

## EL NACIMIENTO DE MIREIA

Me llamo Meritxell Vila, tengo 33 años y me gustaría compartir con vosotros una experiencia preciosa y que seguro puede ayudar a otras madres en situación similar a la mía.

Soy madre de tres niños: Tario (5 años), Ángel (2 años) y Mireia (1 mes). Mis dos primeros hijos nacieron por cesárea. Con Tario me indujeron el parto tres días antes de cumplir la fecha, pues el niño estaba «muy alto». Tras todo el día con oxitocina, rotura artificial de bolsa, monitorización constante (también interna), epidural, etc.,...y siendo viernes tarde (29-9-95), se decidió una cesárea por no progresión de parto y porque yo era una mujer que no dilataba, “como tantas otras...” El nacimiento de Ángel fue por cesárea programada, pues el mismo ginecólogo consideró que también era «macrosoma» (Tario pesó 4,000 kg y Ángel 3,700 kg), estaba en situación transversa casi un mes antes de la fecha probable de parto y con cesárea anterior, así que no se esperó ni un día más, y el sábado 9-1-99, se programó la cesárea. Ángel nació, entonces, con sólo 37 semanas. Y así fue como, tras estas dos cesáreas, se me había negado completamente la posibilidad de parir algún día, pues ya sabía que posteriores hijos iban a ser cesáreas programadas debido al riesgo de posible rotura uterina al iniciarse las contracciones de parto, y que incluso se programaría la cesárea tres semanas antes de la fecha para evitar problemas...

Tras las dos cesáreas pasé una época difícil, tratando de entender por qué yo no era capaz de parir, qué problema tenía, si soy una mujer muy fuerte y sana... Mi madre tuvo partos normales, mis abuelas también... No podía entenderlo... Ni siquiera había sido capaz de sentir ni una sola contracción, no me habían dado tiempo... La gente intentaba ayudarme diciendo ¿pues no tienes a tus dos hijos sanos?, ¿cuál es el problema? No podía explicarlo, es un sentimiento mezcla de impotencia, frustración, invalidez, añadido a la sensación de sentirte rota, como cortada... no soy capaz de definirlo, creo que sólo puede entenderlo otra madre que haya pasado por lo mismo y que valore de la misma forma la importancia de la responsabilidad de ser madre, desde antes de la concepción hasta toda la vida, pasando por la lactancia, el modo de educar a los hijos....

Cuando me quedé embarazada de Mireia, por suerte, estaba amamantando aún a Ángel y estaba en contacto con La Liga de la Leche de Alicante (por cierto, el ginecólogo ya me advirtió que o destetaba inmediatamente a Ángel o podía abortar... menos mal que no le hice ni caso y se destetó él solito unos días antes de nacer su hermana...). Allí me hablaron del Hospital-Maternidad Acuario, ese maravilloso lugar donde se respeta a la mujer y al bebé. A la vez, empecé a buscar en internet información acerca de algo que había leído alguna vez y era la palabra mágica VBAC (Vaginal Birth After Cesarean)!. Cuál sería mi sorpresa al encontrar abundante información de partos en Estados Unidos después de dos o incluso más cesáreas!!! Una puerta que creía cerrada para siempre para mí, se abrió ligeramente...

