

Lactancia en Prácticas



Adrián Cordellat Martín

Un Papá en Prácticas
www.unpapaenpracticas.com

 @acordellat



¿Qué hago yo aquí... entre tanta gente que sabe tanto de lactancia materna?

He intentado encontrar la explicación en dos posts que publiqué hace tiempo en mi blog.



La **crisis de los tres meses** para dummies (como yo):

- El post tuvo un gran impacto porque mucha gente desconocía el tema y se sintió identificada.
- Utilicé como fuentes el libro “Un regalo para toda la vida” y artículos de webs de lactancia materna. A partir de ahí expliqué de forma muy sencilla en qué consistía.

La lactancia y la famosa crisis de los tres meses

[Home](#) > [Andanzas](#) > [La lactancia y la famosa crisis de los tres meses](#)

[A-] [A+]



Los tres meses suelen marcar un momento crucial en las relaciones personales. Aproximadamente a los tres meses, la relación idílica que mantienes con una nueva pareja puede sufrir un primer revés (en forma de discusión o bajón en la entrega por una de las partes) que te haga replantearte si todo lo que estabas viviendo era tan idílico. Aproximadamente a los tres meses de entrar en un nuevo trabajo, la felicidad inicial puede dar paso a cierta desidia o desencanto. Aproximadamente a los tres meses (puede pasar a los tres, pero también a los cinco), la relación madre-hijo en lo referente a la lactancia sufre un cambio que conlleva días (incluso semanas) de frustraciones y sentimientos encontrados.



Lactancia en Prácticas – XII Congreso Fedalma



Seguir

Nunca te acostarás sin saber... RT

@PazGonzalez7: La lactancia y la famosa crisis de los tres meses wp.me/p3LAI7-6z vía @acordellat



RETWEET

1

FAVORITO

1



18:29 - 16 de feb. de 2014

Resumen del perfil



TWEETS
2.345

4

Seguir

Estamos salvados...

Pediatra de Atención Primaria

Alpedrete - Morazarzal MADRID



La leche te da la vida (O como la publicidad impone modelos de crianza)

Home > A Debate > La leche te da la vida (O como la publicidad impone modelos de crianza)

[A-] | [A+]

La semana pasada, la mamá jefa me puso tras la pista de un anuncio

que ya compartí en mi cuenta de **Twitter**. Yo tengo un chip que hace dormitar a mi cerebro durante la publicidad (y que sólo el famoso spot de "Es un palo, es un palooooo" es capaz de hacer despertar), así que tuve que buscarlo en Youtube. Si todavía no lo habéis visto, quizás haya llegado el momento de hacerlo.

Digamos que todo en el anuncio fluye con normalidad. O al menos con toda la normalidad que pueden fluir estos anuncios lacrimógenos que con una musiquita emotiva de fondo y cuatro imágenes de bebés calan pronto en el interior del telespectador. Sonrisa de bebé, imágenes de paisajes bucólicos, escena del parto, abuelos entrañables, voz en off con discurso sensiblero directo al corazón... Y entre todo ello, como quien no quiere la cosa, la siguiente escena...

2





Lactancia en Prácticas – XII Congreso Fedalma

YouTube ES

La leche te da la vida

13.151



Podéis escandalizaros, pero tengo que reconocer que este spot reflejaba a la perfección mi percepción de la **lactancia materna** ANTES de ser padre.

Bastan dos fotogramas del anuncio para haceros entender a qué me refiero...



Antes de ser un papá en prácticas:
La lactancia materna era....



-Algo que se hacía a **escondidas**... y a oscuras. De espaldas.

-Un tema totalmente desconocido y, por tanto y en cierto modo, **tabú**.

-Una forma de alimentar al bebé igual que los biberones (ni mejor, ni peor), pero llena de **prejuicios y mitos**.



Sin embargo, el **biberón** era...

-Una acción que se hacía de frente al mundo, a plena luz, en **plenitud**.

-Un tema totalmente **conocido**. El pan nuestro de cada día. Algo al alcance de cualquiera.

-Una forma de alimentar al bebé **igual** que la lactancia (ni mejor, ni peor), pero carente de prejuicios y mitos que la tergiversaran.





¿Qué pasó entonces para que esa persona que era yo ANTES de convertirme en papá en prácticas cambiase tanto su percepción hasta el punto de estar hoy aquí, en un Congreso Nacional de Lactancia Materna?

Una conjunción de tres factores me hizo ver la luz.



1

Información / Lecturas:

Webs, blogs, “Un regalo para toda la vida”
Carlos González*

2

Curso de preparación al parto: Una matrona que reforzó todo lo leído.

3

Diana (Mamá jefa): Me ponía al día de todo lo que leía en webs, blogs y libros. Ver su convicción y su seguridad fue lo más determinante.



Este cambio de **mentalidad**, esta positiva sobreinformación, me hicieron desterrar muchos **mitos** que siempre había escuchado (y por lo tanto, había interiorizado) alrededor de la **lactancia materna**.

Es lo que yo llamo “**Frases del gran manual de la crianza**”.

Tengo una sección con ellas en el blog que de momento ya tiene 13 entregas.



Un papá en prácticas

Andanzas de
un padre
novato

INICIO ANDANZAS CONCILIAR A DEBATE OCIO EN FAMILIA COLABORACIONES

Frases de manual (#11): “¿Todavía tienes leche?”

Frases de manual (#1): “Te está utilizando como chupete”



“TOMA MUCHA LECHE PARA PRODUCIR MÁS”

“Yo tenía mucha leche pero de repente se me cortó”

“YO NO LE DI EL PECHO PORQUE NO TENÍA LECHE”

“A ver si es que esa leche tuya no alimenta...”

“Esa niña ya es demasiado mayor para seguir tomando teta, ¿no?”

“Chupa por vicio”

(Y así hasta el infinito...)



Toda esta evolución personal me ha llevado a replantearme también un tema que normalmente no aparece en libros ni manuales.

La **lactancia materna**, como es normal, se focaliza en la mujer. En la madre. No obstante, me gusta pensar que los **padres** también desempeñamos un papel en ella.

Hasta la fecha he distinguido tres papeles o roles del padre en la **lactancia materna**:



El papel del padre en la lactancia (#1): Auxiliar de mamá

- En las primeras semanas, mientras se establece el vínculo y la lactancia. ¿Qué podemos hacer?
 - Librar a la madre de todos los **engorros** burocráticos / domésticos.
 - Crear un **ambiente** idóneo para que la lactancia se establezca (tranquilidad, labor de agenda para evitar que las visitas se multipliquen, dar tiempo para que madre y bebé se conozcan con calma, sin prisas).



El papel del padre en la lactancia (#2): Pedagogo

- Esta fase se extiende durante todo el tiempo que se prolongue la lactancia materna:
 - **Labores pedagógicas** para destacar los beneficios de la lactancia a los que los ponen en duda.
 - Labores **reeducacionales**: Tumbiar con datos e información las frases de manual asociadas a la lactancia, contestar a los comentarios molestos e irrespetuosos con la decisión de prolongar la lactancia...*

*Esta es una labor en equipo que requiere de altas dosis de paciencia para no enviar a todo el mundo a freír espárragos.



El papel del padre en la lactancia (#3): Espectador privilegiado





“Tal vez tengáis ocasión de contemplar un espectáculo más maravilloso que el que ofrece un bebé mamando del pecho de su madre, pero dudo que sea en esta vida”

GRACIAS



Lactancia en Prácticas



Adrián Cordellat Martín

Un Papá en Prácticas

www.unpapaenpracticas.com

@acordellat