es ayudar a Amaya a que **disfrute** de este don que tenemos las mujeres porque es el mejor regalo que le puede ofrecer a su hija.

Otra meta muy importante para mí es crear **vínculo** con Amaya mientras dure el amadrinamiento. En esta etapa de la maternidad donde se vive la lactancia, la crianza y la propia existencia tan intensamente, me gustaría que ella depositara en mí plena confianza y yo pudiera estar a su lado atendiéndola y acompañándola, para que pueda vivir la lactancia lo más feliz y tranquilamente posible.

Estos son los objetivos de mi acompañamiento, pero tengo que reconocer que me estoy centrando con ella sobre todo en resolver día a día todas las dificultades que le van surgiendo y comparto conmigo. Forma todo parte del proceso que quiero transmitir, aunque reconozco que mis expectativas no se acercan a la realidad.

3.- METODOLOGIA

Básicamente mi ayuda ha sido a través del móvil tanto llamadas y audios, como whatsapps. Dos veces he coincidido con Amaya en el taller, y una vez no hace mucho quedé en una cafetería para charlar sobre su lactancia y maternidad relajadamente.

La idea de acompañamiento que esperaba es muy distinta a la que he tenido y tengo. Me hubiera gustado tener una relación más estrecha, poder ir a verla las veces necesarias, ayudarle presencialmente, no solo vía telefónica. Y aunque cada lactancia es única y cada acompañamiento también, (no hay que menospreciar ninguna por el valor que tiene), la sensación agri dulce de no estar presente física

y mentalmente ha ido mermando poco a poco mi confianza en esta ayuda, a pesar de que Amaya la necesite.

4. - RESULTADOS

El primer día que la vi después de nacer Adelina fue en el taller del Peset, y tenía los pechos muy irritados y con grietas en ambos. Nos centramos en la postura básicamente, y le recomendé su propia leche, aceite de oliva, pechos al aire, y sobre todo, le enseñamos como colocarse a Adelina adecuadamente.

La intención que tenía en un principio Amaya era sacarse su leche y dárselo como suplemento por la cánula. Yo le dije que máximo 10 min por cada pecho y que era peligroso estimular porque produciría más de lo que Adelina quizás necesitara formando una cadena de sobre estimulación, sobreproducción y posterior vacío que era innecesario y peligroso tal y como tenía los pechos ya. Al final, dejó de intentar sacarse leche a través del sacaleches eléctrico porque afirmaba que no le salía apenas y compró leche de fórmula para dárselo como suplemento. Para ella era fundamental que Adelina tomara el suplemento por su bajo peso. Creía que era lo que le iba a hacer ganar peso a Adelina. Confiaba en su capacidad de alimentar pero se sentía más segura dándole además leche de fórmula. La entendí perfectamente porque yo no he dado suplemento nunca, pero durante mucho tiempo en los primeros meses de vida de Jorge dudaba de mi capacidad de alimentar, y eso que iba engordando. Me parecía que la lactancia era mágica.

Durante los días posteriores íbamos whatsappeando e intentaba darle posible soluciones con respecto a las grietas que tenía. Me comentaron compañeras del taller que los parches Mepitel eran mano de santo y se lo dije. Como con aceite de oliva y los demás métodos naturales no le habían funcionado pues fue a comprarlo. No tenían y acabó poniéndose Purelan, afirmando que sí que notaba mejoría. A partir de ese día yo seguía pensando que tenía grietas pero no volvió a

mencionarlo como problema porque nos centramos en otros que vinieron más adelante.

Días después le volví a mandar un mensaje preguntándole como estaba y me contestó que Adelina había aumentado 100 gr en dos días y estaba súper contenta. La pediatra le dijo que alternara el suplemento cada 2 tomas.

A la semana siguiente me mandó audios contándome que le habían salido perlas en los pezones y le habían recetado desde la Unidad de Lactancia del Peset donde iba ella al taller que se pusiera Bactroban para la obstrucción, le iban a llevar el seguimiento desde allí. Le aconsejaron otras posturas para succionar mejor esa zona, y que la toma fuera cada 2 horas de ambos pechos y luego que se vaciara con el sacaleches.

Ese día la llamé por teléfono y la noté muy desanimada, estaba cansada de tanta lucha por la lactancia, todo lo que sentía eran problemas y se sentía culpable porque creía que esa decisión no ayudaba a Adelina. No me dijo en ningún momento que fuera a abandonar, no sé si por temor a que no le entendiera o porque a pesar de todas las dificultades ella quería seguir. Yo le escuché, le dije que le apoyaría en cualquier decisión que tomara, pero que se sentía así por las grietas y perlas, y todo esto no le permitía disfrutar de la lactancia materna. Mi percepción era muy distinta a la de ella; la veía valiente y con mucha fortaleza por no tirar la toalla después de casi 3 semanas con toda clase de problemas, estaba convencida que quedaba muy poquito para que viviera la lactancia de forma plena.

