

El XII Congreso de la FAME abordará los retos de futuro de las matronas

El encuentro, que tendrá lugar en Pamplona entre el 17 y 19 de octubre de este año, estará orientado a reforzar las competencias del colectivo y a actualizar conocimientos para innovar en sus procesos de actuación.



El XII Congreso de la Federación de Asociaciones de Matronas de España (FAME) y II Congreso de la Asociación Navarra de Matronas (ANAMA), que se celebrará en el Auditorio Baluarte de Pamplona los próximos días 17, 18 y 19 de octubre, ofrecerá a las matronas asistentes un espacio en el que poder reflexionar acerca de las necesidades que tiene el colectivo para poder desarrollar sus competencias. "Queremos demostrar que tenemos capacidad suficiente como para asumir competencias con las que hasta ahora no se nos identifica como, por ejemplo, la prescripción o el trabajo de las matronas desde las consultas de sexualidad",

afirma Natividad Astrain, presidenta del congreso. Bajo el lema "Ciencia, arte y creatividad", la presente edición del encuentro se organiza alrededor de cuatro mesas de trabajo. En la primera, dedicada al parto y al nacimiento respetuoso, se hablará sobre el impulso que se está dando desde el ministerio al derecho que tienen las mujeres a decidir cómo quieren que sea su parto; en la segunda, dedicada a los nuevos campos de actuación de la matrona, se llevará a cabo una exposición del trabajo del colectivo en

las unidades de fertilidad y se analizarán las tendencias de futuro dentro de la asistencia hospitalaria; la tercera estará centrada en la sexología para matronas, una aproximación a la educación sexual desde la consulta y a las demandas más frecuentes de las mujeres. Finalmente, la cuarta mesa, con enfoque de futuro, constituirá un debate sobre el avance en el conocimiento de la profesión en el que se prestará especial atención a las alternativas farmacológicas en la gestión del dolor.

"Demostraremos que podemos asumir competencias con las que hasta el momento no se nos identifica".

Descenso de la natalidad en España

La progresiva reducción del número de mujeres en edad fértil es la principal causa de esta tendencia.

Pág. 4



Crece la asistencia a la preparación al parto

Un 82% de las mujeres afirma asistir o tener la intención de asistir a clases de preparación al parto.

Pág. 18



Talleres de suelo pélvico para matronas

Pág. 6

La AEM, al lado de la ética en la profesión

Pág. 8-9

Una matrona en África

Pág. 10

Nuevos métodos de preparación al parto

Pág. 20

Compartiendo experiencias

Llega el nuevo curso, con él, nuevos contenidos para *Newsmatrona*. Esta vez, acompañaremos durante un día a Àngels Viñals, supervisora de la sala de partos del Hospital General de Cataluña, y conoceremos a Maribel Castelló, una matrona emprendedora que nos mostrará las diferentes perspectivas desde las que se puede ejercer la profesión. En la ya habitual sección de Noticias de actualidad, analizaremos las últimas novedades en formación para matronas y compartiremos con el Hospital de Manises la alegría de haber atendido ya su parto número 5.000. Además, Rosa Plata nos explicará las principales conclusiones del Congreso Nacional de Matronas de junio, que fue todo un éxito, y avanzaremos los contenidos del

XII Congreso de la Fame. También viajaremos a África de la mano de Casilda Velasco para descubrir algunas de sus vivencias como cooperante y aprenderemos nuevos métodos de preparación al parto junto a las matronas Inés Molina y Catalina Cerdà. Con este octavo número, queremos presentar también el trabajo realizado por la matrona y fisioterapeuta Glòria Sebastià, directora del departamento de preparación sofrológica a la maternidad de la sección España, quien, con su amplia experiencia en el ejercicio del suelo pélvico, ha preparado un documento destinado a todas aquellas matronas que imparten cursos de preparación a la maternidad. Se trata de un material didáctico, que responde a las peticiones que nos habéis hecho llegar durante los últimos meses, y en el que podréis

encontrar una guía con las principales acciones que los músculos del suelo pélvico realizan, además de las posibles disfunciones que se pueden presentar si estas capacidades disminuyen. Continuamos esforzándonos para reflejar el magnífico trabajo que día a día hacéis con las mujeres, apoyándolas en todas y cada una de las etapas de la maternidad y haciendo que este momento sea para ellas, si cabe, mucho más especial. Desde aquí, os queremos dar las gracias por vuestra colaboración en el *Newsmatrona* y os animamos a que continuéis ayudándonos para seguir transmitiendo con vuestras anécdotas y experiencias esa ilusión y alegría que define vuestra profesión.

Elena Pitarch
Directora de Field



Grupo de visitadoras de Sfera Editores junto a nuestro director, Joan Turu, y los directores Guillermo Bergnes y Elena Pitarch.



Mi bebé y yo diseñó hace unos meses diversos pósters de lactancia y carteles pensados para que las matronas los cuelguen en la puerta de sus consultas. Podéis solicitarlos, junto al trabajo *Reeducación del suelo pélvico*, encargo de la revista *Mi bebé y yo* a Glòria Sebastià, enviando un correo electrónico a epitarch@sfera.es.

CARTA A LAS MATRONAS A mis amigas matronas

Si "de bien nacidos es ser agradecidos", lo primero que tengo que hacer en estas líneas es dar las gracias a todas esas matronas que desde el primer día en el que empecé a trabajar para *Mi bebé y yo*, y de eso hace ya casi veinte años, habéis colaborado conmigo. También a las que lo habéis empezado a hacer más recientemente y a las que, por diversos motivos, no lo hacéis, ya que todas vosotras, siempre y sin excepción, me habéis tratado con respeto y afecto. Hay profesiones que son el fruto indiscutible de una más o menos temprana vocación. Sin ninguna duda, la vuestra es una de ellas y, a través del amor que tenéis por vuestro trabajo, contribuís a que yo sienta también una profunda satisfacción con el mío. Porque es un placer ir a visitaros mes a mes y darme cuenta de que, en la mayoría de los casos, hay más que un interés profesional mutuo. Por eso os agradezco la confianza que me habéis dado en muchas ocasiones para contaros mis inquietudes, mis problemas, mis anhelos y mis satisfacciones, del mismo modo que la habéis

depositado en mí para contarme los vuestros. En estos años hemos compartido muchas conversaciones y momentos, cafés, comidas entrañables, salidas, obras de teatro e incluso algún que otro micrófono para cantar en el karaoke después de celebrar el día de la matrona (con una poquita más de chispa de lo habitual). Y espero que lo podamos continuar haciendo ya que, si actualmente el trabajo es una bendición, trabajar con gente como vosotras no tiene precio. Más que nadie sois vosotras las que participáis y contribuís al bienestar de la mujer desde nuestra adolescencia hasta nuestra madurez, acompañándonos en los momentos más importantes y compartiendo el milagro de la vida con cada futura mamá. Por eso, simplemente como mujer y no como Carmen Marín, quiero deciros: Muchas gracias a todas.

Carmen Marín
Visitadora de Aragón/La Rioja/Lérida/
Navarra/Soria



Carmen Marín

¡NOVEDAD EN SPRAY!

PARA CADA CAMBIO DE PAÑAL

La solución
+ **higiénica** + **cómoda**

TESTADO
BAJO
CONTROL
PEDIÁTRICO

Wickel
SPRAY
para el pañal

DOBLE PROTECCIÓN

- EFECTO BARRERA
NO OCLUSIVO
- ALIVIO DE LAS
IRRITACIONES



La **solución + higiénica + cómoda**
para la dermatitis del pañal y la irritación de la piel.
Presentación 100ml.



Medidas de precaución: no usar en llagas infectadas o que supuren, no usar en levaduras o si la dermatitis del pañal persiste.

www.wickelspray.com

STADA Consumer Health

La maternidad mantiene su tendencia descendiente

Después de cuatro años de descenso, los nacimientos en España se redujeron un 3,9% en 2012 debido a la menor fecundidad femenina y a la progresiva reducción del número de mujeres en edad fértil.

Durante 2012 se registraron en España 453.637 nacimientos, un 3,9% menos que el año anterior. Según datos publicados por el Instituto Nacional de Estadística (INE), con esta cifra se mantendría la tendencia descendente iniciada hace ahora cuatro años cuando, después de llegar en 2008 a la cifra de natalidad más elevada de las últimas tres décadas, los índices empezaron a bajar. Desde entonces, el número de nacimientos se ha reducido en un 12,8%.

La disminución de la fecundidad de 1,34 en 2011 a 1,32 en 2012 y la progresiva reducción del número de mujeres en edad fértil, que se explica por la crisis de natalidad de los años ochenta, son las principales causas de esta situación, a las que cabe añadir el descenso de la inmigración exterior en estos últimos años. Además en 2012, la edad media a la maternidad fue de 32,1 años entre las españolas y de 28,9 entre las extranjeras, lo que demuestra que se mantienen las diferencias en el calendario de fecundidad.

Por comunidades autónomas, La Rioja y Melilla son los únicos territorios en los que el número de nacimientos experimentó un incremento. En el primer caso, este aumento fue del 0,6%, mientras que en el segundo fue de un 4,0%.

En lo que se refiere a la esperanza de vida al nacimiento, la cifra disminuyó ligeramente hasta llegar a los 82,2 años. En el caso de los varones, la media se mantuvo en 79,3, mientras que entre las mujeres bajó un 0,2, hasta alcanzar los 85,0.

Por su parte, el crecimiento vegetativo de la población residente en España (diferencia entre nacimientos de madre residente en España y de defunciones de residentes en el país) se redujo un 42,9% en 2012 y se situó en 48.488 personas, un índice que no bajaba de 50.000 desde 2001.

