

INFORMANTE: CONSUELO FECHA DE REALIZACIÓN: 27 /5/ 2011

Pues si, estoy de acuerdo.

Edad: 40 años

Nivel de estudios: Diplomada Universitaria

Ocupación. Soy documentalista bibliotecaria

Miembros unidad familiar: mi marido y mi hijo de dos años

Mi hijo todavía toma pecho

Pues al principio fue muy dura y complicada porque el niño nació cuando yo estaba de 35 semanas de embarazo y tuvo una complicación respiratoria, tuvo un neumotórax, y estuvo ingresado en la UVI, luego se le complicó con una infección. En neonatos no comía porque lo alimentaban con nutrición parenteral, y además yo no tenía mucha información porque ese mes yo me había empezado a leer el libro de Carlos González. Tenía pensado dedicar el último mes de embarazo a leer, pero no me dio tiempo, vino todo muy deprisa. No tenía la información para defenderme, aunque suene brusco, de las agresiones, ahora lo veo así, hacia la lactancia materna, y hacia favorecer que mi hijo recibiera lactancia materna. Además fue un parto muy duro, porque me tuvieron que hacer después un legrado en quirófano, con transfusiones..., no salía la placenta y se complicó todo mucho. En el Hospital no me dieron mucha información, era verano, pilló cambio de turno, llegaron las nuevas y había mucha descoordinación. Biberones de leche materna le di todos los que pude, pero fueron muchos días de ingreso, y yo estaba muy débil, además yo soy hipotiroidea. Conseguí salir adelante con mucha constancia, todavía me emociono cuando lo recuerdo (lágrimas). Llamé a xxx, pero no conseguí contactar con nadie, y como leí que en la web que en verano no había reuniones, pues entendí que no estaban y deje de llamar. Luego llamé al teléfono de la unidad de lactancia de la Arrixaca allí contacté con XXX la enfermera, que ahora somos muy amigas, pero ella me dejo que en prematuros no entraban, que allí eran otras las prioridades. Entonces perdí prácticamente la leche, pero durante todo el verano, y a escondidas porque mi madre estaba en contra, y aunque el niño estaba muy pequeñito y no quería nada más que biberones, con el libro de Carlos González y la ayuda de Emilio un pediatra de San Javier, conseguí a principios de septiembre darle lactancia exclusiva a mi hijo. Como no había tenido subida de leche, pues tenía muchas dudas sobre mi producción de leche, de hecho

tenía una hipogalactia que conseguí revertir. Me fui a la reunión dexxx, y allí por primera vez encontré gente como yo, a favor de la lactancia que no me ponía “peros”. La gente está a favor de la lactancia materna, pero siempre me ponían “peros”..., pero el niño es muy pequeño, pero eres obesa, pero eres hipotiroidea... Cuando salí del hospital sólo tenía leche para dos biberones de sesenta, pero todo el mundo me decía lo importante que era que le diera lactancia materna porque mi hijo había estado muy grave, pero no me daban información, entonces en la reunión salí saliéndome leche de los pechos sin que mi hijo estuviera mamando. Fue una subida de oxitocina, solamente de estar con gente que pensaba..., o porque por primera vez encontré respuestas. A partir de entonces me hice adicta, me iba a todas las reuniones de ese mes, porque salía con leche que era lo que necesitaba para mi hijo. Me hice socia y me preste para lo que me necesitaran, como no tenían faceboock me ofrecí para llevarlo. Luego me metí en la junta directiva.

Al principio ninguno porque todo eran problemas, luego encontré al grupo. Además mi marido, por supuesto mi marido.

No, no nos dio a ninguna de sus hijas porque nos tuvo en un hospital privado y la anestesiaron para los cuatro partos. Luego nos enchufaban el biberón y ya está.

Mi suegra, y una chica que tengo contratada en mi casa por las mañanas. De mi madre no tengo ayuda porque no está de acuerdo con la manera en la que estoy criando a mi hijo. Se distancia porque no hago nada que ella conozca y por eso para ella es malo.

Además de los libros que he leído, me he apuntado a todos los cursos que han hecho en Murcia, uno que hicieron en la unidad medio ambiental, y otro que hicieron en el hospital para profesionales y que nos reservaron dos o tres plazas para personas de la asociación. También he ido al seminario de lactancia materna de Madrid, y estaba apuntada al de Almería, pero no voy a poder ir. Luego los que organizamos en la asociación que trajimos a Carlos González, y luego con XXX (pediatra), que me da un montón de información y me ayudó muchísimo. El es mi madrina de lactancia.