Ahí comenzó mi búsqueda diaria de información, casi no podía

pensar en otra cosa, aún tenía alguna remota posibilidad de parir, era casi una obsesión saber que aún tenía esperanzas... Con la información que tenía fui a ver a Enrique Lebrero, ginecólogo de Acuario, a pedirle una oportunidad, la de intentar ponerme de parto antes de hacer la cesárea, y si las cosas fueran bien, pues dejarme continuar... En Acuario habían tenido un caso hacía dos o tres años también de una madre con dos cesáreas previas y que había conseguido parir, y eso me animaba mucho... La decisión estaba prácticamente tomada, pero las dudas eran muchas... Mi marido, Ángel, y yo nos recorrimos más de 8 ginecólogos buscando una segunda opinión, y todas eran tajantes: el protocolo de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia obliga a programar la tercera cesárea... Incluso visitamos el Instituto Dexeus de Barcelona, donde nos dijeron que hace unos años sí habían hecho VBA2C... Allí incluso me dijeron que mi niña nunca podría salir vía vaginal, pues mis dos cicatrices, hechas con el útero sin dilatar al no haberse iniciado nunca el parto, iban a impedir que la niña bajara. Así que también salí llorando, pero no ya sólo por la imposibilidad de parir, sino también porque me hacían sentir todos estos médicos como una madre irresponsable, que era capaz de arriesgar la vida de su hija y la suya propia por satisfacer el «capricho» suyo de tener un parto. Sin embargo, toda la bibliografía que recopilaba me daba bastantes esperanzas, el riesgo de rotura de útero era sólo ligeramente superior al de una sola cesárea previa y tomando las precauciones adecuadas, se podía y se debía intentar. No hay que olvidar que una cesárea es cirugía mayor abdominal y, algo que nunca nos cuentan, que también tiene sus riesgos.

**«El protocolo de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia obliga a programar la tercera cesárea...»**

El embarazo lo viví con gran ilusión, también con muchas dudas, miedos y esperanzas, pero con la seguridad de estar haciendo lo mejor para la niña al no programar directamente la cesárea y esperar a ponerme de parto y que fuera Mireia quien decidiera el momento de su nacimiento. A los siete meses de embarazo me dieron la baja laboral y todo ese tiempo hasta el parto fue una preparación intensiva para el gran momento: recopilando toda la información posible y leyendo historias de partos VBAC, preparándome físicamente a conciencia, nadando mucho para estar fuerte y aguantar un parto que esperaba largo (había leído casos de partos de tres días de duración desde el inicio de las contracciones...), y, lo más importante, preparándome mentalmente para afrontar un parto en el que yo tenía que estar muy segura de mí misma, de mi capacidad. Lo malo es que claro que tenía dudas, dudas sobre todo, ya no con respecto a mi útero, sino a mi cabeza, si el miedo a que algo pasara me bloquearía y me haría pedir una cesárea..., además del temor normal de saber si sería capaz de aguantar un dolor que nunca

había sentido..., de si después de todo lo que estaba moviendo no sería capaz de afrontar el parto... Para ayudar a prepararme me grabé una cinta que escuchaba a todas horas, con una visualización de lo que imaginaba serían las contracciones y el nacimiento de Mireia...

Mi marido, Ángel, ha sido determinante en todo este proceso, y su papel a mi lado era muy difícil. Por una parte, veía y, lo más importante, entendía mi enorme ilusión por intentar vivir un parto, pero por otra parte, y especialmente después de las consultas con los ginecólogos, tenía mucho miedo a que algo pasara... Yo le iba haciendo resúmenes de todo lo que leía, y le

mucha tranquilidad. Estuve un rato sentada en la mecedora y me encantó escuchar los latidos del corazón de Mireia y disfrutar de las contracciones... El lunes por la mañana volvimos de nuevo y con Cari, la comadrona que más tarde vería nacer a Mireia, vimos que todo iba bien. Estuvimos también con Enrique y tras reconocermelo, me dijo que las contracciones de todo el día anterior habían sido buenas, y que ya tenía dos centímetros... ¡Sí que dilataba! ¡Y era Mireia la que estaba pidiendo nacer! Disfruté de ese día, intenté dormir un rato para recuperar fuerzas, pero las contracciones ya eran intensas... Salí a pasear por la tarde; mi único miedo en esos momentos es que todo se



explicaba que era una opción razonable y segura... Creo que él también se ha convertido en un especialista en partos tras cesáreas, pues reconozco que había días que yo apenas hablaba de otra cosa... Realmente ha demostrado un gran respeto a mis sentimientos, que ha antepuesto a sus temores, y, a pesar de las dudas, hemos estado muy unidos en todo momento.