Más enlaces matrimoniales

Durante 2012 también se ha puesto fin a la tendencia decreciente que seguían desde 2005 los nuevos matrimonios. Así, un total de 168.835 parejas contrajeron matrimonio el pasado año, un 3,4% más que en 2011. En lo que se refiere a la edad media para casarse, ésta fue de 36,2 años para los varones y de 33,0 para las mujeres.

La mujer: centro de la responsabilidad familiar

A pesar de que en los últimos años se ha conseguido una participación más equilibrada de hombres y mujeres en el mercado laboral, las segundas continúan asumiendo la mayor parte de responsabilidades familiares y domésticas. Así lo demuestran los resultados de la Encuesta de Población Activa sobre conciliación de vida laboral y familiar, que recogen conclusiones como que el 21,1% de mujeres ha reducido el número de horas trabajadas en un tiempo igual o superior a un mes para cuidar como mínimo a un hijo, o que un 38,2% de las mujeres ocupadas han dejado sus trabajos para periodos superiores a un año después del nacimiento de sus bebés.

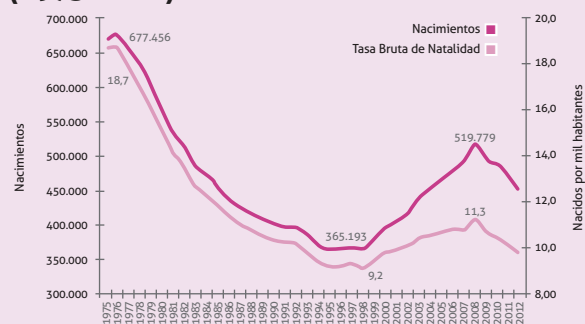
PRINCIPALES INDICADORES DE NATALIDAD Y FECUNDIDAD

	Nacimientos	Tasa Bruta	Indicador	Edad Media
1976	677.456	18,7	2,80	28,5
1981	533.008	14,1	2,03	28,2
1986	438.750	11,4	1,56	28,5
1990	401.425	10,3	1,36	28,9
1995	363.469	9,2	1,17	30,0
2000	397.632	9,9	1,23	30,7
2004	454.591	10,6	1,32	30,9
2008	519.779	11,3	1,44	30,8
2012	453.637	9,7	1,32	31,6

Nota: los nacimientos se refieren al total ocurrido en España, incluyendo los de madres residentes en el extranjero.
(*) Es el número de hijos que tendría cada mujer a lo largo de su vida si se mantuviera en la población la misma intensidad en la fecundidad que la observada ese año.

FUENTE INE: años desde 1976 a 2012

EVOLUCIÓN DE LA NATALIDAD EN ESPAÑA (1975-2012)



FUENTE INE: años desde 1976 a 2012



TOP 10 DE LOS NOMBRES MÁS POPULARES EN ESPAÑA

Niños	Niñas
1. Daniel	1. Lucía
2. Hugo	2. María
3. Alejandro	3. Paula
4. Pablo	4. Daniela
5. Álvaro	5. Sara
6. Adrián	6. Carla
7. David	7. Martina
8. Diego	8. Sofía
9. Mario	9. Julia
10. Javier	10. Alba

Fuente: Encuesta realizada en la web de Sfera Editores.



ONE

Una Mochila Porta Bebé – Cuatro Posiciones

Llevar a los niños

Seguridad desde el primer momento.

Los bebés necesitan un intenso contacto corporal en sus primeros meses de vida para sentirse a gusto. Cuando llevas a tu recién nacido en la mochila porta bebé, estás ayudándole a realizar la difícil transición de una vida en el útero materno a otra en el mundo exterior. Tu calor corporal, el sonido de los latidos de tu corazón y tu voz le resultan familiares y tranquilizadores. Estar cerca de ti constituye un refugio en un mundo lleno de nuevas impresiones y enseña a tu bebé a confiar.

Llevar a tu recién nacido cerca del corazón es como flotar en las nubes.

Björn Jakobson, el fundador de BabyBjörn.

Ser visto, escuchado y llevado son necesidades fundamentales para los bebés, tanto como comer o dormir. Cuando acarreas a tu hijo en una mochila porta bebé aprendes a ver, interpretar y satisfacer sus necesidades. El contacto visual y la cercanía física crean un vínculo emocional de un valor incalculable entre tú y tu bebé para el desarrollo de éste y para vuestra futura vida en común. La sensación de seguridad que aportas a tu pequeño constituye una excelente base sobre la que edificar más tarde su autoestima.

Mochilas porta bebé de BABYBJÖRN

han sido diseñadas para proporcionar un contacto cercano entre el padre o la madre y el bebé, con el bienestar del niño como punto de referencia. Así pues, el bebé es llevado en la parte superior del pecho del padre o la madre, lo que resulta tan

cómodo para el pequeño como para el adulto. Concedemos también una gran importancia al hecho de que nuestras mochilas porta bebé sean fáciles de colocar sin ayuda de nadie, incluso en mitad de la noche. Y, obviamente, que sea igual de sencillo meter y sacar al niño de la mochila sin que éste se despierte. Son algunas de las razones por las que pediatras y psicólogos infantiles de todo el mundo recomiendan nuestras mochilas porta bebé. Además, éstos también han participado en el diseño de nuestras mochilas a fin de garantizar un óptimo confort, fiabilidad y funcionalidad.

Desarrollada por expertos.

Las preguntas importantes exigen respuestas reales. De ahí que nuestra estrecha cooperación con destacados pediatras haya sido nuestra guía desde los comienzos, hace ya medio siglo. Esta colaboración se inició con pediatras suecos y se amplió con el paso de los años a facultativos españoles, alemanes y estadounidenses.



No hay nada más maravilloso que sentirse unido a tu hijo pequeño.

Dr. García Fontecha, Ortopeda Pediátrico en el Hospital Vall D' Hebron en Barcelona.



Sabías que:

- Contamos con 40 años de experiencia en el desarrollo de Mochilas Porta Bebés.
- Más de 30 millones de bebés han sido llevados en nuestras mochilas.
- Todos los textiles que empleamos han sido probados y homologados de acuerdo a la norma Oeko-Tex 100, clase 1 para productos para bebés, que garantiza que no contienen sustancias nocivas ni alérgenos.
- Cooperamos con uno de los más reconocidos hospitales en Estados Unidos, el Rainbow Babies and Children's Hospital de Cleveland, Ohio.



Actividades para fortalecer la relación maternofamiliar



La Asociación da a las madres la oportunidad de compartir experiencias con otras mujeres en la misma situación.

Consolidar los vínculos entre madres e hijos es el objetivo de la Asociación Madres e Hijos Juntos, una agrupación de madres y profesionales nacida el pasado mes de febrero en Molina de Segura (Murcia) con la voluntad de proporcionar a las mujeres un lugar donde llevar a cabo actividades con sus hijos sin necesidad de dejarlos en ningún otro sitio. Según Emilia Redondo, matrona, profesora y Presidenta de la Asociación, "compartir experiencias con otras madres mientras practican gimnasia o danza del vientre junto a los pequeños fomenta el apego maternofamiliar y evita

ciertos trastornos anímicos como la fatiga o la depresión posparto.

El apoyo constante del ayuntamiento ha sido decisivo a la hora de diseñar el programa de actividades de la asociación, que está destinado a madres recientes y embarazadas, y que incluye materias como pilates y yoga en el posparto, psicoterapia para bebés, manualidades o talleres de masaje infantil y recuperación del suelo pélvico. "Participar conjuntamente en estas sesiones ayuda a que las madres restauren su equilibrio emocional y se relajen tanto física como mentalmente", afirma Emilia.

Taller práctico para fomentar el ejercicio del suelo pélvico



La matrona Susana Lafuente amplía los contenidos del taller con la finalidad de potenciar las estructuras que influyen en el parto y posparto.

Biomecánica en el parto y entrenamiento sinérgico puerperal es el título del taller impartido durante la celebración, el pasado mes de junio en Zaragoza, del Congreso Nacional de Matronas, con la finalidad de trabajar las principales estructuras que influyen en el parto y que se deben potenciar en el posparto. "Quisimos identificar las diversas dificultades estructurales que pueden surgir durante el parto para adoptar después aquellas medidas que aporten una ventaja mecánica a las parturientas, además de analizar las directrices que determinan el mejor tratamiento en el posparto", explica Susana Lafuente,

matrona en el Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza y encargada de impartir el taller.

Durante la sesión, las matronas participantes analizaron los movimientos pélvicos más indicados en cada una de las etapas del parto y realizaron un entrenamiento del suelo pélvico aprovechando los fenómenos sinérgicos que éste mantiene con el abdomen. "Es muy importante que las matronas animen a las mujeres a ejercitar la pelvis y les enseñen técnicas como el masaje perineal, ya que esta preparación ayudará a prevenir lesiones tanto musculares como nerviosas", concluye Susana.



"La implicación del padre genera un mayor apego con el bebé"



El taller ha pasado de los cinco asistentes en las primeras convocatorias a una media actual de 110.

Hace dos años y medio, las matronas y residentes del área de paritorio del Hospital General Universitario de Alicante decidieron poner en marcha el *Taller de habilidades para el acompañamiento al parto*, una iniciativa dirigida a fortalecer la figura del padre durante el embarazo, parto y crianza, e implicarlo más en el proceso. "Durante la sesión, les ofrecemos recursos que les ayudan a sentirse parte integrante de este acontecimiento", explica Violeta Navío, una de las matronas responsables del taller. "El embarazo es un factor clave para la adaptación a la paternidad. Por eso, una

mayor implicación del padre fomenta el establecimiento de un apego mucho más temprano con el bebé", añade.

