

AL LADO DE FRANCISCA FDEZ. GUILLÉN...

¿Cómo surge la idea de la lista "apoyocésareas"?

Las circunstancias que preceden a una cesárea o al uso de fórceps pueden ser muy estresantes y desembocar en una depresión postparto o cuadros de estrés postraumático. Después de salir de un quirófano con una cirugía mayor abdominal, y de vivir un shock emocional muy fuerte, las mujeres no pueden siquiera expresar su dolor y su frustración, ya que todo el mundo las felicita y las sonríe por "el niño tan bonito que han tenido" No pueden dolerse por el nacimiento perdido porque se supone que debe ser "el día más feliz de su vida" Da igual que tengas los genitales hechos picadillo por los fórceps o las episiotomías o te hayan abierto el vientre, que sufras por la separación de tu bebé. Todo el mundo lo ha visto ya en la incubadora (menos tú), y es precioso. Todo ha sido "por tu bien" La pena y el dolor te los guardas. Muchas mujeres se sienten confusas, incomprendidas y solas después de vivir una experiencia así. Nadie valida sus sentimientos de pérdida, ira, miedo, resentimiento, frustración... Nosotras, sí. Era imprescindible crear un grupo de apoyo psicológico e intercambio de información sobre temas como el PVDC, cómo evitar cesáreas innecesarias, rutinas que hacen daño, etc.

¿Y cómo llegas hasta ella, pues tu parto no fue por cesárea? ¿Qué te movió?

En nuestra asociación no sólo hay mujeres que han sufrido cesáreas y partos traumáticos, también acuden personas que simplemente buscan información para lograr

un parto más satisfactorio, y hay mujeres que quieren conocer la experiencia de otras mujeres, hablar "entre nosotras", esa fuente de saber tan valiosa que nos hemos dejado arrebatado por los expertos.

¿Desde tu punto de vista, que aporta la lista a las mujeres que han pasado por este trance? ¿Cuáles son sus quejas fundamentales?

Sólo saber que existimos ya es un bálsamo para muchas mujeres que no encuentran comprensión ni apoyo. Muchas de ellas sufren cuadros de estrés postraumático postparto y no están recibiendo ningún tipo de ayuda para superarlo. La familia y la pareja pueden quererte mucho, pero no siempre están preparados para ayudar. Frecuentemente piensan que lo mejor es que "lo olvides todo cuanto antes", con lo cual están aumentando la sensación de aislamiento e incompreensión de la mujer, que no ve aceptados sus sentimientos. Para ser escuchada y validar tus emociones necesitas mujeres que hayan pasado por lo mismo; si no, nadie te entiende. Nosotras ayudamos a las mujeres a expresar sus sentimientos, a sanar sus heridas. Es la única forma de evitar que lo ocurrido vuelva a pasarles en el futuro. Las quejas cubren casi todos los aspectos de la atención: desde tener que tratar con personal diferente en cada consulta o ser separadas de los hijos al nacer, hasta haber sufrido lesiones o maltrato verbal. Otras personas han tenido un parto estupendo en casa o en clínicas como Acuario o Migjorn, pero reclaman que la sanidad pública asuma los costes, como en otros países. Nosotras pensamos que, efectivamente, es injusto que una familia tenga

que pagar un dinero del que no siempre dispone para recibir una atención básica que, además, ahorra un dinero considerable al erario público; porque parir en casa o en maternidad supone menos intervenciones, menos ingresos, menos secuelas, menos medicación... Estamos iniciando acciones para reclamar a la sanidad la devolución de este dinero.

A raíz de la lista a surgido una asociación ¿cómo se llama y cuales son sus objetivos fundamentales? ¿Quiénes pueden formar parte de ella? ¿Qué actividades organiza o pensáis organizar?

A raíz de los testimonios que fuimos recogiendo nos dimos cuenta de que no podíamos quedarnos con las manos cruzadas. Veíamos cómo día a día llegaban a nuestro foro mujeres que habían sido sometidas a intervenciones innecesarias, y las secuelas que les han quedado a ellas y a los niños, de forma gratuita, por unas razones conocidas y perfectamente evitables y nos vimos impulsadas a actuar, casi a gritar ¡Paren esto! La Asociación se llama "El Parto es Nuestro", y está formada tanto por usuarias y usuarios como profesionales implicados en la mejora de la atención. Nuestros objetivos son:

- Mejorar la atención materno-infantil en España, promoviendo el respeto por parte de la sanidad pública y privada de las recomendaciones de la OMS.
- Difundir y distribuir información sobre salud reproductiva y atención perinatal en sus aspectos fisiológicos, psicológicos y sociales.
- Reducir el número de cesáreas innecesarias y partos traumáticos, mejorando la satisfacción de las madres respecto de la vivencia del parto; y favorecer la percep-

ción del parto por parte de la sociedad y de la clase médica como un proceso fisiológico sano y seguro, desterrando miedos y prácticas que no estén basadas en la mejor evidencia científica.

Para ello, pensamos promover cambios legislativos que acerquen las prestaciones actuales de la Seguridad Social a las que disfrutaban las ciudadanas y familias de otros países europeos como Holanda, Inglaterra o Suecia.