Íbamos comunicándonos vía mensaje los días posteriores, me decía que las perlas no se iban ni con el antibiótico Bactroban. Hacía todas las recomendaciones que le decían, pero nada. Ella estaba más animada porque Adelina iba aumentando de peso muy bien. De hecho, la pediatra estaba a punto de quitarle el suplemento.

Las perlas no se le iban, le escocían y le dolían, le hicieron cultivo y tenía infección bacteriana. Le dieron un antibiótico Amoxicilina con Clavulánico que se tenía que tomar 10 días y un probiotico que se llamaba Arkolevura. Pasaron los días y nada, todo igual. Yo le comenté que hablaría con Reme del taller de San Marcelino, y llegamos a la conclusión de que efectivamente el antibiótico no era el adecuado, que a lo mejor sus conductos eran más finos y se obstruían con mayor facilidad porque la composición de su leche era más grasa. Que se tomara para el dolor un antiinflamatorio como el ibuprofeno y que lo comentara en la Unidad de Lactancia, porque lo más seguro sería que no era el tratamiento adecuado. Al final no le cambiaron el antibiótico y me asombré, pensaba que no era la medida adecuada, pero respeté profundamente esa decisión médica y no le dije nada. Cuando terminó el tratamiento le dieron otro antibiótico que tampoco le quitó el escozor y dolor.

En algunas conversaciones con Amaya comentamos la posibilidad de que las grietas, e incluso la forma de agarrarse de Adelina podría ser por su frenillo, pero en la unidad de lactancia lo estaban valorando y querían darle más tiempo para ver si poco a poco, iba adquiriendo destreza y pudiera corregirse sin cirugía porque era el tipo de frenillo que no se ve. Al final, 2 semanas después decidieron cortar el frenillo y le pautaron ejercicios muy importantes para que la nena moviera mejor la lengua y succionara con mayor eficacia.

En la visita del mes al pediatra Adelina seguía aumentando de peso y continuaba con el suplemento. Ahora las tomas estaban más espaciadas, cada 3 tomas le daba. Pero hablando con ella posteriormente tenía claro que le quedaba poco para suprimir el suplemento porque veía a la nena crecer muy bien.

Fueron pasando los días y cada vez me comunicaba con menos frecuencia. Ella me transmitía que se encontraba más acoplada y se sentía más organizada con su

vida. Seguía teniendo perlas, se le iban algunas y le venían otras. Seguía haciendo los ejercicios de lengua por el frenillo y, aunque se seguía sintiendo molesta, sabía que el proceso para que succionara correctamente Adelina tardaría 1 mes o mes y medio. Me comentó que estaba preocupada porque a la nena se le formaba un callo en los labios al succionar. Lo comentó en la Unidad de Lactancia y le dijeron que no se preocupara que Adelina no sufría por ello, y que con el tiempo dejaría de tener callo.

Hoy en día seguimos comunicándonos, parece que está mejor, sigue teniendo perlas, pero no me da entender que sean un hándicap. En la Unidad de Lactancia le comentaron que le iban a dar el alta. Siento que poco puedo hacer yo por ella, pero continúo interesándome por su estado y le transmito los conocimientos que tengo como madre, que pueden ayudarle a superar las dificultades asociadas a la crianza.

5. - DISCUSIÓN

Como he comentado en varias líneas de este trabajo, mi ideal de acompañamiento no es el que he vivido con Amaya. Ella ha sido muy generosa porque me ha sabido expresar y comunicarme todo lo que le pasaba, pero a mí me hubiera gustado haberme acercado aún más de forma emocional. He intentado respetar al máximo en nuestra relación el espacio y confianza que me ofrecía, pero no he podido conseguir la conexión que me hubiera gustado tener.