La fecha probable de parto era el 31 de enero de 2001, así que nos fuimos hacia Beniarbeig (el pueblecito donde está Acuario) el día 28; yo intuía que el parto se me iba a retrasar y quería descansar unos días antes y preparar el "nido"... Yo andaba un poco preocupada, no había sentido ninguna contracción de esas de "ensayo" durante el último mes, ¿sería verdad que yo no dilataba?... El caso es que en el coche, ya de camino a Beniarbeig, noté algo extraño, algo que no había sentido nunca antes... ¡¡Era mi primera contracción!! Así comenzaron y ya no pararon...

Estuve todo ese día, esa noche y al día siguiente con contracciones cada 10-15 minutos; me sentía muy feliz, aún sin saber como terminaría todo, por lo menos veía que mi cuerpo funcionaba bien y el útero podía trabajar, con eso casi que me conformaba, había esperado a que Mireia fuera la que pedía nacer... Esa noche, la del domingo 28, nos acercamos a Acuario a controlarla. Allí estaba Julia, la comadrona, que nos transmitió

parara, un miedo sin sentido, el parto estaba cerca y ya no había vuelta atrás...

**«¡Las había deseado tanto que creo que me dolían menos...!»**

El lunes por la noche vimos que la dilatación ya era de 3-4 cm. Yo preferí continuar la dilatación en casa, para restar horas de "parto", pero a las dos horas volvimos a Acuario, pues me dio un poco de miedo que se descontrolara el útero y no tener los medios... Era la una de la madrugada del martes 30 de enero... En el paritorio me puse cómoda y continué la dilatación intentando disfrutar de cada contracción... ¡las había deseado tanto que creo que me dolían menos...! Al cabo de un rato (no recuerdo con claridad los tiempos) al ir al aseo, expulsé el tapón mucoso y al momento, se me rompió la bolsa de aguas... ¡¡¡Todo iba genial, no me lo podía creer!!! La dilatación ya era completa, había que ir al expulsivo. Aquí es donde Enrique y Cari fueron determinantes, me aportaron mucha serenidad en todo momento, no tuve sensación de riesgo ninguno, sino sólo la tranquilidad de que todo iba bien. Fue realmente un lujo compartir esos momentos tan especiales con ellos. Vino también la anestesista, me tomó una vía, pero siempre se mantuvo en un discreto segundo plano...

Bueno, conforme pasaba el tiempo, el agotamiento aumentaba, era la segunda noche sin dormir, las contracciones no habían parado, me encontraba muy cansada... Pero ahí estaba Ángel, sosteniéndome y animándome en todo momento...Tuve una inmensa suerte con las personas que me acompañaron; el expulsivo fue realmente intenso, yo sabía que no tenía demasiado tiempo, que si esta etapa se alargaba, se tomarían medidas... y yo no quería nada, sólo que todo fuera natural, y dejar que Mireia naciera por sí misma... Así que recuerdo que aprovechaba cada contracción y empujaba con todas mis fuerzas, sabiendo que a más dolor, más estaba bajando la niña... En estos momentos estaba como ausente, los ojos cerrados, ahorrando fuerzas, sin hablar... oyendo al estupendo equipo apoyándome a mi alrededor... Y sabiendo que ellos estaban allí conmigo, pero que era realmente yo sola la que tenía que parir y que debía hacerlo, y disfrutar (eso me decía a mí misma) de ese dolor tan sano que es el que se produce cuando tu propio cuerpo se está abriendo para dejar nacer a un hijo... Durante todo este tiempo no tuve miedo, tenía la sensación de que todo estaba ocurriendo como tantas y tantas veces había imaginado, y que mi útero estaba trabajando como nunca le habían permitido...

**«¿Podía ser verdad que yo iba a ser capaz de dar a luz...?»**

Enrique y Cari empujaban de verdad conmigo en cada contracción, podía notarlos al cogerme las manos. Yo estaba sentada en una silla de partos, y Ángel, detrás de mí, no dejaba de hablarme al oído, me recordaba lo importante que era este momento para mí, todo lo que habíamos luchado para conseguirlo, que sí que podía conseguirlo, como tantas y tantas mujeres... Yo había observado que conforme pasaba la noche, sus ojos iban adquiriendo un brillo de excitación y emoción al ver que lo que creíamos impensable, estaba de verdad ocurriendo... Este período fue largo y realmente duro; hubo momentos en que creo que dudé de mí misma y de mis fuerzas, pero entre contracción y contracción recuperaba fuerzas y me decía que tras esa contracción me faltaba una menos para conocer a Mireia... Enrique me ofreció la posibilidad de la ventosa para ahorrar algunas contracciones, pero no la quise; las había deseado tanto que no quería perderme ninguna de ellas; además, quería un parto lo más natural posible...