Pedimos un cambio en los planes de estudios de matronería, actualmente una especialidad de enfermería, para constituirse en una licenciatura autónoma similar a la que se obtiene en países como Inglaterra u Holanda. Este cambio sería determinante para formar profesionales que gocen de mayor respeto y consideración por parte de los médicos.

También queremos promover la creación de unidades de parto natural en hospitales y clínicas, así como de casas de parto en donde atender los partos normales.

Hemos organizado charlas y cursos para profesionales y editado folletos de información con consejos para evitar cesáreas innecesarias o sobre el uso (buen uso) de la epidural. Solemos publicar artículos sobre estos temas en diversas revistas.

¿Cuál piensas que es la necesidad básica hoy día de la asistencia a la mujer embarazada?

Hay muchas necesidades y carencias, empezando por la despersonalización de un sistema de atención al embarazo y parto en donde la mujer no conoce al equipo que la atenderá en las sucesivas etapas, pasando por una preparación al parto que más que preparación es una domesticación de las mujeres, y terminando por la falta

de opciones a la hora de elegir el modelo de parto que cada mujer quiere.

En los hospitales, los protocolos de atención al parto están obsoletos y se imponen las directrices de sociedades como la SEGO, que están para defender los intereses de sus asociados y no los de mujeres y niños, además de tener un marcado carácter misógino y autoritario.

Por otro lado, falta oferta y preparación profesional para atender la demanda de parto natural. Pero en mi opinión, lo básico es cambiar la mentalidad de todas las partes implicadas para que haya más respeto a la autonomía de la voluntad de las mujeres, a su papel protagonista, que se entienda de una vez que nadie debe decidir por nosotras, que nosotras parimos, que el parto es nuestro.

¿Qué servicios presta la asociación o pensáis prestar?

En primer lugar está el apoyo psicológico a mujeres a través del foro apoyocesáreas y la divulgación de información científica sobre el embarazo, el parto y el puerperio. También ofrecemos asesoría legal sobre derechos de las mujeres y la familia dentro del sistema sanitario público y privado y ayuda para presentar reclamaciones de forma gratuita.

Por otro lado, nos gustaría servir de foro para que los profesionales interesados compartan sus experiencias en la atención respetuosa del parto.

¿Cómo es vuestra relación con las instituciones públicas?

Presionamos a las administraciones públicas para lograr la participación ciudadana en la elaboración de protocolos sobre atención al parto y colaboraremos en todo lo que podamos con ellas para modernizar

el modelo de atención. Estamos seguras de que nuestros objetivos coinciden, no sólo porque el cambio significará menos sufrimiento para madres y niños, sino por el incalculable ahorro en recursos económicos y de personal que ello conllevaría para la sanidad pública.

¿Habéis notado algún cambio en la asistencia hospitalaria? En caso afirmativo, ¿de qué tipo? ¿Cuál pensáis que es la adecuada asistencia a la mujer embarazada?

Cada vez hay más profesionales que quieren hacer las cosas de otra manera, que impulsan cambios y plantan cara al sistema. Las comadronas del Gregorio Marañón que recientemente amenazaron con dimitir en protesta por la forma de atender los partos, por ejemplo, son una muestra. Tienen todo nuestro apoyo y admiración. Poco a poco nos encontramos con más profesionales que se cuestionan el sistema, que están dispuestos a salir del armario del corporativismo.

En cuanto a las instituciones, hay algunos hospitales como el de Huércal-Overa o la Fundación Alcorcón en los que se ha dado algún paso para moderar la medicalización del parto, pero son cambios muy tímidos e insuficientes.

Una asistencia adecuada es aquella que respeta el papel protagonista de la mujer, en donde la mujer tiene información suficiente para tomar sus propias decisiones y puede elegir el modelo de parto que desea.

¿Estáis en contra de las cesáreas?

Por supuesto que no, estamos a favor de las cesáreas y cualquier otra intervención obstétrica que sirva para salvar vidas y mejorar la salud. Estamos en contra de las cesáreas innecesarias, de aquellas que se

realizan por conveniencia o falta de capacidad profesional. Estamos en contra de que se medicalice tanto el parto que al final haya que realizar una cesárea porque, efectivamente, se ha puesto en peligro la vida del bebé o de la madre.

¿Cómo se puede contactar con vosotras?

A través de nuestra página web: www.elpartoesnuestro.org, que aunque está en fase de construcción ya ofrece artículos e información interesante.

Todas aquellas mujeres que necesiten apoyo para superar una mala experiencia, evitar cesáreas o presentar reclamaciones, pueden contactar a través del foro de internet www.elistas.net/lista/apoyo-cesareas.

Contacto: francisca.fernandez@1webmail.net
Asociación "El Parto es Nuestro"
www.elistas.net/lista/apoyocesareas;
www.elpartoesnuestro.org

En el proceso de la evolución no podemos retroceder:
es imposible el retroceso.
En este mundo no se vuelve atrás.
Sólo hay dos caminos:
o avanzamos o
nos quedamos donde estamos.
Osho, "Aquí y Ahora"



Fotografía: Montserrat Catalán Monera