La colaboración de la pareja en la movilización durante el parto, su papel fundamental en el periodo de lactancia, la importancia de una correcta transición a la figura de hermano mayor en caso de que haya más hijos y la existencia de recursos alternativos para el alivio del dolor son otros de los temas que se trabajan en el taller, que incluye además una demostración práctica de los contenidos a través de la colaboración de una pareja voluntaria.

Parto número 5.000 en el Hospital de Manises



Los padres recibieron la noticia con alegría y emoción, y quisieron participar en la fiesta desde el primer momento.

El pasado 12 de febrero los equipos de matronas y de ginecología del Hospital de Manises (Valencia) tuvieron la oportunidad de vivir uno de los momentos más emocionantes de la historia del centro al atender su parto número 5.000. "Nos hizo mucha ilusión porque este acontecimiento significó para nosotros un premio a la trayectoria del hospital en lo que a atención reproductiva se refiere y, sobre todo, una consolidación de las ideas sobre las que basamos nuestra tarea asistencial, consistente en el fomento del parto natural y humanizado

que respeta las decisiones de la mujer en todas sus etapas", afirma Begoña Sanchís, supervisora del área maternofamiliar del hospital.

Yolanda y su hijo Ángel, que al nacer pesó 2.950 gramos y midió 47 centímetros, recibieron como regalo una canastilla con pañales y ropa para el bebé, una manta con juegos y una pequeña bañera. "Los padres estaban muy emocionados e incluso escribieron una carta de agradecimiento a todo el servicio de ginecología y de maternidad", explica orgullosa.

Revolución!

El cuidado de la piel de los bebés ya nunca será igual...

PROTEGER
SU PIEL
DESDE HOY
Y PARA EL MAÑANA



NUEVO ACTIVO PATENTADO
Preserva la riqueza celular de su piel



92%
INGREDIENTES
DE ORIGEN
NATURAL

de media

0%
PARABENES
FTALATOS
FENOXIETANOL

**NUEVAS
FÓRMULAS MÁS
NATURALES**

Descubre
cómo preservar
el futuro de su piel:



Revolución!
www.mustela.es

EXPANSIENCE®
LABORATOIRES



Mustela®

Mustela®, cuando más la necesitas.

La AEM apuesta por la creación de una Comisión de Ética y Deontología

El XVI Congreso de la Asociación Española de Matronas y II Congreso de la Asociación Científica de Matronas de Aragón, celebrado en junio en Zaragoza, tuvo como principal novedad la formación de un órgano asesor para cuestiones vinculadas a la ética en el ejercicio de la profesión.

La Asociación Española de Matronas (AEM) organizó los pasados días 7, 8 y 9 de junio en el edificio Bantierra de Zaragoza la XVI edición de su congreso nacional, que tuvo como anfitriona a la Asociación Científica de Matronas de Aragón. Entre las novedades del encuentro, cuyo principal objetivo fue la puesta en común de alternativas terapéuticas y avances científicos y la difusión de investigaciones para mejorar la calidad asistencial de los servicios de matronas, destaca la creación de una Comisión de Ética y Deontología dentro de la Asociación. "Este órgano consultivo y asesor, complemento del Código Deontológico

"La creación de una Comisión de Ética y Deontología es vital para el desarrollo actual de la profesión"

de las Matronas Españolas elaborado y difundido bajo la iniciativa de la AEM, es de vital importancia para el avance de la profesión, ya que tratará todos aquellos aspectos relacionados con su ejercicio y servirá a las matronas como documento de referencia en su puesta en práctica", explica Rosa María Plata, vicepresidenta de la Asociación. Durante el congreso, organizado alrededor de cinco mesas de trabajo, los asistentes analizaron las funciones profesionales que hoy en día están en manos de las matronas y reflexionaron acerca de los cambios sociales que están provocando la aparición de nuevas demandas asistenciales.

Entre las intervenciones que suscitaron mayor interés destaca la ponencia *Epigenética y nutrición perinatal*, presentada por el doctor Paul Cordero Sánchez, en la que el experto nombró diversos avances terapéuticos de importancia capital para la intervención de la matrona a través del control del embarazo. "Cordero demostró, mediante la aportación de estudios científicos, que la nutrición perinatal afecta a la descendencia tanto en su desarrollo inicial como en su vida adulta", afirma Rosa María.

Influencia de la imagen corporal en el deseo sexual de las mujeres de la zona básica de salud de Jaca con perspectiva de género, de la matrona y máster en sexología, Cristina Zubiri, fue otra de las intervenciones que despertaron mayor atención. "Partiendo del mensaje que

la publicidad crea entorno al modelo de sexualidad y la observación directa de las mujeres en la consulta de atención primaria, Cristina concluyó que los factores que más influyen en el deseo sexual femenino son la percepción de la imagen corporal de la mujer y la disponibilidad de tiempo libre.

Premio Matrona Honorífica

El plato fuerte de esta edición del congreso fue el nombramiento del profesor Juan Luis Arsuaga como Matrona Honorífica. Arsuaga, doctor y codirector del equipo de investigaciones de la Sierra de Atapuerca, aprovechó su presencia para exponer las conclusiones de su última tesis doctoral, recopiladas en el libro *El primer viaje de nuestra vida*, en el que analiza los motivos por los que la evolución humana ha



Después del éxito de esta edición, la AEM ha empezado a trabajar ya en la organización del siguiente encuentro nacional, que se celebrará el próximo mayo en Valencia.

cambiado los patrones anatómicos de la mujer, dando como resultado partos mucho más difíciles y dolorosos. "Contar con un profesional de la talla del profesor Arsuaga es un orgullo para todas las matronas", asegura Rosa María.

Preocupados por el medio ambiente

Para continuar comprometiéndose con el bienestar medioambiental, una responsabilidad iniciada hace ya varios años por la AEM, se ha incorporado a la presente edición del congreso el uso del E-póster, destinado a sustituir el sistema tradicional de presentación de pósters científicos por el de formato digital. "Es un sistema mucho más ágil, novedoso, práctico y accesible para los ponentes", afirma Rosa María.

Durante el congreso se regaló a los congresistas un ejemplar de la primera edición del libro *Obstetricia para matronas*, realizado por un equipo de profesionales matronas de Aragón, que constituye una nueva herramienta adaptada a las necesidades de formación y aplicabilidad en el ejercicio asistencial de las matronas. Además, la AEM presentó el lanzamiento de su propia revista profesional, *Matronas Hoy*, una edición digital que, después de años de ausencia, se vuelve a poner en marcha con la finalidad de ofrecer a los profesionales una nueva vía de publicación para sus trabajos de investigación.

Defensa de las competencias

La lucha por el desarrollo completo de las competencias es la principal conclusión de esta XVI edición del Congreso, en la



El profesor Juan Luis Arsuaga recibió el Premio Matrona Honorífica por sus investigaciones acerca de la evolución de la pelvis.

La defensa de las competencias propias de las matronas continúa siendo uno de los principales retos de la AEM.

que las matronas manifestaron su oposición a que la situación actual de crisis sea utilizada para reducir los recursos humanos que comprometan la calidad asistencial. Además, la AEM dio a conocer su firme disposición a denunciar ante los órganos competentes a toda persona que realice actividades retribuidas relacionadas con los cuidados, la atención o los programas educativos dirigidos a

embarazadas sin estar en posesión del título que las acredite para dichas actividades profesionales.

Rosa María destaca el trabajo de M^a Ángeles Rodríguez de Rozalén, Presidenta del Congreso, cuyo esfuerzo y dedicación han hecho posible el éxito del encuentro. "Es una trabajadora infatigable que ha logrado el respeto de todos los que la conocemos", concluye.

Amplia representación de todas las comunidades autónomas de España

XVI Congreso de la Asociación Española de Matronas

Matronas de todas las autonomías asistieron a la presente edición del congreso, un logro que la organización reconoció llevando a cabo un desfile de banderas en el que se contó con la participación de todas ellas.

"Estamos muy satisfechas con los resultados del congreso ya que, a pesar del impacto de la crisis, hemos visto cómo la asistencia se mantenía e incluso se incrementaba ligeramente respecto a anteriores ediciones", explica Rosa María Plata. Un total de 350 matronas han asistido este año al encuentro de la AEM, una cifra que ha hecho posible la representación de todas las comunidades autónomas españolas.

Como una prueba más del sentimiento de unidad entre las matronas de la

asociación, es habitual incluir en el congreso un desfile con las banderas de todas las autonomías españolas. Según Rosa María, "con este acto simbólico queremos dejar constancia de que todas las matronas, sea cual sea nuestro origen, trabajamos en conjunto para la sociedad y para la propia profesión".

En esta ocasión, y como homenaje a la ciudad anfitriona, un grupo de residentes desfiló al son de un pasodoble dedicado a Zaragoza, obra del compositor Ramón Roig.



El desfile de banderas demostró el sentimiento de confraternidad y trabajo conjunto de las matronas de la AEM.

“Si queremos ayudar, debemos formarnos bien”

Casilda Velasco viajó por primera vez a África hace 33 años y, desde entonces, no ha dejado de colaborar en proyectos solidarios dirigidos a mejorar la calidad asistencial a la mujer. Actualmente, compagina esta labor con su trabajo de profesora en la Universidad de Jaén.

Burkina Faso fue el destino escogido por la matrona Casilda Velasco cuando decidió empezar a hacer cooperación en 1980. En ese primer viaje, tuvo la oportunidad de entrar en contacto con matronas africanas a través de un proyecto de formación para parteras tradicionales, una experiencia que la motivó a seguir participando en misiones en otros países del continente. Casilda continúa actualmente su labor dentro del ámbito de la cooperación formando a matronas y profesionales sanitarios africanos en cursos que pretenden dotar de una visión mucho más integral a la atención sanitaria a la mujer.

