

INFORMANTE: DOROTEA

FECHA DE REALIZACIÓN: 19/5/2011

Sí, te autorizo

Edad: 41

Nivel de estudios: E.G.B. no tengo más. Bueno, también tengo cursos de profesora de corte y confección, y monitora de tiempo libre.

Ocupación: Monitora de tiempo libre.

Miembros unidad familiar: mi marido y cuatro niños.

Edad hijos: uno de 15, otro de 14, otro de 10, y una niña de seis.

El mayor fue al que menos pecho le dí, porque no tenía la información, no habían grupos de apoyo aquí. Fueron tres meses y medio con un cólico del lactante, que no había manera. El pediatra me decía: "bueno el tiempo que aguantes. Cuando su aparato digestivo madure, se pasará todo". Fueron tres meses y medio y ya no quiso mamar más por mucho que yo quería. Con el segundo me pasó lo mismo, pero bueno contacté con la liga de la leche en Barcelona y me ayudaron por teléfono. Estuve sacándome la leche y dándosela con jeringuilla. Me lo ponía al pecho y lo que le faltaba pues se lo daba, suplementándolo. Le di siete años y siete meses. Al tercero le di hasta los ocho años, y la pequeña que todavía mama con seis años. La experiencia bien, maravillosa, muy gratificante, me he sentido muy feliz y mis hijos se sienten felices, se sienten queridos y se sienten bien. Ha sido un crecimiento sano y completo, no se han puesto casi malos, y a nivel psicológico son niños muy sanos muy equilibrados y demás. Yo diría que son incluso niños más cariñosos que los de biberón. Yo me siento muy gratificada, muy orgullosa de haberlo conseguido, de haberle dado todo el pecho hasta que lo han necesitado. Yo pienso que es una necesidad psicológica, alimentaria y de defensas que le metes.

Pues principalmente mi marido que me ha apoyado al máximo, me ha respetado y ha estado de acuerdo, en que yo le diera el pecho a mis hijos todo el tiempo que yo quisiera y que ellos quisieran, hasta que ya no lo necesitaran. Y de fuera pues se lo he tenido que poner claro al pediatra. Me busqué una pediatra que me gustara como lo hacía con la medicina y le dije: "bueno y que opinas de la lactancia". Ella me dijo que metía los cereales a los cuatro meses, que si, que había oído decir que hasta los seis meses no se metían, pero que a ella le había ido muy bien así. Yo le dije pues mira yo lo voy a hacer así. Ya lo sabes, yo pertenezco a este grupo. UNICEF y la OMS recomiendan lactancia exclusiva y yo lo voy a hacer así. Y ella me respetó.

Simplemente nos respetamos mutuamente. Luego incluso me pidió un libro y lo estuvo leyendo. Pero bueno, ya te digo que apoyos, apoyos ha sido mi marido. Y la gente de fuera no lo entendía, me decían que qué necesidad tenía. Claro porque con el segundo tenía que estar sacándome la leche cinco meses y medio. Fue una lactancia muy difícil los primeros seis meses. No se quería enganchar, tuve que darle un poquito de cereales con leche cinco o seis días que no quería teta y luego ya se enganchó, hasta los siete años. Pero sí que alrededor no había mucho apoyo “vas a darle pecho hasta la mili”, mira pues a lo mejor de mi teta se pasa a la de la novia”. Si él quiere, pero no, mi marido se sorprendió cuando se destetó, no se lo creía, le decía es que no quieres un poco de tetita, se sorprendió y se dio cuenta que se destetan solos cuando ya no te necesitan. Además di en tandem entre el segundo y el tercero y entre el tercero y la cuarta.

No, no, antiguamente mi madre no sabía y me dio lo que se daba en ese momento, papilla.

Mi marido me apoya muchísimo, hace la compra, los lleva para acá y para allá, friega los platos, es el que más me apoya.

Pues con la liga de la leche internacional, y con la experiencia mía como madre y de otras madres. Por Internet, la formación que hacemos por cursos, congresos. Yo estoy acreditada como monitora de la liga de la leche internacional, y luego te tienes que ir formando continuamente, van cambiando cosas constantemente, esto funciona y esto no, y tienes que ir formándote día a día. Por Internet nos mandamos cosas entre todas, sabes que ha salido esto. Y luego cursos y encuentros que hacen una vez al año para monitoras. Tienes que formarte diariamente.