La matrona dijo algo en el curso de preparación al parto, pero me quedó algo confuso, no tenía la información..., dijo algo de personas y yo entendí que eran enfermeras y me extraño porque dijo que tenían un teléfono disponible las 24 horas y pensé que

quien hacía eso. Entendí lo de los grupos de apoyo cuando ya estaba allí. La matrona dio esa información pero de forma muy confusa.

Desde que mi hijo tenía dos meses y medio.

A los dos meses de participar, es decir a los cuatro meses de nacer mi hijo. Me hice socia en seguida, en septiembre, y en la primera semana mundial, en octubre ya estaba colaborando. Luego en la junta, me dijeron que no había un cargo para mí, pero como vieron que había hecho lo del facebook, había hecho la memoria, y el reportaje de fotos, pues se inventaron un cargo para mí, el de vicesecretaria. Ahora soy vocal de una sede, y tengo el cargo de responsable de comunicación, llevo toda la comunicación con prensa, cartelería, proyectos, todo eso.

Yo creo que lo feliz que yo me sentía de darle pecho a mi hijo, y el pensar que había gente con dificultades mucho menores que la mía, y que abandonaba la lactancia por..., sobre todo, por falta de respaldo, por falta de apoyo familiar que es un tema que yo lo he tenido muy presente. Cada vez que yo voy a ver a mi madre, mi madre pesa a mi hijo, y eso que mi hijo está sano y feliz. El entorno influye muchísimo. Mis hermanas tampoco han dado pecho y mi hermana me dijo que lo mejor que me podía pasar era una cesárea, ya ves, porque así me ahorra un montón de dolores.

La asociación comenzó en 2004, en la sede de XXX, concretamente tres personas. Mi grupo nació en diciembre de 2010. En Noviembre tuvimos una junta y decidimos abrir otra sede en otra parte de la ciudad, porque la de Murcia estaba muy sobre cargada.

Pues mira..., la filosofía de detrás de los grupos es respaldar a las madres que quieren dar lactancia pero que..., yo concretamente siempre digo que ninguna madre que quiera deje de dar pecho por falta de información o de apoyo, es decir que pueda tomar la decisión adecuada, pero no con una información parcial o sesgada. A mi me gusta llamarme moderada dentro de la lactancia. Me gusta ofrecer información pero tampoco mucha, yo como trabajo con información y documentación, pues..., y luego la comunicación con las madres que es fundamental.

El grupo tiene la comunicación dar una información fiable, correcta, científica, y básica, y dentro de ella, adaptar la información que se da a cada uno de los casos concretos. Tú no puedes dar la misma información a una embarazada, que a una mujer que quiere re lactar. Aunque hay una información general, vamos a cada una de ellas

dando una información, y sobre todo dosificándola porque mucha información les agobia. Eso por un lado, por otro lado, fomentar la relación entre ellas, es decir si hay una mama que tiene un caso o situación parecida que otra mama que está empezando, pues las ponemos en contacto. Dar información, conectarlas entre ellas, dar respaldo, dar apoyo, y luego casos mas concretos que necesitan un apoyo más técnico, mas directo, pues..., les hacemos seguimiento, les damos nuestro teléfono y en ocasiones, si las circunstancias lo permiten, vamos a su casa, pero eso ya se complica más.

Además del apoyo, ¿alguna función más?

La función social, la difusión de la lactancia materna en todos los ámbitos de la sociedad, la organización de actos para madres, para interesados y para profesionales, que son los cursos de formación que organizamos, y sobre todo normalizar la lactancia materna. Normalizar, por ejemplo que una persona en una cafetería no se extrañe de ver a una madre dando el pecho a su hijo de ocho meses, porque está bien visto cuando son muy pequeños, cuando el niño deja el bocado en la mesa y pide teta, eso ya es un escándalo.