Viajaste por primera vez a Burkina Faso en 1980 y estuviste allí dos años. ¿En qué proyecto colaborabas en esos momentos?

Me desplazé a Burkina con una ONG italiana para llevar a cabo un proyecto de formación de parteras tradicionales. Mi marido, que también formaba parte de la misión, se encargaba de la formación de agentes de salud, ya que en ese momento era indispensable que en cada pueblo existieran estas dos figuras dentro del ámbito de la atención primaria.

¿Cómo describirías la situación de la atención a la mujer en el continente africano?

Es una atención muy deficiente. En la mayor parte de los países, casi la mitad de las mujeres no tiene acceso a personal sanitario cualificado para hacer la asistencia al parto, ya que viven en zonas muy apartadas de la ciudad, lo que hace que el índice de mortalidad sea muy elevado.

¿Qué es lo que más te sorprendió de tu experiencia en África?

Sobre todo, el hecho de formar a mujeres de una cierta edad completamente analfabetas, no solo de conocimientos sino también de imágenes, que es algo que yo no sabía que podía existir. Para mí, el gran reto fue elaborar material pedagógico y utilizar los métodos adecuados para que ellas comprendieran, ya que hay que tener en cuenta que tanto el idioma como las costumbres son completamente diferentes.

¿Cómo superasteis estas diferencias?

Siempre he creído que las dificultades se abordan con mucho respeto, escuchando mucho a la otra persona para conocer lo que hace e intentando desmontar un poco los motivos por los que lo hace.



Como formadora, Casilda ha viajado a diversos países del continente africano, entre los que se encuentran Niger, Marruecos o Burkina Faso.

Hace años, por ejemplo, en muchos países de África, se consideraba que tener gemelos era una maldición, por lo que a la mayoría de estos niños se les abandonaba. Por suerte, esto ha ido evolucionando y ahora podemos hablar con las mujeres de por qué antes se hacía y por qué ahora no, además de transmitirles la convicción de que hay que respetar a todo el mundo a pesar de las diferencias.

Actualmente, continúas tu labor como cooperante viajando esporádicamente a África para hacer cursos de formación de matronas. ¿En qué consisten estas clases?

Se trata de cursos de formación teórica en los que incluimos una investigación destinada a mejorar las competencias de los asistentes. Nuestro objetivo es intentar dar una visión más integral de la atención a la salud reproductiva considerando los derechos de la mujer como parte fundamental de la misma. Saber que las mujeres pueden decidir cómo parir puede hacer que una mujer que normalmente daría a luz en casa se desplace hasta un centro hospitalario si sabe que allí hay una matrona. Lo que es cierto es que muchas mujeres africanas no acuden a la matrona porque no les deja dar a luz de la manera en que ellas quieren.



Casilda colabora con la ONG MedicusMundi Andalucía, una organización que lucha contra la mutilación genital femenina a través de la financiación de proyectos de formación en África. “No debemos culpabilizar a las madres ya que, si actúan así, es porque tienen asumido que es lo mejor para sus hijas”.

Las diferencias culturales dan lugar siempre a un intercambio de conocimientos. ¿Qué dirías que has aprendido de las matronas africanas en estas clases?

A cómo enfocar la formación. Nosotros somos muy dados a teorizar, pero allí todo tiene que estar adaptado a las necesidades de cada uno. Yo tuve que estudiar mucho para conocer la realidad específica de cada país y poder adaptar después el sistema de formación.

¿Tienes previsto volver a África próximamente?

Sí, posiblemente viajaré a principios del año que viene para hacer una formación a profesores de dos escuelas de matronas de Burkina. Serán unos diez días de aprendizaje intensivo.

¿Qué les dirías a los profesionales que quieren hacer cooperación?

Que se formen específicamente en estos temas y que aprendan idiomas. Además, estaría muy bien que hubiera matronas o enfermeras que pudieran dedicarse a la gestión de proyectos, que es algo que allí hace mucha falta.

Lactoflora[®]

protector íntimo

¿Desequilibrios
de la flora
vaginal?

Probióticos

+

*Lactobacillus
rhamnosus LCR 35[®]*
(1.000 millones UFC)

Vitamina
A

Vitamina A
0,6 mg (87,5% CDR)

Restablece y mantiene
el bienestar íntimo



Cápsulas
vía oral



Mantiene y protege la mucosa vaginal

Restablece la flora vaginal

Venta en farmacias

www.lactoflora.es

STADA

más salud, más vida



¿quieres evitar las estrías?

Descubre la nueva **Crema Antiestrías** de Suavinex que **previene** su aparición y **repara** los tejidos dañados.

Gracias a su exclusiva combinación de rosa mosqueta y centella asiática aporta a tu piel la elasticidad que necesita.

Formulada para el cuidado específico de la piel durante el embarazo.

Testada bajo control dermatológico.

Recomendada por matronas⁽¹⁾.

El 71% de las mujeres afirma que atenúa las estrías⁽²⁾

Fórmulas
sin parabenos,
sin cafeína,
y sin colorantes
artificiales.



elclubdelasmadresfelices.com



Compra en: shop.suavinex.com

Descubre el resto de la línea en www.suavinex.com

suavinex[®]

BODY LUXURIES

1. Encuesta realizada por Instituto Independiente a 217 mujeres españolas (2010)
2. Estudio de eficacia realizado en 20 mujeres con 2 aplicaciones diarias (2011)

Mi bebé y yo continúa dando apoyo a Médicos sin Fronteras en su labor humanitaria

La organización solidaria proporciona asistencia médica a poblaciones víctimas de catástrofes y conflictos armados. La debilidad de los sistemas sanitarios hace que los índices de mortalidad en estas zonas sean muy elevados, una situación que afecta especialmente a las mujeres.

Más de 22.000 profesionales de la organización médico-humanitaria *Médicos sin Fronteras* trabajan cada día en los cinco continentes para proporcionar asistencia médica a víctimas de catástrofes o conflictos armados. Con la finalidad de apoyar las campañas solidarias puestas en marcha por la ONG, *Mi bebé y yo* colabora un año más con la organización a través de comunicaciones gratuitas de sus proyectos y la recaudación de fondos para la obtención de mejores métodos de diagnóstico y tratamiento. Datos oficiales demuestran que más de 8.000 personas mueren cada año por enfermedades cuya curación sería posible si se dispusiera de los medios sanitarios adecuados. Esta situación afecta especialmente a las mujeres y, en concreto, a aquellas que viven en países en proceso de desarrollo, ya que la pobreza, las largas distancias y la precariedad del sistema médico las obligan a enfrentarse a sufrimientos desproporcionados derivados de la falta de asistencia a la salud reproductiva.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada día mueren unas 800 mujeres por complicaciones relacionadas con el embarazo y el parto. El acceso de las embarazadas a la atención prenatal, la asistencia especializada durante el parto y el apoyo adecuado después del nacimiento son fundamentales para asegurar su supervivencia. Los datos

publicados en el informe *Reducir la mortalidad materna: experiencias positivas en Burundi y en Sierra Leona*, llevado a cabo por *Médicos sin Fronteras*, indica que la introducción de un sistema de ambulancia y de servicios obstétricos de urgencia gratuitos reduce los riesgos de morir por complicaciones de este tipo.

Más recursos, más supervivencia

En los últimos años, la organización ha invertido significativamente en el desarrollo de capacidades técnicas y logísticas que permitan a sus equipos sanitarios, formados por matronas, obstetras y médicos especializados, atajar a tiempo las cinco causas principales de mortalidad materna: hemorragia, sepsis, aborto inseguro, eclampsia y obstrucción del parto.

La implantación de estos servicios ha hecho posible que se redujera la mortalidad materna en un 61% en Bo y en un 74% en Kabezi, dos datos muy positivos para lograr el Objetivo del Milenio: reducir esta mortalidad en un 75% de aquí a 2015.

Siempre al lado de la mujer

Además de la atención obstétrica de urgencia, los programas de salud sexual y reproductiva de *Médicos sin Fronteras* incluyen otros servicios médicos para la mujer, como atención prenatal y posnatal, planificación familiar, atención a víctimas de violencia sexual y prevención de la transmisión del VIH de madres a hijos.



El centro de urgencias gineco-obstétricas de *Médicos sin Fronteras* en Kabezi (Burundi) dispone de un sistema de referencias a través del que las embarazadas con complicaciones son trasladadas en ambulancia hasta el hospital. "Si no hubiera sido por *Médicos sin Fronteras*, mi hija no tendría madre", explica Mary, una de las mujeres atendidas en este centro.



Muchas familias afganas continúan negándose a que las mujeres acudan al hospital. La mayoría da a luz en casa bajo condiciones insalubres y no están al corriente de los beneficios de contar con la asistencia de un profesional sanitario.

Afganistán, país conflictivo

Afganistán es uno de los lugares más peligrosos para dar a luz. Los conflictos que azotan el país han hecho que el acceso a la atención médica sea cada vez menor y la inseguridad, presente en las calles de todo el territorio, provoca que muchas mujeres renuncien a realizar el largo y costoso viaje hasta los centros sanitarios que ofrecen una atención de calidad. *Médicos sin Fronteras* trabaja junto al personal

del hospital del distrito de Ahmad Shah Baba, a las afueras de Kabul, prestando atención médica en todas las áreas de salud. "En tres años, hemos duplicado el número de partos y hemos dado una amplia formación al personal local", explica Lenet Kajogi, coordinadora de terreno interina. "Ahora, el reto es convencer a las mujeres de que vuelvan, para los controles posnatales".