La mamá ha tenido muchos problemas en el inicio de la lactancia, ha luchado y está luchando por afianzarla y mantenerla, y aunque no me ha comentado nunca su intención de abandonarla, estoy convencida de que sí ha dudado si valía la pena continuar o no. Y reconozco que quizás lo que más me duele es que no he podido conseguir su confianza plena en mí. Por ello, puedo decir que la lactancia materna sí que está presente, pero mi labor de madrina desde un punto de vista personal

ha sido un pequeño fracaso. He sentido que mi ayuda sobraba porque estaba el taller del Peset y estaba la Unidad de Lactancia, y por momentos sentía dentro de mí como si tuviera que demostrar que estaba al nivel. De este sentimiento Amaya por supuesto no es responsable ni consciente. Ante todo me focalizaba en su maternidad y lactancia, lo que pudiera yo estar sintiendo no creo que ayudara a su lactancia (o sí).

A pesar de las grietas, perlas y el dolor que ha tenido en su lactancia, a Amaya se le ve con confianza y positividad; es una persona luchadora y con empuje. Pero también sé que en su interior sufre por no poder disfrutarla como todas queremos. Es cuestión de tiempo para conseguirlo.

6.- CONCLUSIONES

Llevo alrededor de 5 años en Amamanta, más o menos los años de mi hijo Jorge, y nunca tuve madrina, pero siempre recordaré la primera vez que fui al taller Jorge tenía 6 días, estaba bastante repleto de mami, pero cuando llegó mi momento, me sentí **escuchada**, y sobre todo me sentí **atendida**. Recuerdo que respecto a la lactancia materna, gracias a todo lo que me preparé previamente, el agarre me resultó bastante exitoso. Pero las pequeñas dudas que tuviera, junto con mi imagen corporal de absoluta dejadez demostraban que necesitaba ayuda. Aún recuerdo con total precisión como Ana Vicente en un momento dado se acercó a mí, y con sus **palabras** y su **tiempo** me regaló en ese momento la **vida**. Por eso, pienso que ser madrina para una mamá recién parida puede ser con seguridad el mejor regalo que pueda recibir. Es una pena que en ocasiones esta función se vea en un primer momento incluso con desconfianza, o con extrañeza. No estamos acostumbrados a la generosidad gratuita, pero poco a poco gracias a la red que estamos formando no seremos invisibles.

Mi experiencia actual como madrina después de 5 años, aparece en mi mente como una regresión de todo lo vivido con mi hijo desde el nacimiento, a pesar de no tener una lactancia similar. Amaya con su fortaleza y valentía, me enseña a que hay muchas maneras de afrontar la lactancia, y a la vez, que las emociones y sentimientos son los mismos en todas las mamás.

Como dice Puri de la Unidad de Lactancia del Peset, la lactancia materna es muy **frágil**, y más en esta época donde existen alternativas. A nivel emocional el puerperio es tan intenso que pone a prueba en ocasiones el modo de llevar la alimentación y crianza del bebé.

En mi experiencia con mi amadrinada llego a la conclusión de que no era mi mejor momento vital para poder afrontar junto con ella su lactancia. Debido a mis circunstancias personales, no he podido estar al cien por cien en el acompañamiento. He intentado todo lo posible estar a su lado en este proceso, pero tengo muchas circunstancias en mi vida que no me ha dejado centrarme adecuadamente.

En toda esta vivencia personal me he visto inmersa en querer demostrar mis conocimientos. Aunque he intentando estar lo más presente que podía, siento haberlo hecho de forma incorrecta. Creo que un asesor/a no debe crearse expectativas ni hacer de la lactancia de otra mamá su triunfo o no, sino simplemente permanecer, atender y sostener a la mamá para que pueda sentirse lo más cómoda posible en esta gran hazaña que es la lactancia.

A modo de reflexión final quiero decir que para acompañar a una mamá recién parida no hay que tener conocimientos sobre la lactancia materna únicamente. Yo creo que lo más importante es que la mamá sienta que no está sola, que existe otra persona que la escucha y la entiende y que le trasmite toda la fuerza del mundo para poder sobrellevar los momentos más críticos.

7.- BIBLIOGRAFIA

"Manual de Lactancia Materna", Asociación Española de Pediatría, 2008.

González, C. (2009). *Comer, Amar y Mamar, Guía de Crianza Natural*", Temas de hoy,

González, C. (2006). *Un regalo para toda la vida. Guía de la lactancia materna.*

Gutman, L. (2003). *La maternidad y el encuentro con la propia sombra.* Nuevo Extremo.

Paricio, J.M. (2013). *Tú eres la mejor madre del mundo*", B.S.A.

También he consultado estos PowerPoint del Curso de Asesoras de Lactancia:

-El acompañamiento desde el taller de Lactancia. Carmen María Pons

-Lactancia materna. Maite Uchaín. Enfermera C.S. Moncada.

-Técnicas de comunicación. Amparo Fraile. Matrona C.S. Moncada.