Las reuniones para el apoyo concreto a madres, luego tenemos teléfonos, pero estamos ahora en un debate interno sobre la función de los teléfonos, el programa de madrinas, del que yo estoy muy orgullosa, y las charlas y cursos de formación. Luego internamente tenemos las convivencias para socias, que hacemos un par al año para que se conozcan las familias, donde van los maridos y todos los niños, las solemos hacer al aire libre y se crea un ambiente muy relajado. También pedimos subvenciones, pedimos una a la Comunidad Autónoma concretamente para divulgar la información sobre lactancia y trabajo, orientada a las mujeres trabajadoras y a los empresarios. La parte de los empresarios es mas dura y esa la hemos hecho con la CROEM. Campañas en medios de comunicación y luego cualquier acto que hacemos mandamos a prensa y al bog. La difusión..., eso creo que se empezó a hacer cuando propuse yo lo de la comunicación porque antes estaba todo mas disperso. Dependemos de las personas que estamos. Luego tenemos la página web.

La asociación como tiene varias sedes, tiene una junta directiva que son la presidenta, vicepresidenta, secretaria, tesorera y vicesecretaria, y luego están las vocales, cada sede tiene una o varias vocales dependiendo. Cada sede tiene independencia para tomar las decisiones que afecten a su sede, es decir si una sede decide hacer tres

reuniones al mes lo dice en la junta, pero lo deciden ellas, cada una decide como funcionan en sus reuniones, cada una hace lo que quiere. Luego tenemos las juntas, cada dos o tres meses, depende del volumen de trabajo. También tenemos grupos de trabajo, por ejemplo para organizar la semana mundial o para la redacción de la guía, es decir para cosas concretas se forman grupos de trabajo con participación libre e incluso se le ofrece a las socias. Luego tenemos las asambleas de socias que solemos hacer dos al año, a no ser que tengamos que decidir algo importante.

Mi sede, se reúne dos veces al mes, los segundos y terceros jueves al mes, en el centro de salud.

Yo me organizo con mi compañera, aunque nos apoyamos todas. Primero hacemos la presentación de un tema que llevamos preparado, solemos llevar preparados varios temas y según la reunión hacemos uno u otro. Por ejemplo, si a una reunión van muchas embarazadas o mamás con bebés de menos de quince días, pues hacemos los primeros días. Si van mamás con bebés de cuatro o cinco meses, pues tratamos la alimentación complementaria. Hay tres temas básicos y luego ya vamos variando. Luego hacemos una ronda de presentación y los casos normales se van solucionando conforme se presentan. Luego hay casos concretos que tenemos que acercarnos, observar la toma, corregir la posición..., eso ya lo hacemos al final de la reunión.

Yo con mi compañera si que las preparo. Otras compañeras que tienen mas rodaje, pues..., a mi me queda todavía rodaje.

Los primeros días, la alimentación complementaria que es un tema que preocupa mucho a las madres que dan lactancia materna, y luego hay un tema que es el apoyo social, el respaldo social, es que me he ido al pediatra con mi suegra, es que mi madre me dice, es que mi marido...,el entorno. Es darles fuerza y argumentos para blindarse ante ese tipo de espacios.

Bueno, yo concretamente tengo mi dinámica, porque o trabajo contando cuentos a niños, entonces utilizo unas estrategias muy parecidas para llegar a todo el mundo. Miro a todo el mundo, me pongo en un sitio donde todo el mundo me vea, me pongo de pie siempre para hablar, y hago barridos sin detenerme demasiado. Procuo acordarme de los nombres de las mamás que vuelven, para mi no es difícil porque trabajo con niños y tengo memoria de los nombres y ponerles cara. A lo mejor no me acuerdo del nombre de la madre pero si del de el niño. Además llevo un cuaderno

donde apunto los casos. Eso grupalmente. Utilizo un lenguaje sencillo, sin tecnicismos, cosa que no me resulta difícil porque no soy sanitaria. Luego en la comunicación directa con las madres, eso es, me siento a su lado, les miro a los ojos, intento que no haya obstáculos entre nosotras, les pido permiso si tengo que tocarlas a ellas o a sus niños, y no utilizo frases que empiecen por no. Son las estrategias de comunicación aplicadas a cualquier ámbito. También depende de la confianza que tengamos con la madre. Luego tengo mucho cuidado con las frases en las que se puedan sentir juzgadas, dejando siempre una vía de escape porque queremos que vuelvan. A veces hay que desdramatizar situaciones, por ejemplo el dar biberones, porque eso hace que las madres se sientan culpables y no quieran volver porque no se sientan cómodas. También me encargo de moderar el debate cuando se va.