El Congreso de la FAME apuesta por la investigación para ganar competencias

Reforzar las competencias actuales de las matronas y analizar sus nuevos retos de futuro son dos de los principales objetivos del XII Congreso de la FAME y II Congreso de la Asociación Navarra de Matronas (ANAMA).



Natividad Astrain, presidenta del XII Congreso de la FAME.

“Queremos insistir en las competencias de las matronas yendo un poco más allá de aquellas con las que normalmente nos identifica la gente”, explica Natividad Astrain, presidenta de la XII edición del Congreso de la Federación de Asociaciones de Matronas de España (FAME) y II Congreso de la Asociación Navarra de Matronas (ANAMA). El encuentro estará orientado a reforzar la responsabilidad de las matronas en ámbitos en los que, a pesar de tener aún poca presencia, están adquiriendo cada vez más importancia. “La investigación, el trabajo desde las consultas de sexualidad y las unidades docentes son solo algunos de los sectores en los que la matrona podría estar presente, ya que está adecuadamente formada para ello”, asegura Natividad.

Precisamente hacia esta dirección está encaminado el lema de presentación del congreso que, bajo el título *Ciencia, arte y creatividad*, pretende destacar la habilidad de las matronas a la hora de combinar ciencia y arte para crear entornos y cuidados específicos para cada mujer, además de su imaginación en la investigación de nuevos métodos asistenciales. “Lo que buscamos es incidir en aquellas

competencias que aún no están trabajadas para seguir animando a las matronas a que se formen e investiguen, lo que les permitirá reforzarse para introducirse en ámbitos a los que hasta el momento tenían un acceso limitado”, afirma.

Actualización de conocimientos

A pesar de que la coyuntura actual de la profesión tendrá un papel fundamental en el desarrollo del encuentro, la presente edición del Congreso incluye en su programa otros temas de análisis dirigidos a actualizar conocimientos y proporcionar información acerca de procesos que requieren un trato especial por parte de las matronas. Entre estas temáticas destaca el fenómeno del duelo, una situación a la que la mayor parte de comadronas se han visto obligadas a hacer frente alguna vez. “Cómo enfrentarnos a esta desgracia y, sobre todo, cómo comunicarla a los padres produce en muchos casos un estrés que puede llegar a derivar en crisis de angustia y ansiedad. Tener pautas para lidiar con ello nos proporcionará la tranquilidad que necesitamos para sobreponernos”. La introducción de la figura del padre como parte fundamental del embarazo

y el parto es otra de las novedades que presenta el congreso. En este sentido, la presidenta de la FAME, Cristina Martínez Bueno, ofrecerá una ponencia para presentar el Programa estructural para la intervención grupal en futuros hombres padres, una propuesta del Área de Atención a la Salud Sexual y Reproductiva del Instituto Catalán de Salud destinada a trabajar con los padres temas relacionados con la formación y la intervención.

Ponentes de lujo

La presente edición del congreso cuenta con la participación de expertos de referencia dentro del ámbito de la atención a la salud reproductiva. Entre las ponencias más esperadas destaca la de la matrona Gloria Seguranyes, quien hablará sobre la atención a las mujeres en el posparto por

videoconferencia. El encuentro contará también con la presencia de Carmen Vela Olmo, secretaria de estado de Investigación, Desarrollo e Innovación del Ministerio de Economía y Competitividad, que ofrecerá una ponencia sobre investigación y género. Por su parte, el coacher Fermín Cano Sigüenza cerrará el congreso con una intervención destinada a reforzar el liderazgo profesional y personal de las matronas.

Taller práctico para matronas

Las lesiones perineales que se pueden producir en el parto son uno de los

temas que más preocupan hoy en día a las matronas. Con el objetivo de ofrecer un espacio en el que poder reflexionar acerca de la importancia del diagnóstico temprano de este tipo de daños, la organización ofrece a los asistentes la posibilidad de participar en un taller teórico-práctico

impartido por el doctor Carlos Larrañaga Azcarate. “Contar con su presencia es un auténtico lujo porque se trata de uno de los ginecólogos más reconocidos nacional e internacionalmente”, concluye Natividad.

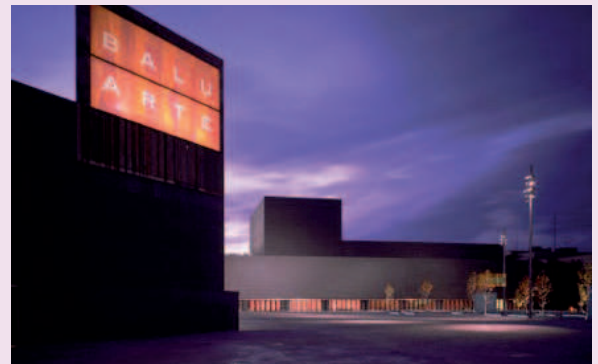
La introducción de la figura del padre como parte fundamental del embarazo es una de las novedades del congreso

El XII Congreso se celebrará el próximo otoño en Pamplona

DÓNDE: Palacio de Congresos y Auditorio Baluarte de Pamplona

CUÁNDO: 17, 18 y 19 de octubre

QUÉ HACER: No puedes irte de Pamplona sin pasear por su casco antiguo y visitar las famosas calles de Estafeta, Navarrería y San Nicolás. La ciudad ofrece, además, una gran diversidad cultural y gastronómica que la convierte en un destino idóneo para el turismo. ¡No te la pierdas!



El Palacio de Congresos y Auditorio Baluarte de Pamplona será la sede del próximo congreso de la FAME.

Cysticlean®

118mg PAC

*y olvídate de la
cistitis*

Extracto concentrado
de **Arándano Rojo Americano**
para la prevención de la
cistitis recurrente.

Avalado por **estudios clínicos.**

RECOMENDADO POR
URÓLOGOS Y GINECÓLOGOS



Solicita muestras: www.cysticlean.com
Solicite monografía de producto a: mseguro@m-group.net



**Porque los ojos de los bebés
son especialmente sensibles,
precisan de cuidados higiénicos especiales.**

El uso de toallitas impregnadas en ingredientes naturales, como el agua de *Hamamelis*
o el extracto de *Caléndula*, proporcionan un efecto higiénico y calmante en los ojos.

Supranettes™

Toallitas oculares

- **Limpian párpados** y pestañas
- **Eliminan legañas** con facilidad
- No precisan de aclarado posterior
- Proporcionan una agradable **sensación de frescor y confort**

DE VENTA EN FARMACIAS

Se
recomienda
utilizar una
toallita para
cada ojo.



**La forma más cómoda
de limpiar los ojos de tu bebé**

Más información en: www.supranettes.com

Pasión por la profesión

Àngels Viñals es gestora de cuidados en Idcsalud Hospital General de Cataluña, donde además desempeña guardias como matrona para no perder el contacto con su verdadera pasión: ayudar a las mujeres a dar a luz a sus hijos.

“Tratar con embarazadas y apoyarlas en el proceso de parto es una sensación indescriptible”. Hace casi tres décadas que Àngels Viñals trabaja en Idcsalud Hospital General de Cataluña (Sant Cugat del Vallès, Barcelona). Desde 2001 desarrolla su labor profesional dentro del ámbito de la gestión, donde hace poco más de un año la nombraron gestora de cuidados del paciente. “Mi tarea consiste en llevar a cabo la continuidad asistencial y el seguimiento de las pacientes ingresadas durante el proceso materno-infantil”, explica Àngels, quien considera que el trabajo en equipo con sus compañeros es fundamental a la hora de proporcionar la mejor atención a la mujer.

Aunque la gestión es en la actualidad su principal ocupación, Àngels intenta no perder el contacto con lo que ella define

como “la esencia de la profesión” realizando guardias como matrona. “Siempre me han gustado mucho las relaciones humanas y el contacto con la gente”, afirma. Más de treinta años después de haberse inclinado por esta especialidad, reconoce que apoyar a la mujer en este momento

tan importante es una de las mejores cosas que le han podido pasar y recuerda cómo decidió seguir este camino. “Durante la carrera de enfermería tuve una profesora de materno-infantil que vivía su profesión de manera muy apasionada. Su carácter dinámico y su entusiasmo hicieron que yo también me enamorara de este trabajo”.

Además de sus funciones como gestora de cuidados, Àngels coordina una consulta para mujeres embarazadas que se encuentran en su último trimestre de gestación. “Hablamos del proceso de

parto, les damos información acerca de las pruebas del último trimestre y les enseñamos las instalaciones en las que vivirán ese bonito momento”.

Convencida de que su futuro profesional depende de su mejora personal y formativa, Àngels intenta ponerse al día de todas las novedades que surgen alrededor de su especialidad y colabora en trabajos y comunicaciones que, junto a su equipo, presenta anualmente en los congresos organizados por la FAME. “Estudiamos las consecuencias que puede tener para la madre y el bebé el hecho de que la progenitora padezca diabetes y cada año, presentamos las conclusiones de nuestros análisis, que varían gracias a los avances sanitarios”, explica.

Madre de Anna y Albert, Àngels reconoce que sus hijos son su proyecto más importante. “La relación con ellos es primordial tanto para mi marido como para mí e intentamos pasar el máximo tiempo juntos”, sonríe.

El perfil de...



NOMBRE: Àngels Viñals Gutiérrez

LUGAR Y FECHA DE NACIMIENTO:
Girona
13 de octubre de 1957
(55 años)

ESTADO CIVIL: Casada

HIJOS: Anna, de 23 años,
y Albert, de 20 años.