Con mi segundo, yo me quedé con muchas ganas de darle pecho a mi primero. A los siete días que nació empezó igual, con el cólico del lactante, pero mucho peor porque no se enganchaba. En TV española había un programa “Línea 900” en la dos, que hicieron un reportaje de la Liga de la Leche, y entonces me sorprendió que hubiera niños con dos años tomando pecho. ¡Jo! yo con seis meses me conformo. Entonces cuando di a luz, yo lo vi estando embarazada, llamé a televisión y de Madrid me dieron el teléfono de televisión de Barcelona, y ellos me dieron el teléfono de la liga de la leche en Barcelona (risas). Me puse en contacto con XXX, que era la monitora de Barcelona, y ella me ayudó cinco meses y medio por teléfono. ¡Le di más el follón!

Pues, participo desde que mi hijo tenía un año más o menos. Decidí que ninguna madre se encontrara sola. No había ningún grupo aquí y me puse por mi cuenta. En ese momento no era la Liga de la leche, sino un grupo de apoyo de recurso de la liga, eso significa que tu puedes dar los folletos sin ser. Siempre decía no soy monitora, yo soy un grupo de recurso de la liga. Empezó viniendo una persona a veces tres, te desanimabas, pero luego te daban las gracias, te lo agradecían y eso te animaba. Poco a poco fue viniendo mas gente, y mas gente, colaboradoras y demás. Y así llevo ya catorce años.

Con responsabilidades desde el principio, incluso antes de ser monitora.

No quería que ninguna madre se encontrara sola. Yo pensaba, si supero esto, (estuve cinco meses y medio sacándome leche), que nadie se encontrara sola, que tuviera alguien con quien contactar, igual que yo tuve, pero aquí. Que no tuviera que irse. Si necesitaba a alguien que se tuviera que acercar a su casa, que la tuviera. Yo no tuve esa suerte.

Nació hace trece años y medio, fui al centro de la mujer, para que fuera oficial, para darle algo más de seriedad, mejor que en tu casa sea un centro cultural. Hablé con el alcalde y lo solicité. Me dejaron la llave porque no abrían los sábados, y allí empecé, puse carteles por los pueblos, en el mercado también repartí tarjetas y carteles para que lo supiera la gente. Y ya te digo así empecé, al principio te desanimabas, porque ponías carteles por todos sitios, en los centros de salud, y luego venían dos, tres. Te preguntabas, pero... ¿Esto merece la pena? Cuando yo terminé la formación, el grupo pasó a ser de la liga de la leche, me costó bastante tiempo porque con los niños, no tenía mucho tiempo. En el noventa y dos me acredité.

Son los mismos que los de la liga de la leche, pues el respeto a la madre, la formación madre a madre, el que decidan los padres. Los valores son pues ayudar a la madre en las necesidades que tenga, y dando información nunca dar consejos, sobre alimentación sana, que el pecho es el mejor alimento, la importancia del apoyo del padre para que la madre pueda superar esto. Toda la información esta en la página web. Una madre que ha pasado por lo mismo que tu, te va a entender mejor, el respeto, muchos valores que a mi me gustaron y que me ayudaron, pensé que era lo mejor para mí.

Acercar la lactancia, que ninguna mama esté sola, que te puedan llamar, acercarme a sus casas si hace falta. Estuve ayer en casa de una mama, que no sabía si ce lo había colocado bien, le dije muévelo por aquí, ¿te duele?... Intentar ayudar a la madre, darle información, apoyarla en lo que necesite, siempre contando con los profesionales de la salud, nosotras no somos ni mas ni menos, no damos medicación, ni nada de eso, eso son los profesionales. Información y apoyo.