El clima, a mi me gusta mucho porque comunican..., cuando una madre viene por segunda vez, es muy buena señal porque significa que sigue lactando y porque se sintió a gusto en el grupo. El clima es de confianza, de comunicar, es entre ellas, es empático. Cuando hablamos nosotras no hay tanto clima, somos nosotras, aunque intentamos hacerlo de madre a madre, somos nosotras. Pero luego siempre hay alguna madre que participa, que comenta en que le ha ayudado el grupo, y eso hace que otras madres se animen a hablar. A veces se dicen cosas muy personales ante personas que no conoces, y eso es porque se crea un clima de confianza.

Pues, deben ser muy buenas porque se que se ha creado un grupo que queda los lunes en Santo Domingo con sus niños. Quedan fuera. Yo cuando empecé a ir al grupo de XXX, también después de la reunión quedábamos para tomar algo o para ir al parque.

La mayor parte de las madres van a desahogarse, las que no tienen un problema concreto de grietas, de obstrucciones, o así..., van a desahogarse, a conocer a otras madres en su misma situación. Las que tienen un problema, empiezan a relajarse y a participar cuando solucionan ese problema. Mientras tienen dolor o un problema, no comunican tanto, cuando ya lo han superado vuelven y les gusta hablar con otras madres, y comentarles, e incluso a decirles; “eso me pasó a mí también”. A veces no tenemos que hacer de mediadoras porque ellas mismas ya lo hacen.

Información, e intercambio de información, sobre todo desdramatizar ciertas normas rígidas, porque hay un montón de información..., porque cuando vas al pediatra te da una lista, a los cuatro meses la pera, a los cinco..., a los quince días tiene que hacer

tantos pipis, porque hay un protocolo. Entonces las madres están muy obsesionadas con el concepto del niño normal, y el niño normal es cualquier niño sano. Les aporta flexibilidad.

Yo creo que sí. Hay excepciones de madres que llevan muy mal lo del sueño suyo, el cansancio. Llegan diciendo que su hijo no duerme seguido, y se dan cuenta de que eso es normal. Que cada niño es n mundo. Es también salud mental. Para el niño, está claro, no voy ahora a enumerar los beneficios para la salud del bebe de la lactancia materna. Para la madre se conocen menos, prevención del cáncer de pecho, dela obesidad, la segregación de oxitocina produce tranquilidad. El grupo lo que les aporta es salud mental, salen mas relajadas, y eso repercute en el bienestar del niño. Llegan mas relajadas a casa, y no se agobian porque el niño no aguante en la cunita, porque entienden que es normal, que el niño lo que quiere es estar con ellas.

Pues yo creo que si, porque nosotras hemos oído muchas veces; con mi primer hijo que solo le di pecho dos o tres meses, todo eran catarros, y con este sólo he ido a las revisiones del niño sano.

Yo creo que esa es nuestra asignatura pendiente. Como asociación es nuestra asignatura pendiente, porque de alguna manera monopolizamos ciertos sectores, como la relación con el Servicio Murciano de Salud, hay confusión porque como somos los mas visibles, porque somos el grupo mas grande, pues cuando van otros grupos, pues les dicen que ya han hablado con nosotras. También por la visibilidad que tenemos actualmente, porque demás nuestra presidenta es una médico de reconocido prestigio. Una madre a nivel social y médico no tiene la misma visibilidad y reconocimiento. Yo creo que nuestra asignatura pendiente ahora, es esa, debemos trabajar en equipo, pero es complicado porque están en otras localidades, y porque la tendencia es a animar a las madres a que se metan en XXX. Es una asignatura pendiente hacer una reunión conjunta de todos los grupos.

Para mi grupo, como funciona de forma independiente no le afecta que haya otros grupos. Para la junta, y para organizar actos, como la semana mundial, es un jaleo, porque no todo el mundo puede venir el mismo día y hay algo de desinformación. Cuanto mas grande es un grupo mas difícil es la comunicación, se entorpece un poco. Cosas positivas..., el tema de recursos, el apoyo entre nosotras, si yo no puedo ir a mi reunión pues vamos otra de nosotras, eso es una ventaja. Otra ventaja es que cuando

organizamos algo lo hacemos a lo grande, o para una subvención cuanto más socias seas mejor.