AÑOS DE EXPERIENCIA LABORAL:
29 años

DESTACA: “Mi trabajo y mi familia son lo más importante para mí. Por eso intento separar los dos ámbitos y vivirlos intensamente para disfrutar al máximo de cada momento”.

UN DÍA en imágenes



08:00 h

La jornada laboral de Àngels se inicia con el cambio de guardia, una puesta al día con sus compañeros de la sala de partos para saber cómo ha ido la noche en el hospital, llevar a cabo la planificación y organizar el día.



09:00 h

Pamela ha ingresado en el centro por bolsa rota. Después de ponerle la epidural, Àngels controla el proceso de dilatación. “Es un momento en el que las mujeres están nerviosas. Por eso me gusta estar con ellas y darles confianza para que se relajen”.



11:30 h Antes de visitar las unidades de hospitalización y atender a las pacientes de ginecología y obstetricia, Àngels se reúne con sus compañeras de equipo para revisar los ingresos y la evolución de las mujeres y bebés que están ingresados en planta.



12:30 h Mientras Àngels atiende a Pol, su madre Núria mira atentamente cómo la matrona le cambia el pañal y le enseña a curar el ombligo. "Estas prácticas que a nosotras nos resultan tan sencillas generan siempre muchas dudas a los padres", explica.



16:00 h Cuando termina su jornada laboral, Àngels acude al supermercado para hacer la compra del día. "Aquí empieza la verdadera aventura, ya que debo organizarme al máximo para ocuparme de las tareas de la casa".



18:00 h Para Àngels, su familia es lo más importante. Por este motivo, cuando tienen un rato libre, bajan a pasear o a tomar un helado. "Es, sin duda, el mejor momento del día, porque hablamos de nuestras cosas y siempre nos reímos mucho".



20:00 h Antes de cenar, Àngels, junto a su marido y sus hijos, deciden empezar a mirar información para su próximo viaje. Para ellos, las salidas en familia y con amigos son primordiales. "Disfrutamos mucho preparándolo", ríe.



22:30 h Por la noche, cuando cada uno está ya en su habitación, Àngels aprovecha para terminar las tareas que aún no ha finalizado. "Siempre queda algo por hacer y éste es el momento idóneo", asegura.

Las matronas: referencia en la preparación al parto

Según una encuesta de *Mi bebé y yo*, cada vez hay más mujeres que acuden a cursos de preparación al parto. Además, la mayoría coincide en que la matrona es un gran apoyo durante el proceso de aprendizaje.

Según se desprende de la encuesta *La importancia de la preparación al parto* realizada por la revista *Mi bebé y yo* en 2012 a través de su portal de internet, mibebeyyo.com, cada vez hay más mujeres que acuden a clases de preparación al parto. De las 45.553 mujeres encuestadas, casi un 82% afirma haber asistido o tener la intención de asistir a estas clases, que perciben como muy útiles a la hora de llegar preparadas al término de su embarazo. A ello ayuda el trabajo de la matrona, a quien el 80% de las participantes ve como figura referente de esta formación y un apoyo fundamental durante todo el proceso de aprendizaje. Entre las enseñanzas impartidas durante estos cursos, la más valorada por las futuras madres es la técnica de respiración, una metodología que consideran que les ayudará a controlar el dolor y mantener el aporte adecuado de oxígeno en los momentos más críticos del parto. La preparación psicológica a la maternidad y el aprendizaje de los cuidados del bebé son otras de las enseñanzas más nombradas.

Preguntadas por la puesta en práctica durante el parto de lo impartido en el curso, un 54,5% de las mujeres afirma que fue determinante a la hora de enfrentarse satisfactoriamente a ese momento y, en un 72,5% de los casos, aseguran que volverían a acudir a las

clases si se quedaran embarazadas de nuevo. Cabe destacar también que, en cuanto a la metodología de preparación al parto, las mujeres siguen apostando en su mayoría por el sistema de enseñanza tradicional, a pesar de que se aprecia una inicial tendencia a probar técnicas alternativas como el yoga, la acupuntura o el *rebirthing*.

Una lactancia materna más larga

Preocupados por la nutrición de los niños en sus primeros meses de vida, Sfera Media Group realizó el pasado mes de junio un estudio sobre alimentación infantil entre 3.661 madres y padres que tenían como mínimo un hijo de entre 0 y 18 meses. Los datos obtenidos reflejan que un 27% de los encuestados indica que su bebé toma o ha tomado el pecho durante los primeros meses de vida, una cifra que representa un aumento del 9% respecto al año anterior. Si se comparan estos datos con los del año pasado, se observa un retraso en la sustitución de la leche materna por la artificial, de manera que el periodo de lactancia se amplía más allá de la reincorporación de la mujer al trabajo. Por ejemplo, a partir del sexto mes, un 55% de las participantes afirma que continúa dando el pecho, una cifra que en 2012 era del 39%. Una parte de estos resultados se explicaría por el incremento del paro en los últimos años.



¿POR QUÉ ACUDISTE O VAS A ACUDIR AL CURSO DE PREPARACIÓN AL PARTO?

	Mujeres	Porcentaje
Es muy útil para prepararse	37.082	84,62%
No acudir ni voy a acudir a ningún curso	1.921	4,38%
No voy a acudir al curso por falta	4.817	10,99%
Total	43.820	100%

¿QUÉ VALORAS MÁS DE TU APRENDIZAJE, PASADO O FUTURO, EN EL CURSO DE PREPARACIÓN AL PARTO?

	Mujeres	Porcentaje
Técnicas de respiración	15.797	36,28%
Preparación psicológica	11.716	26,91%
Cuidados del bebé	7.449	17,11%
No asistí a ningún curso.	6.349	14,58%
Posturas	2.228	5,12%
Total	43.539	100%

LLEGADO EL MOMENTO DEL PARTO, ¿PUSISTE EN PRÁCTICA LO APRENDIDO EN EL CURSO?

	Mujeres	Porcentaje
Sí, lo aprendido	22.425	76,37%
No, en ese momento	6.939	23,63%
Total	29.364	100%

¿Sabías que...

el 35% de los bebés sufre dermatitis del pañal en algún momento durante el período de lactancia?¹

eryplast PASTA AL AGUA

Calma, protege y previene

- ❖ Crea una barrera absorbente de humedad.
- ❖ Permite la transpiración y equilibra el pH.
- ❖ Regenera e hidrata en profundidad.
- ✓ Sin Perfume.
- ✓ Hipoalergénica.
- ✓ No grasa.

CON ACTIVIDAD
ANTI-ENZIMAS
COMPLETA

LUTSINE



eryplast



eryplast, expertos en el cuidado y la higiene de la delicada piel del bebé

¹. Fuente: AEP, Asociación Española de Pediatría

El trabajo del cuerpo, fundamental en el parto

En los últimos tiempos están surgiendo nuevas metodologías dirigidas a ayudar a la mujer a prepararse para el parto. Ejemplo de ello son los métodos *AIPAP* y *Cuerpo y Consciencia*, dos programas que están adquiriendo cada vez más importancia dentro del proceso de atención a la maternidad.

“Hacer deporte durante el embarazo ayuda a que la mujer esté más preparada para el parto”

Inés Molina • Coordinadora de matronas del área de primaria en el ASSIR Anoia (Barcelona)

Adquirir capacidad asistencial para aplicar los conocimientos necesarios en la planificación de sesiones de preparación al parto en el agua es el objetivo del curso *Método AIPAP para matronas*, una formación dirigida a matronas y residentes de atención primaria que se impartió los días 28 y 29 de junio en el Centro Deportivo Municipal Infnit de Igualada (Barcelona). La finalidad fue iniciar a las asistentes a una metodología cada vez más extendida entre los centros de salud españoles. “Se trata de un programa de ejercicios en el agua específico para el embarazo que consiste en trabajar los músculos que intervienen en los movimientos para facilitar el

parto”, explica la matrona Inés Molina, coordinadora de matronas del área de primaria en el ASSIR Anoia (Barcelona) y participante en el curso.

Entre los beneficios del método destacan la mejora de la capacidad aeróbica y el incremento de la elasticidad pélvica de la mujer. “El método AIPAP proporciona a las futuras madres aquellos recursos que necesitan para disfrutar, con el mínimo dolor posible y la máxima participación, de ese momento tan especial”. Félix Jiménez Jaén, fisioterapeuta y matrona en el Hospital General Universitario de Elda (Alicante), fue el encargado de ofrecer el curso, dividido en cuatro sesiones teóricas según la capacidad física a desarrollar: aeróbica, mejora de



La realización de ejercicios en el agua reduce el estrés de las articulaciones y los músculos provocado por el peso adicional del embarazo.

la fuerza de los músculos, elasticidad pélvica y coordinación respiratoria. La formación incluyó también sesiones en la piscina, en las que las matronas realizaron, con la ayuda de colchonetas,

globos y corchos, los 120 ejercicios que conforman el programa. “Las propiedades hidrocinéticas del agua reducen el riesgo de lesiones en las embarazadas”, asegura Inés.

“Necesitamos equilibrio interior para acompañar la maternidad”

Catalina Cerdà • Matrona del centro de salud de Felanitx (Mallorca)



La semana 17 de gestación es el momento idóneo para empezar a disfrutar de este método, dirigido tanto a las futuras madres como a sus parejas.

La matrona Catalina Cerdà descubrió el método *Cuerpo y Consciencia* hace veinte años y, desde hace seis, lo aplica en sus clases de preparación a la maternidad. Esta metodología, creada por el fisioterapeuta Georges Courchinoux, permite equilibrar la actitud física y mental para promover la salud a partir de una evolución personal y progresiva. “Las matronas tenemos la sensación que durante el embarazo parece que las mujeres estén enfermas”, asegura Catalina. “Lo que intentamos es aplicar el método a la maternidad para buscar el equilibrio interior y desarrollar el instinto de adaptación de la mujer en todas las etapas del proceso reproductivo”.

