

Lactivista

Dra. Ibone Olza

Editorial OB STARE

*A las mujeres de la Asociación Vía Láctea,
que tanto me ayudaron y enseñaron.*

NOTA EDITORIAL: **Lactivista** es una obra recopilatoria de diferentes artículos de la Dra. Ibone Olza en torno a la lactancia materna. Algunos de ellos han sido publicados en su blog o en el blog de la Asociación *El Parto Es Nuestro*; en estos casos, debajo del título de cada artículo aparece su fecha de publicación. Otros artículos están viendo la luz por primera vez en este libro. Finalmente, el Anexo *Lactancia para psiquiatras* fue publicado por primera vez en la revista digital *Archivos de Psiquiatría*.

EL PECHO NO ES LO MEJOR

HAY MADRES QUE HAN INTENTADO AMAMANTAR y lo han dejado a la semana del parto, con grietas en los pezones y dolor en el alma. Madres seropositivas que han optado por la lactancia artificial para excluir por completo la posibilidad de transmitir el VIH a sus bebés por la leche. Madres que sufrieron abusos sexuales en su infancia y a las que la sola idea de que el bebé succione su pecho les produce un profundo malestar. Madres anoréxicas o bulímicas a las que alimentar a sus bebés les supondrá un esfuerzo gigantesco y tal vez una recaída. Madres que son maltratadas en sus partos y que salen del paritorio anuladas y sin ninguna energía para poder sostener a sus bebés. Madres que adoptan y madres que consiguen serlo tras haber superado un cáncer.

Son infinitas las razones por las que una madre puede decidir no amamantar, y cada una de ellas merece el máximo respeto. Lo que verdaderamente necesitan todos los recién nacidos sin excepción es sentirse queridos, no solo por sus madres sino por

toda una familia o comunidad. Las madres siempre necesitan respeto, apoyo y reconocimiento.

Si amamantar se convierte en una obligación o en un mandato, apaga y vámonos. Si hay madres que se sienten criticadas, juzgadas o rechazadas por decidir no amamantar, lo estamos haciendo mal las y los que defendemos las bondades de la lactancia materna. Cada madre sabe qué es lo mejor para ella y para su bebé. Las circunstancias pueden ser tremendamente complejas. Ha llegado el momento de que hagamos una reflexión profunda. El mensaje que estamos dando los que promovemos la lactancia debe ser cambiado, o al menos matizado.

Como activista me preocupa mucho que la defensa de la lactancia materna pueda hacer que las madres que no han dado el pecho se sientan mal, culpabilizadas o angustiadas por la salud de sus hijos e hijas. Decir que el pecho es lo mejor es señalar o culpabilizar de alguna forma a las madres que no optan por el amamantamiento. Cuando ponemos el superlativo «lo mejor», damos en cierto modo a entender por la disyuntiva que no darlo es lo peor. ¿Qué madre no quiere lo mejor para su bebé? En ocasiones, lo mejor es enemigo de lo bueno.

Entre los años 2004 y 2006, la Agencia Pública de Salud de la Mujer del Departamento de Salud estadounidense lanzó una agresiva campaña para promover la lactancia materna. Se centraba en alertar de los riesgos de la lactancia artificial. La campaña se difundió en todos los medios y llegó a incluir imágenes de mujeres embarazadas subidas a un toro mecánico con el titular «Nunca correrías esos riesgos embarazada, ¿por qué hacerlo una vez que el bebé ha nacido?». Joan B. Wolf, profesora de estudios de género en la Universidad de Texas, realizó un análisis muy crítico de la campaña. Para ella, esta se incluía en algo más amplio: la presión para la «maternidad total». Una especie de código moral que presiona a las madres para que sean expertas en todo, en cada una de las dimensiones de la vida de sus bebés, comenzando desde

Lactivista

el útero, renunciando a su individualidad o quedando reducidas a meras sirvientas cuya tarea principal consiste en proteger a sus criaturas de todos los riesgos. Wolf se preguntaba, además, si era ético provocar miedo y ansiedad a las madres para intentar que amamanten y cuestionaba las, según ella, presuntas ventajas de la lactancia materna, criticando la metodología de los estudios que le parecían poco rigurosos (Wolf, 2007).