Reuniones de grupo, el teléfono, acercarse a casas si hace falta. También están las charlas en los centros de salud. Antes hacíamos también talleres sobre los primeros días, para prevenir problemas, de grietas y eso, pero como ahora hay un grupo allí ya no tiene sentido. Sigo dando charlas para embarazadas con la matrona donde yo vivo, el día siete tengo una. También participamos en la semana mundial de la lactancia en la segunda semana de octubre, y visitamos, una vez al mes, a las mamas en el hospital. A los colegios también, en la semana mundial, nosotros hacemos un pequeño taller en infantil. Llevamos cosas para hacer de papa y mama, con fotos de animales amamantando, nosotros somos mamíferos, les decimos como se amamanta a un bebe, la mama y el bebe, que cosas puede hacer el papa, cambiar el pañal, limpiar.... Muchos de ellos no han visto amamantar en la vida. No están acostumbrados. Es muy bonito. Los colegios suelen repetir.

Están las monitoras, yo soy monitora, XXX está a punto de serlo. Luego están mamas que son aspirantes a monitoras, que se están formando para poder dar información y apoyo a las madres. Luego están las coordinadoras de distrito que son las encargadas de solucionar las dudas y coordinas la zona, cada zona tiene una coordinadora, luego está la presidenta de España. Las monitoras de toda España nos juntamos. También está la que se encarga de formación del distrito, que se encarga de la formación de las monitoras. Cada monitora tiene una madrina, que le lleva la formación que puede ser de cualquier parte y apadrinarla por teléfono, por Internet...

Nos vemos en el centro cultural- centro de la mujer una vez al mes. No da tiempo para más.

Si, normalmente, si preparamos las reuniones, excepto alguna vez que no me da tiempo, normalmente si.

Primero se presenta la monitora, luego todas las mamas que van, luego se expone el tema, el tema que vas a dar. Cada una da su opinión de cómo le ha ido con ese tema

y cuando termina el tema, las mamás que vienen con dudas, con problemas, con grietas, se les ayuda y se les informa de otros temas. Siempre salen todos los temas. Porque claro a lo mejor a esa madre no le va ese tema. Igual ella viene por un problema de grietas y se ve lactancia y trabajo que todavía le quedan muchos meses para eso. Entonces por eso al final se habla de las dudas que cada una tenga. Que no se vaya ninguna mamá con dudas.

Suelen salir los primeros días, las grietas, lactancia y trabajo, la alimentación sólida, el sueño. Ahora mismo suelen ser esos los más problemáticos. Los primeros días que son los que más cuesta superar las mamás.

Nosotras no damos consejos. La estrategia es dar información. Estar formada tú para poder dar información madre a madre. Esa es la estrategia. Siempre información apoyada por organismos, UNICEF, la Asociación Española de Pediatría, OMS, siempre apoyándose por algún libro como Carlos González, o información verdadera, avalada, que no seas tú y luego puedas buscarte un follón, "Es que la monitora me dijo...". Normalmente hacemos así. Ya las madres son las que deciden, la información está ahí y ellas deciden. En cuanto a estrategia comunicativa, usamos la escucha activa, repetirle "me estás diciendo que..." "dices que te sientes". Hacemos cursos de técnicas de comunicación. Escuchar a la madre, intentar comprenderla, ponerte en el lugar de ella.

Un clima muy bueno, muy bueno, muy bueno. De hecho salen amigas, quedan para ir a las reuniones, fuera se juntan en los jardines, para salir. Un clima muy bueno de camaradas y demás.

Suelen ser participativas, de hecho traen bizcochos, porque solemos hacer un "piscolabis". Participan muchísimo, y luego en la semana mundial se prestan para ir a la caseta, para dar información o para lo que necesites. Suelen colaborar muchísimo en ese aspecto.

Confianza, confianza, apoyo, seguridad. Seguridad de que lo están haciendo bien. Muchas veces se sienten solas, se sienten solas. La mayoría de la gente no está amamantando, y con todo el cariño del mundo, la madre, la suegra, la vecina, todo el mundo bombardeando que ese niño se queda con hambre, la hacen dudar. Sin embargo cuando ese niño es más mayor cambia el chip, al contrario, te dicen que orgullosa estoy, mira con teta sólo. Pero al principio te hacen dudar. Piensas, mi

madre o mi suegra que han tenido tres hijos seguro que sabe más que yo. Si esa madre no está formada o informada la hacen dudar. Ese es el apoyo de juntarse con otras madres que dan de mamar, ver que es natural, que es normal, que está bien lo que están haciendo. Eso le aporta.