Catalina da clases de esta técnica en el centro de salud de Felanitx (Mallorca), además de organizar talleres y pequeños grupos a nivel privado. Los cursos, divididos en doce sesiones, proporcionan a las futuras madres y a sus parejas los recursos necesarios para vivir una maternidad consciente, positiva y, sobre todo, instintiva. “A través de ejercicios,

estimulamos la escucha y la implicación personal para preparar a la pareja para esta etapa”.

El programa, que incluye clases en la playa, se organiza en cuatro direcciones: el trabajo de las emociones para liberar tensiones del cuerpo y del pensamiento; el ajuste postural; la toma de conciencia, basada en el propio conocimiento a través del automasaje y el yoga; y el ajuste energético, que asocia metodologías como el *shiatsu* y la relajación coreana.

Catalina tiene la intención de promover un proyecto de investigación que evidencie la importancia del método dentro del proceso de acompañamiento al dolor. “Los cambios de vida y la separación de la unidad familiar son algunos de los factores que hacen que el embarazo se viva desde una dualidad: con alegría por el próximo nacimiento pero, a la vez, sintiendo pánico ante lo que va a venir”, expone Catalina. “Con estos conocimientos, los padres incrementan su fortaleza mental y emocional y confían más en su voz interna, lo que fomenta una maternidad mucho más segura y saludable”, concluye.

OLAY

TOTAL effects




El **PODER** del **SÉRUM**
por fin en la **ANTI-EDAD**
Nº1* todo en uno

NUEVO

CREMA + SÉRUM



La última innovación de Olay Total Effects combina sus múltiples beneficios anti-edad con un poderoso sérum. El resultado:

-  *Más concentración de activos***
-  *Mayor poder anti-edad***
-  *Potente tratamiento anti-manchas*

“El mejor producto anti-edad que he probado”

- Martina Klein



CONTIGO DESDE EL PRIMER MOMENTO

Bepanthol Crema Antiestrías

¿Sabías que las estrías se producen por el cambio hormonal de las primeras semanas de embarazo?

Bepanthol Crema Antiestrías es una fórmula única, de eficacia testada*, compuesta a base de:

- Dexpanthenol
- Extracto Titulado de *Centella asiatica* (TECA)
- Otros ingredientes naturales

Aplicatela desde el primer momento para contrarrestar los efectos del cambio hormonal y aportar suavidad, elasticidad y flexibilidad a tu piel.

¡No esperes a que te crezca la barriguita!

* J. Mallat. Prophylaxis of Striae gravidarum with a topical formulation. A double blind trial. Intern. Journal of Cosm. Science 13, 51-57 (1991)



EFICACIA
TESTADA*

NUEVO

RÁPIDA ABSORCIÓN
DERMATOLÓGICAMENTE TESTADA
HIPOALERGÉNICA
SIN PARABENOS
FÁCIL Y CÓMODA APLICACIÓN

ÓPTIMO APROVECHAMIENTO DEL PRODUCTO



Contigo y con tu bebé también desde el primer momento.

Bepanthol Pomada Protectora Bebé

- Previene y cuida las irritaciones del culito del bebé.
- Evita la aparición de grietas en el pezón.



Bepanthol da vida a tu piel.



“Me siento afortunada de pertenecer a una familia de matronas”

NOMBRE: María José Rodríguez Rojas
CARGO Y CENTRO EN EL QUE TRABAJA: Matrona en el Centro Salud Buenavista (Toledo).

María José lleva más de 25 años siendo matrona. Su madre Andrea, ya jubilada, también forma parte de este apasionante mundo y fueron precisamente sus experiencias las que la impulsaron a tomar su mismo camino. “Mi madre me inculcó el respeto hacia la mujer y el amor a la profesión. Si fuese por ella, toda la familia seríamos matronas”.

El estrecho vínculo que se crea con las embarazadas es lo más importante para esta saga de matronas, a la que desde hace unos años se ha unido Ainhoa, la sobrina de María José y nieta de Andrea.

“Tal y como pasó con mi hija, Ainhoa ha vivido este trabajo muy de cerca. Cuando María José era pequeña, siempre me preguntaba: ¿A dónde vas mamá? A un parto. ¿De dónde vienes? De un parto. Ainhoa ha visto lo mismo”, dice Andrea con orgullo.

Los encuentros entre las tres se convierten siempre en una oportunidad para hablar e intercambiar consejos acerca de las vivencias de la profesión. Para Ainhoa, fue uno de estos momentos compartidos el que determinó su futuro profesional. “Con nueve años mi abuela y mi tía me llevaron al parto de una conocida. No sabía a lo que iba, pero ver a aquellas dos mujeres, que con solo mirarse sabían lo que tenían que hacer, me dejó totalmente impactada”.



Ainhoa, Andrea y María José aprovechan los encuentros familiares para intercambiar impresiones acerca de la profesión.



Lucía y Ana asistieron el pasado mes de junio al Congreso Nacional de Matronas, en el que Lucía daba una ponencia.

“Que mi hija sea matrona me hace ser la persona más feliz del mundo”

NOMBRE: Ana Muñoz Alcalde
CARGO Y CENTRO EN EL QUE TRABAJA: Matrona en la Clínica Montecanal (Zaragoza).

Lucía Monzón, la hija de Ana, se ha convertido recientemente en matrona, una profesión que comparte con su madre y ejerce actualmente en el centro de salud LakuaBizkarra de Vitoria. En contacto desde pequeña con el mundo de los partos y la asistencia reproductiva a la mujer, Lucía tuvo pronto claro a qué quería. “Cuando Lucía aprobó la selectividad y llegó el momento de escoger la carrera, nos dijo a su padre y a mí: tengo nota para entrar en medicina pero no lo haré. Quiero hacer enfermería, pero tampoco seré enfermera. Lo que quiero es ser matrona. ¡Y yo estuve encantada!” A pesar de que Ana considera que Lucía ha sido totalmente autónoma a la hora de sacar adelante su titulación, “lo que si

que le he querido transmitir siempre es lo feliz que he sido y que sigo siendo en mi profesión, cómo vivo mi trabajo diariamente, el trato con mis pacientes y el contacto humano y directo que tenemos las matronas entre nosotras”, explica. Uno de los momentos que Ana recuerda con más cariño fue el que vivió durante el pasado Congreso Nacional de Matronas de Zaragoza, al que tuvo la oportunidad de asistir con su hija y en el que Lucía llevó a cabo su primera ponencia. “Fue muy emocionante verla subir al estrado; me sentí muy orgullosa”.

Compartir la profesión ha hecho posible que madre e hija intercambien anécdotas sobre sus respectivos trabajos. “Es muy bonito porque estamos en igualdad de terreno, aunque la verdad es que ya me empieza a dar algunas vueltas”, comenta Ana. “Pero, como la experiencia es un mérito, nos complementamos”, ríe.

“Ojalá hubiésemos podido atender un parto juntas”

NOMBRE: Catalina Mihi Pascual
CARGO Y CENTRO EN EL QUE TRABAJA: Matrona jubilada

Catalina es una apasionada de su profesión. Aunque ya está jubilada, recuerda con alegría y añoranza todos los momentos que vivió como matrona. “Cuando me pongo a repasar mi vida profesional llego a conectar de tal forma que parece que esté oliendo a bebé”. Años después, su hija Sabina siguió sus mismos pasos. “Yo nunca le insistí en que fuera matrona pero las vivencias que tuvo en mi casa quizás influyeran en ese amor que siente hacia la profesión”.

Sabina afirma, efectivamente, que su decisión estuvo motivada por el cariño con el que su madre hablaba de sus pa-

cientes y de los partos que atendía, pero también la atribuye a su vocación por la profesión. “Desde pequeña acompañaba a mi madre a ver a mujeres que luego venían a la consulta. Todo esto va entrando poco a poco dentro de ti y te influye, pero la decisión de ser matrona fue espontánea y vocacional”.

Catalina y Sabina nunca tuvieron la oportunidad de coincidir en el ámbito laboral pero, tal y como confiesa la primera, le hubiera encantado. “Ojalá hubiera hecho partos a domicilio con ella, porque para mí ha sido algo importantísimo en mi vida. Los valores fundamentales para una matrona son la paciencia, el entusiasmo, el cariño y saber escuchar a la embarazada y todo esto es lo que le intenté transmitir, durante su niñez”.



Catalina y Sabina comparten la misma pasión por la profesión. Para ambas, las relaciones humanas son lo más importante.



Protege su piel con el nuevo jabón de Babé

Formulado especialmente para la limpieza diaria de la piel del bebé, el nuevo jabón pediátrico de Babé respeta la protección natural cutánea y le aporta suavidad, a la vez que favorece el desarrollo sensorial del pequeño. Enriquecido con el complejo Baby-Care Babé, combina extractos vegetales de caléndula, mimosa y Aloe Vera que limpian sin agredir la sensible piel del niño y la protegen de la aparición de reacciones alérgicas.

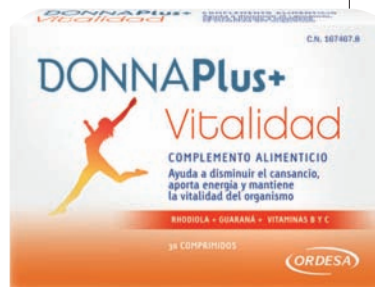
+info: www.laboratoriosbabe.com



Aumenta tu energía con DONNAPlus+ Vitalidad

El ritmo de la vida actual, los horarios intensivos y los cambios estacionales pueden provocar cansancio y falta de motivación. Para aportar un plus de bienestar y energía al organismo, Ordesa ha lanzado DONNAPlus+ Vitalidad, un complemento alimenticio elaborado a base de rodiola, guaraná, hierro y vitaminas B y C que ayuda a mantener el rendimiento físico y mental que se necesita para afrontar el día a día.