Desde luego que angustiar o amenazar a las madres que optan por no dar el pecho no es la manera de promover la lactancia materna, sino más bien de enfrentar y dividir una vez más al colectivo de mujeres madres y probablemente a la sociedad. Dar el pecho no es lo mejor, pero sí lo normal (como bien dice en su blog la activista Patricia López Izquierdo¹). La leche materna es el mejor alimento para los más pequeños, pero dar el pecho no es siempre lo mejor: a veces, por desgracia, es lo más difícil.

Hay un grupo de apoyo en internet para las madres que optan por la lactancia artificial: *Fearless Formula Feeder*² es un grupo de apoyo en la alimentación del lactante fundado por Suzanne Barston. Merece la pena escuchar a las madres que dan el biberón contar cómo se han sentido juzgadas por algunos profesionales sanitarios o avergonzadas al dar el biberón en según qué lugares.

El problema es que hay muchos intereses ocultos que pueden condicionar la libre elección de las madres. El negocio que supone para la industria farmacéutica y alimentaria el mercado de la lactancia artificial es incalculable. Y esa industria tiene unos tentáculos alargados que llegan mucho más lejos de lo que se podría imaginar, de maneras invisibles o sutiles.



¹<http://consultalactancia.es/2012/07/19/la-lactancia-materna-no-es-lo-mejor/>

²<http://www.fearlessformulafeeder.com/>

Para empezar, el negocio de la leche de fórmula campó a sus anchas durante la segunda mitad del siglo pasado erradicando casi por completo la cultura tradicional del amamantamiento.

«Formula feeding is the longest lasting uncontrolled experiment lacking informed consent in the history of medicine» [«La lactancia artificial es el experimento más duradero sin grupo control ni consentimiento informado en la historia de la medicina»]. La frase es de Frank Oski (1932-1996), que fue catedrático de pediatría de la John Hopkins y editor de la prestigiosa revista Pediatrics. Todavía a día de hoy es difícil conocer las consecuencias a largo plazo de la introducción masiva de la lactancia artificial como manera de alimentar a los bebés a partir de los años cincuenta y sesenta en el mundo occidental.

Eso generó que actualmente sean una minoría las mujeres adultas que han sido amamantadas en su infancia o que han visto lactancias gozosas en su entorno. Amamantar es mucho más fácil si has crecido viendo a muchos bebés y niños o niñas tomando el pecho en cualquier lugar, a todas horas y de cualquier manera. Intentarlo sin haber conocido de cerca otras lactancias puede ser muy difícil.

Por otra parte, aunque a menudo se ha mencionado la introducción de la lactancia artificial como uno de los avances que permitió a muchas mujeres la incorporación al mercado laboral, en realidad este supuesto avance tiene poco de liberación, y mucho de sumisión a una lógica capitalista que actúa en contra de los deseos de madres y criaturas.

Paradójicamente, conforme avanzó la liberación de la mujer se incrementó la presión sobre el cuerpo de las mujeres. Lo que seguramente no tenga tanto de paradoja y sí mucho de lógica. Se trata más bien de un desplazamiento de la presión que la hace más sutil e invisible: ahora somos nosotras mismas las que interiorizamos y ejercemos la presión dañando «libremente» nuestros cuerpos. Como dice la feminista Naomi Wolf: «la dieta

Lactivista

es el sedante más potente de la historia de las mujeres». Y así en este mundo prácticamente todas las mujeres estamos expuestas diariamente a imágenes y mensajes que nos recuerdan que más delgadas, más altas, más rubias, más blancas, con menos pelos y menos arrugas estaríamos mejor... ¿Quién puede pensar que en semejante contexto una elección como no dar el pecho sea siempre un acto de libertad? ¿Es realmente libre la mujer que elige ponerse implantes de silicona en el pecho para sentirse mejor, más aceptada o más deseada? ¿O está por el contrario totalmente sometida a una cultura alienante que la anula diariamente de diversas formas sutiles y perversas? Hablando de perversión, merecería la pena mencionar a los médicos que en vez de respetar el principio de la medicina de no hacer daño —*Primum non nocere*— operan a mujeres totalmente sanas recortando, amputando, mutilando o plastificando las carnes de sus órganos sexuales, ya sean los pechos o incluso los genitales externos.

Sueño con un mundo en el que ninguna mujer odie su cuerpo. La presión actual sobre los cuerpos de las mujeres se ensaña especialmente con las madres: debemos borrar las huellas del embarazo cuanto antes de nuestros cuerpos.