Si porque son niños que crecen sanos, que no se ponen malos y que psicológicamente les aporta lo que aporta la lactancia materna. Las madres se sienten contentas y felices de ver a sus hijos crecer sanos y felices.

Yo creo que si, porque esos niños van a crecer equilibrados, psicológicamente sanos, no se van a ponerse malos tan a menudo, van a gastar menos medicamento. En un trabajo van a estar bien. Yo creo que aportamos bastante.

Con todos, nos hablamos por teléfono y en la semana de la lactancia, algunas veces colaboramos juntos. Cuando ha una charla o algo, como por ejemplo cuando trajeron a Carlos González nos llamamos. No tanto como debíamos porque la verdad es que estamos todas muy ocupadas, pero nos conocemos, nos hablamos.

Positivas, porque siempre tienes donde apoyarte o si tienes alguna duda, y también tiene su punto malo y es que tu no puedes hacer lo que te de la gana. Es positivo, tú tienes más formación, te ayudan mucho más. Caso madre lactante y divorcio, le mandaron asesoramiento legal. Ese tipo de cosas es muy bueno. La otra cara, es que pedí permiso cuando me llamaron de la tele para hablar con otros grupos, porque yo hablo en nombre de la liga, los represento y no puedo hablar o hacer lo que me de la gana. Tienes una responsabilidad. Pero también tiene lo bueno, de que perteneces aun grupo internacional, que tiene su prestigio, que tienes mucha mas información y demás.

Si, si. Sobre todo con el hospital, con la unidad medioambiental, están interesados, nos llaman para que vayamos. Con el centro de salud, pues nos dejan que pongamos carteles. La enfermera es un encanto y la chica manda gente. Pero si que en algunos casos son reacios, sobre todo los pediatras. Los profesionales de la zona, mandan gente. Pero no todos los profesionales, la matrona si porque nos conoce. El otro día ayude a una mama que acababa de dar a luz y era pediatra y nos dijo que a partir de ahora si nos recomendaría. Hasta que no son madres, si pero no. Si mas bien matronas y enfermeras, son las que nos recomiendan, y conocen; y la unidad

medioambiental del hospital. Somos junto a lactando los únicos grupos que hemos ido. No todo el mundo tiene tiempo. Yo la suerte es que no trabajo por las mañanas.

No, mamas que ayudan que son abogadas por ejemplo. También colaboramos con UNICEF. Son las madres que vienen al grupo y son profesionales, por ejemplo una mama y un papa que trabajan en Cáritas y nos han mandado mamas con dificultades.

Si, te conocen porque yo ya llevo trece años y me conoce todo el mundo. Te permiten que estés en su local y te conocen pero nada más.

La única ayuda es que te permiten estar en el local del centro cultural centro de la mujer, y mas ahora con la crisis. La única ayuda son los libros que vendemos, los sacaleches, las bandoleras homologadas... también hacemos socias colaboradoras.

Pues diría que mi función es importante, es ayudar a las madres, darles información, apoyarlas por teléfono o personalmente, y pienso que es importante que las madres cuenten con alguien que esté ahí cuando tengan dudas y les pueda dar información fiable que les pueda ayudar realmente. Que tú vayas a los grupos o a los centros de salud y te vean la cara es mucho mejor, porque el nombre "la liga de la leche" suena como a..., dicen mis amigas que suena a secta. Las locas de la teta.

Me siento orgullosa, me siento feliz, creo que estoy haciendo un papel importante, no es por echarme flores ni mucho menos, pero creo que estoy ayudando, que las madres gracias a que les echas una mano, que tampoco es mucho, simplemente es darles información o acercarte a ellas, decirles que bien lo estas haciendo o moverle un poco de posición al bebe, tranquila, tu puedes... a veces es solo apoyo psicológico, es lo que les hace ver que si pueden. Yo me siento feliz de ver que las estoy ayudando y ellas están contentas.

Pues todavía estoy aquí después de más de trece años es porque veo que todavía hago falta. Gracias a que ayer me acerqué a una de las madres, que ella pensaba que no, que le dolía mucho, no se notaba subida, y pensaba que no tenía leche. Con pocas indicaciones sobre postura y el labio, ya estaba bien, estaba encantada y me dijo menos mal que has venido porque sino seguramente habría acabado dándole biberón. Creo que ese apoyo les viene muy bien a las madres y sino muchas de ellas habrían tirado la toalla y habrían acabado dando biberón, porque los primeros días son complicados.