En mi caso concreto, con las matronas de mi centro de salud, son fantásticas. Aunque suene raro, yo les llevo información, cuando me voy a hacer un curso, al volver me tomo un café con ellas y les paso la documentación. También me invitan a los cursos de preparación al parto, y al presentarme dicen; “esta era una madre normal”, se ve que ahora no soy normal. Creo, mi opinión personal, creo que debería haber otro tipo de relación, sobre todo con matronas, porque nos derivan casos que no son de grupo de apoyo. La razón pienso que es porque en el grupo hay muchas madres que son profesionales sanitarios, si sólo fuéramos madres no nos mandarían tantos casos de madres. Creo que no hay más enfermeras de lactancia en el hospital, porque ya estamos nosotras. Luego nos llaman del hospital, para que vayamos dos veces a la semana, y yo creo que nuestra función no es esa. El hecho de que haya tanta enfermera y tanto médico, hacen que se solucionen cosas. Yo cuando tengo a una madre con un problema, como se que no todas las matronas..., y como se que en la consulta del hospital, depende del día la hora te atienden de una manera o de otra, pues lo que hago es llamar a XXX (presidenta de Lactando) o a XXX (vocal de lactando). Bueno eso es con las matronas del centro de salud donde vivo. En el centro de salud donde son las reuniones, si ha habido problemas; no con las matronas, pero si en el centro. No nos reciben bien porque hacemos ruido. Al personal de la tarde no le gusta mucho que estemos, a pesar de que el coordinador nos dio permiso, a pesar de que la matrona nos presentó..., en general no son conscientes de las ventajas que tiene que las madres vayan a los grupos. Pasarán menos consultas de pediatría si las madres dan lactancia materna, pero no hemos llegado a ese punto todavía.

Nos mandan madres..., yo se lo digo, y dejo folletos, pero no nos mandan muchas madres. Nos mandan alguna embarazada, desde los cursos de preparación al parto, pero los pediatras, cuando los niños no hacen peso, no les dicen pues vete a un grupo de apoyo, les meten un biberón y ya está. Hay mas relación con las matronas, pero con los pediatras...Yo cada vez que voy al médico, digo que estoy dando lactancia cuando me mandan algún medicamento, no porque yo no sepa que puedo tomar, sino para meter la cuña, y dejarles la información de la página web. Algunos son receptivos, otros no.

No, bueno hay una psicóloga que le encargamos..., como la psicología imperante es conductista, hay una psicóloga que es la referencia de la asociación, porque está

apoyando la crianza natural y respetuosa, y la lactancia materna; y entonces nos da talleres para las madres, sobre temas de crianza respetuosa. Hacemos talleres y charlas abiertos al público general, a todo el mundo en concreto, y reservamos el salón de actos de la biblioteca regional.

No, que yo sepa no.

La cesión de los espacios de reunión, y luego cuando pedimos una subvención si cumplimos los parámetros pues nos la dan, y luego en la semana mundial de la lactancia si que tenemos algunas colaboraciones como la de la unidad de salud medioambiental, de la Consejería de Sanidad, de alguna empresa que nos subvenciona el calendario..., ayudas para actividades concretas en las que haya foto y salga en prensa, sino no les gusta dar dinero.

Pues a mi me gustaría decir que soy mediadora. Yo no llevo mucho tiempo, sólo llevo seis meses, y como responsable del programa de madrinas soy mediadora entre madres, y comunicadora. Me gustaría ser mediadora, no instructora, ni coordinadora, ni monitora, no mediadora o facilitadora.

Muy bien, o estoy encantada. Muchas madres me dicen; ¡ay que generosa! Yo no me lo planteo como cosa generosa, simplemente a mi me da un montón de cosas, de experiencia de poder ayudar a otras madres.

Me motiva..., (pausa) la motivación principal es que yo le doy el pecho a mi hijo. A mi me refuerza en mi lactancia estar con otras madres, y luego también el poder ayudar a otras madres, y luego el volver a algo que, por la sociedad, por la industria, por el siglo XX, por lo que sea..., se ha perdido, y es una cosa fundamental. Eso a mi me da mucha rabia.