Ser madre hoy en día, en esta sociedad patriarcal y capitalista, no es nada fácil. La presión, como decía, es brutal, y al mismo tiempo invisible. Las portadas habituales de las revistas del corazón nos recuerdan los estereotipos más actuales: «Fulanita recupera el tipazo a las cuatro semanas de dar a luz». Borrar las huellas del embarazo en el cuerpo, junto con una idealización ñoña de la maternidad, que infantiliza y simplifica al máximo la complejidad de un momento vital de intensidad absoluta. «Tengo un bebé muy bueno que duerme toda la noche». «La experiencia más maravillosa de mi vida». No caben las ambivalencias, ninguna mujer reconocerá públicamente las dificultades, las soledades, los miedos o los agobios normales en el puerperio.

Escuchando cotidianamente a las madres, compruebo lo difícil que puede ser la lactancia. Entiendo que muchas no quieran dar el pecho más allá de las primeras semanas o primeros meses. Me desespero al comprobar el escaso apoyo que encuentran las madres cuando tienen dificultades severas con el amamantamiento: las grietas, el dolor o la depresión raramente son tratadas eficazmente. Sí, te dicen que des el pecho, pero casi nadie sabe cómo ayudarte con los problemas que con frecuencia surgen al inicio. Dar el pecho con dolor es terrible y síntoma de que hay un problema que diagnosticar y tratar.

Igual que conozco de primera mano lo incompatible que resulta mantener la lactancia en la mayoría de los trabajos, lo ridícula que puede resultar incluso la hora de permiso por lactancia cuando no se pueden flexibilizar horarios o trabajar desde casa. Al capitalismo sin duda le beneficia que haya tantas lactancias que terminen abruptamente por un mal asesoramiento: más negocio de leche artificial, más demanda de antibióticos, más mercado de medicamentos para muchas enfermedades cuyo riesgo aumenta con la lactancia artificial.

Soy feminista y para mí eso significa, entre otras muchas cosas, defender y apoyar la lactancia materna: ser lactivista. Pero no como sacrificio ni como martirio, sino como fuente de placer y bienestar... Por gusto, por salud, por disfrute.

La leche materna es el mejor alimento para los bebés, pero dar el pecho no es siempre lo mejor.

POR QUÉ SOY LACTIVISTA

01.08.2012

Soy lactivista: defiando el derecho del bebé/niño a ser amamantado y de la madre a amamantar, a demanda, en cualquier lugar, sin miradas ni comentarios de desaprobación, y hasta que el/la niño/a lo desee.

Ileana Medina¹.

SOY LACTIVISTA PORQUE CUANDO TUVE A MI PRIMER HIJO me di cuenta de que en seis años estudiando Medicina no me habían enseñado nada sobre lactancia materna, aunque sí sobre fórmulas artificiales. Porque amamantar a mis hijos me reconcilió con mi cuerpo y me ayudó a sanar las heridas de tres partos muy traumáticos. Porque



¹<http://www.tenemostetas.com/2010/10/soy-lactivista.html>

las madres de Vía Láctea me ayudaron de forma gratuita y generosa cuando mi bebé estaba atado en una incubadora y ni siquiera nos permitían tocarle, ahí sentí la importancia de los grupos de apoyo madre a madre. Porque todavía no sabemos la cantidad de sustancias maravillosas que lleva la leche materna. Porque la lactancia es gratuita, ecológica y portátil. Porque demasiadas madres ven truncado su deseo de amamantar por culpa de la ignorancia de los profesionales, o aún peor, del marketing de las leches de vaca que vende la industria farmacéutica. Porque la lactancia es un abrazo continuo que asegura millones de caricias y facilita la crianza. Porque creo que la psicología evolutiva tendrá que ser reescrita partiendo de los niños y las niñas que han sido amamantados durante años, y solo entonces podremos empezar a conocer las secuelas del destete temprano que la mayoría de nosotros sufrimos. Porque creo que las madres que desean amamantar merecen muchísimo más apoyo y reconocimiento del que reciben. Porque siento mucha tristeza cuando veo mujeres jóvenes con los pechos llenos de silicona y lamento que no hayan podido crecer en una cultura que celebre la lactancia. Porque deseo que otras madres y niños y niñas puedan disfrutar tanto de la lactancia como yo y mis hijos. Porque me encanta seguir aprendiendo e investigando sobre lactancia. Porque he visto cómo la lactancia puede prevenir e incluso curar algunos trastornos mentales. Porque se tergiversan y no se difunden los riesgos que tiene la lactancia artificial... etc., etc. Podría seguir durante horas y horas, pero lo puedo resumir en una: porque dar de mamar es AMAR.