Pues bien, aunque, a veces dice "¡jo! con la liga" porque quitas tiempo de tu familia, aunque ellos son lo primero, te vas a sitios, gastas tiempo, gasolina. El, al cien por cien, los grupos de apoyo, contesta al teléfono, y les deja mi móvil. Está al cien por cien pero a veces se queja. Se ha implicado al cien por cien porque cuando yo me voy él es el que se queda con mis hijos. Vamos un padrazo.

Ya se han acostumbrado, pero al principio pensaban que estaba un poco loca. Me decían: ¿qué necesidad tienes tú de todo esto? Pero ahora sí, eso fueron los primeros años, ahora hasta lo recomiendan, ya lo viven bien. Mi cuñada decía: pero si eso es sencillo, te lo pones a la teta y ya está, ¿para que tienes que estar tú ahí? Pero bueno, eso es tu opinión. Todavía ven cosas que ellos no harían así, eso de meter al bebe en la cama, todavía tropiezas con la pared cuando vas con la familia.

Bueno pues muchas cosas. La forma de educar a mis hijos, la forma de alimentar y educar a mis hijos, educar con amor, con normas pero con mucho cariño. La economía de la casa, tener que llevar la economía del grupo te enseña mucho, el ordenador, yo no lo había tocado antes, aprendes a comunicarte porque haces cursos de comunicación. Bueno muchas cosas. Educar mejor a mis hijos, muchísimas cosas que aprendes en los grupos a lo largo de los años, a respetar, la comunicación... cuando coordinas un grupo y estas sola tienes que llevarlo todo, ahora ya somos mas y hacemos las cosas entre todas, no se muchísimas cosas... Me ha aportado mucho, sobre todo lo felices que son ellos (hijos) y bueno no tengo palabras.

Si la ha mejorada totalmente, te planteas una vida mas sana cuando tienes hijos, una alimentación mas sana, la forma de educar a tus hijos, la filosofía del grupo. Creo que soy más feliz desde que estoy en el grupo.

El tiempo, el trabajo..., la vida, la vida. Me estoy planteando en un año o año y medio..., hay una chica que quiere ser monitora en mi zona y cuando este formada, quizá me lo quite. Lo voy a echar mucho de menos, pero es por falta de tiempo. Tengo un hijo con dislexia, está en primero de la ESO, y necesito estar con el, apoyarlo. Voy a necesitar estar allí. Me siento contenta y feliz de poder estar, pero me tengo que quitar muchas cosas. Lo primero es la familia. Este año lo he llevado como he podido.

Si claro creo que influyo que esos niños sean más sanos, al apoyar la lactancia estas haciendo que esos niños crezcan más sanos, se evitan muchas infecciones, de otitis,

respiratorias, y otras enfermedades de las que los estas protegiendo. Por lo que estamos influyendo en la salud de los murcianos o de la gente que viene a los grupos. Se ponen menos malos los niños o sea menos gasto sanitario.

Futuro, es que estamos tres o cuatro. El futuro sería que una se encargara de la formación, otra del grupo de XXX y la otra del grupo de XXX, cuando complete su formación. Ampliar y que dentro de Murcia haya cada vez mas grupos y que cada vez haya más gente formada para llegar a mas madres. Que las madres se encuentres apoyadas, que no se encuentren solas y que en cada zona haya un grupo. Mi reto personal es el relevo, llevo casi catorce años y creo que ya he aportado suficiente.

Que soy muy feliz habiendo ayudado a las madres en lo que he podido, y que merece la pena apoyar y ayudar a las mamas que se encuentran solas y luego te lo agradecen muchísimo. A pesar de que muchas veces le das el apoyo, y luego resulta que a los quince días las ves por la calle pensando que siguen dando el pecho y te dicen que no, que se le hinchó el pecho y el pediatra les dijo... No pasa nada mujer, pero ¿por qué no me has llamado? No las culpabilizas ni mucho menos. Las madres son las que deciden y me siento muy a gusto con el papel que estoy haciendo.