Muy bien, es que no se como decirlo. Me lleva, me trae. Ahora que mi hijo es mas mayor y no se está quieto en la reunión, pues se queda con él, y si hace falta sale antes del trabajo los días que yo tengo reunión. Lo apoya bastante y creo que eso es por las dificultades que hubieron al principio. Cuando el niño estaba en la UCI, yo me compré una bomba sacaleches y me la instalé en el salón de casa. Después de estar todo el día en la Arrixaca, sin tener donde caerme muerta, llegaba a casa y me ponía el despertador cada tres horas por la noche para sacarme leche, y él se sentaba a mi lado, se quedaba dormido en el sofá, pero se levantaba conmigo. Yo lloraba y lloraba

porque luego tardó tres semanas para engancharse, y el me decía; “venga engánchatelo”, y me cogía, y me sentaba. Imagínate, si no hubiera sido por él... porque mi madre..., mi madre no me apoyó. Ella se defiende cuando le doy el pecho a mi hijo. Mi madre hace apología del desapego. El apoyo de mi marido ha sido fundamental.

Como mujer me ha hecho cambiar totalmente mi perspectiva, primero de mi trabajo, me ha hecho priorizar otras cosas, aunque creo que toda maternidad da eso. Me ha hecho buscar apoyo en otras mujeres, y comunicarme con otras mujeres de una manera distinta a la que habitualmente me comunico. También me ha traído más jaleos. Me ha aportado tranquilidad, mucha tranquilidad. También me ha aportado conocer a gente como Carlos González, o Rosa Jové. Me ha dado a conocer algo que yo no sabía ni que existía. Es que yo estaba embarazada de cinco meses y yo quería epidural, y pensaba que era mi hijo el que se tenía que acostumbrar a mí, y seguir mi ritmo..., lo tenía clarísimo, y ha sido un cambio radical. También me ha aportado el no entrometerme en las decisiones que toman otras personas, porque no quiero que se entrometan en las mías, soy mas respetuosa, con mi hijo sobre todo, y con otras personas también.

¿A mi calidad de vida?..., trabajar menos, es decir renunciar a irme de gira a Burgos, sin ningún problema aunque supongan tres mil euros menos. No cuantificar ciertas cosas comparadas con la maternidad. A mi me encantaba mi trabajo, pero ahora quiero estar con mi hijo. Me ha aportado mucha tranquilidad y serenidad, yo antes era una histérica.

No, no encuentro ninguna. Que se me destete mi hijo, que entonces yo creo que mi vinculación con los grupos será menor. Por eso yo creo que es tan importante renovar e integrar a nuevas madres. Ahora mismo en la sede de XXX hay una madre que su hija mas pequeña tiene seis años, y la otra madre la mas pequeña ha hecho ahora la comunión, hace ya muchos años que no lacta y entiendo que haya cierta desmotivación.

Yo creo que sí, yo creo que sí. Me gustaría pensar..., bueno se que dando lactancia materna, una madre mejora la salud de su niño, pero a veces la salud mental de la madre está en peligro, porque al igual que una buena lactancia es buena para la salud mental de la madre, por lo mismo, una lactancia forzada o en un entorno demasiado

hostil, puede no ser bueno para la salud de la madre. Por eso hay que tener cuidado con eso.

Pues mira..., mantener el programa de madrinas y que fluya por si solo. Llevamos ya casi un año con el programa de madrinas y ya hay una segunda generación de madres amadrinadas, con niños de siete u ocho meses que podrían dentro de poco ser madrinas. Esa es la perspectiva. El programa de madrinas es como mi hijo dentro del grupo. Y mi futuro en el grupo, yo no creo que sea a largo plazo. Yo tengo ahora un reto personal que es poder, depende de la edad del niño, amamantar al hijo que voy a adoptar. Pero bueno el reto como grupo sería dejarme la sede, y dedicarme en exclusiva al programa de madrinas con otra mama, para con el tiempo dejarlo. En estas cosas hay que ceder el testigo.

Si, que creo que es la trayectoria consecuente de los grupos de lactancia, los grupos de crianza. Ahora se ha creado uno, pero lo natural sería que esas mamas con niños ya de tres o cuatro años continuaran en grupos de crianza, que no existen. Se forman de forma natural, se juntan tres o cuatro madres, pero no todas las madres pueden acceder a ellos.