Ya casi al final, Cari insistía en que me tocara para notar a la niña, pero yo no lo quería hacer, me daba miedo de que no fuera verdad... Pero sí era cierto, la niña estaba bajando... De modo que, finalmente, tras mucho empujar, y casi sin crérmelo, pude notar y ver en un espejo la cabecita de mi niña...¿podía ser verdad que yo iba a ser capaz de dar a luz...?

Sí... Mi hija Mireia nació felizmente a las 5:40 de la mañana, perfectamente bien, sin epidural, sin episiotomía, sin oxitocina, sin ventosa... sin nada... Inmediatamente la pusieron sobre mí, y todos la acariciaban, para masajearla... Yo sólo quería ponérmela al pecho, era mi forma de acercarla al máximo a mí, como tantísimas veces había hecho con sus hermanos... Mireia nació perfectamente sana y muy grande: pesó 4,280 kg y midió 54 cm... (sólo por el tamaño me hubieran hecho otra cesárea...)

Tras esos primeros instantes de emoción, recuerdo que Enrique comprobó mediante una palpación interna que el útero estaba intacto, y que no se había producido ninguna dehiscencia o rotura parcial de las cicatrices del útero. Todo estaba perfectamente bien.

**«Me siento muy feliz, he conseguido reconciliarme con mi propio cuerpo»**

La felicidad de esos momentos es algo que aún estoy viviendo; todos los días me acuerdo del parto... Nos costó mucho conseguirlo, muchos meses de dudas y miedos, pero hoy sé que esto es posible y que será cuestión de unos años el que en España se pueda parir después de dos o más cesáreas.

Mi hija Mireia ha tenido la gran suerte de nacer en un sitio maravilloso, Acuario, donde fue tratada desde el principio con todo el cariño posible y pensando siempre en su bienestar... Respecto de mí, me siento muy feliz, he conseguido reconciliarme con mi propio cuerpo y estoy orgullosa de haber vivido esta experiencia. Yo animaría a todas las mujeres a tener un parto natural, sin ninguna intervención innecesaria, pues ésta es la forma que tiene la Naturaleza de demostrarnos a las mujeres que somos muy fuertes y capaces de soportar momentos realmente duros. Además de ser una experiencia absolutamente enriquecedora y que siempre luego me enorgullecerá recordar... No quiero terminar sin decir que este parto también es, en gran parte, de mi amiga Ibone, así como el nacimiento de su hija June lo siento como algo mío. Ella me ha ayudado mucho en las múltiples crisis que he pasado estos últimos meses y ha estado a mi lado animándome a continuar con lo previsto. Hemos vivido juntas estos meses de preparación previa y ha sido un camino muy bonito el preparar el nacimiento de nuestras hijas, tras haber sufrido dos cesáreas. Pero lo que creo más importante de todo, es que algún día June y Mireia sabrán que sus madres dedicaron muchísimo esfuerzo, ilusión, y pasaron por muchas dudas y miedos sólo con el fin de darles lo mejor, su propio nacimiento y no programar directamente una cesárea.

**«Será cuestión de unos años el que en España se pueda parir después de dos o más cesáreas»**

En fin, sólo deseo que este relato ayude a ver que queda mucho que cambiar respecto del nacimiento de nuestros bebés, y que las mujeres no debemos perder el privilegio que nos viene dado por Naturaleza de vivir por nosotras mismas el momento único del nacimiento de un hijo, con toda su intensidad y toda su hermosura.

Un fortísimo abrazo, Meritxell

<sup>1</sup> En español, parto vaginal después de cesárea