+ info: www.donnaplus.es



Stokke® MyCarrier Cool; el portabebés transpirable

Stokke presenta "Stokke® MyCarrier Cool", un nuevo portabebés especialmente diseñado para combatir el calor y la humedad generada por el cuerpo. Su tejido elaborado a base de tecnología de malla 3D proporciona una mayor circulación del aire, lo que se traduce en una agradable sensación de frescor. Esta versión transpirable es ideal para niños de entre 0 y 3 años.

+info: www.stokke.com



Lactacyd; equilibrio natural para la higiene íntima

Los cambios hormonales relacionados con el embarazo y la menstruación pueden alterar el equilibrio natural del pH de la flora vaginal. El nuevo jabón para higiene íntima de Lactacyd ayuda a restablecer y mantener este equilibrio evitando la aparición de irritaciones e infecciones. Su base de ácido láctico y activos naturales aporta una sensación de frescor que hará que te sientas sana y protegida durante todo el día.

+ info: www.lactacyd.es



Un cochecito siempre perfecto con Bébécár

La nueva colección de cochecitos para bebés "Magic" de Bébécár está confeccionada a partir del uso de tejidos de alta calidad que contienen un tratamiento especial anti-manchas. Su acabado compuesto por billones de nanopelículas evita que las manchas penetren en el tejido externo, manteniendo así un aspecto limpio y nuevo durante su uso diario e incluso después de haberlo lavado.

+info: www.bebecar.com



Productos Mustela para el placer sensorial de tu bebé

Mustela ha reinventado sus cuidados para la piel del bebé haciendo que sus productos sean aún más naturales. A través del Perséose de aguacate, su nuevo activo patentado, Mustela preserva la riqueza celular de la piel con fórmulas de alta tolerancia que proporcionan un confort y un placer de utilización único. Sus productos, con cualidades sensoriales inigualables, contribuyen al bienestar del bebé dejándole una piel mucho más sana y suave.

+info: www.mustela.es

Te presentamos lo último
en pañales premium
con enfoque ecológico.



Líderes en concepto de pañales
sensibles con el medio ambiente.

y la tecnología más rápida
y absorbente.



Descubre la magia tecnológica
con el pañal más rápido y seco
de Moltex

moltex®

Mi Mamá me mimó con Moltex

Nuevas competencias para las matronas del Hospital Clínico de Barcelona

El Hospital Clínico de Barcelona, como hospital de referencia regional y nacional, apuesta para que la matrona sea reconocida como la profesional que garantiza una mayor calidad y seguridad en la atención al embarazo y parto normales y tenga autonomía propia. Gracias a ello se consigue potenciar la figura de la matrona como profesional de referencia en la valoración de la gestante de bajo riesgo en urgencias para realizar correctamente un buen cribaje entre el diagnóstico de parto y pródromos de parto, ya que hay evidencia de que los beneficios en la demora del ingreso en el hospital hasta que

El documento se centra en proporcionar una atención integral a la mujer y a su familia.

el trabajo de parto esté en fase activa puede evitar intervenciones innecesarias (iatrogenias). Además, este reconocimiento ayuda a prevenir y detectar posibles complicaciones que pueden aparecer durante el embarazo y el parto, derivando a otros profesionales si es necesario, y a coordinar el circuito asistencial entre urgencias y sala de partos en el menor tiempo posible.

Así pues, se elaboró un documento unificado en el que están incluidas todas las intervenciones que la matrona realiza a la gestante que acude a urgencias con

dinámica uterina hasta que decide su ingreso o alta. Estas actuaciones que la matrona desempeña en urgencias se adaptaron a la taxonomía enfermera NANDA (NIC- intervenciones, NOC-objetivos). El resultado fue la creación de un PNT (Procedimiento Normalizado de Trabajo) aprobado por el comité de dirección enfermera del hospital, que permite a la matrona desarrollar sus competencias profesionales no solo en consultas, sala de partos y planta, llevadas ya a cabo por la matrona, sino en la valoración, diagnóstico, decisión de ingreso o alta de la gestante de bajo riesgo que acude

por dinámica uterina a urgencias, además de confeccionar los informes de ingreso o alta si éste no procede.

Actuación de la matrona en urgencias - Trabajo de parto VS Pródromo parto es el título del PNT confeccionado en nuestro hospital y presentado en el Congreso de Matronas de Murcia.

Este documento se centra en proporcionar una atención integral a la mujer y su familia, ya que permite la entrada de un familiar de referencia durante todo el proceso, desde la llegada a urgencias, hasta el parto o incluso en las cesáreas,



Anna presentó el trabajo *Actuación de la matrona en Urgencias - Trabajo de parto VS Pródromo parto* en el Congreso de Matronas de Murcia.

para proporcionar soporte a la gestante y con ello aumentar el grado de satisfacción de la mujer en la atención recibida. La atención a la gestante y al parto de bajo riesgo es competencia y responsabilidad de la matrona, por lo que es prioritario que ésta sea reconocida por los distintos servicios e instituciones sanitarias como la profesional que garantiza una mayor calidad y seguridad en la atención al embarazo y parto normales. Es fundamental disponer por escrito de protocolos, normas de funcionamiento interno o procedimientos normalizados

con la definición de nuestras funciones en las diferentes instituciones.

El instituto ICGON (Institut Clínic de Ginecologia, Obstetrícia i Neonatologia), al que tengo el honor de pertenecer como matrona del hospital, contribuye activamente a aumentar la calidad asistencial, adecuar la utilización de recursos y promover la actividad científica y de investigación de su equipo creyendo en el lema *matronAutónoma*.

Anna Flotats

Matrona del Hospital Clínico de Barcelona



Para Anna, el PNT es un reconocimiento a la labor de las matronas. "Somos las que mejor podemos valorar a las gestantes de bajo riesgo porque, de hecho, lo llevamos haciendo desde hace tiempo".



¿Por qué es tan importante el pH 5.5 en la piel del bebé?

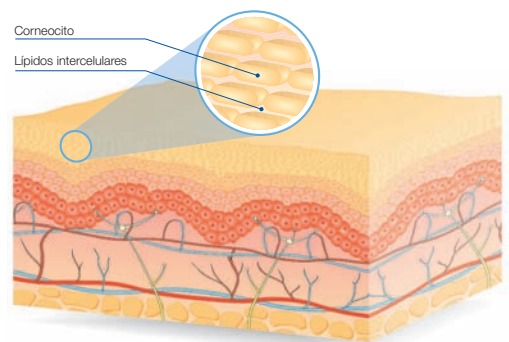
Tanto la película hidrolipídica como el estrato córneo de la piel de los bebés se va desarrollando durante las primeras semanas de vida y se estabiliza a pH 5.5.

La transformación regular de los precursores de los lípidos intercelulares del estrato córneo, formadores de la barrera natural de la piel, requieren un pH 5.5. **Valores neutros o superiores de pH interfieren negativamente en la producción de lípidos** y, por lo tanto, en el **mantenimiento de la función barrera**.

La limpieza de la piel con productos neutros o alcalinos **perturba el manto ácido** fisiológico e **incrementa la deshidratación** preexistente y el **deterioro de la barrera** en la delicada piel del bebé.

En presencia de un pH de 5.5 el efecto hidratante de los productos para el cuidado de la piel se incrementa al máximo.

Todos los productos de la línea Baby Sebamed están formulados con pH 5.5, el mismo de la piel sana, **para favorecer el desarrollo del manto ácido del bebé** y conservar su pH natural. Además, los productos Baby Sebamed están especialmente **indicados para pieles sensibles o delicadas** por sus ingredientes extrasuaves y su alta tolerabilidad.



Manto ácido de la piel: **pH 5.5**

La mejor protección desde el primer día



De venta en farmacias y parafarmacias.

“Debemos atender a la mujer desde una visión más integral”

Maribel Castelló combina su labor asistencial con diversos cargos de gestión en diferentes instituciones de la comunidad valenciana. Defensora de la ética dentro de la profesión, en los próximos meses, verá cumplido su mayor deseo: la creación de una comisión nacional de ética y deontología de la matrona.

El perfil de...



NOMBRE: María Isabel Castelló López

LUGAR: Valencia

FORMACIÓN: Enfermería y especialidad de matrona. Tiene un Máster en Enfermería Escolar y otro en Ética Enfermera. Es sexóloga, psicóloga y terapeuta Gestalt, PNL y Constelaciones Familiares, conocimientos que aplica en su labor asistencial para proporcionar una atención integral a la salud de la mujer.

CARGO/CENTRO: Matrona en el Hospital Lluís Alcanyis de Xàtiva (Valencia), vocal matrona en el Colegio de Enfermería de Valencia; representante de la Asociación Española de Matronas (AEM) en la Comisión Nacional de la IHAN (Iniciativa para la Humanización de la Asistencia al Nacimiento y la Lactancia) y vocal del Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana (CECOVA) donde, además, preside la Comisión de Ética y Deontología Enfermera

AFICIONES: Leer, ir al cine, escuchar música y compartir momentos especiales con los amigos. Le gusta tanto la playa como la montaña.

En el último Congreso de la AEM se anunció la creación de una comisión nacional que recogiera los aspectos éticos y deontológicos de la profesión. ¿De qué manera crees que ayudará a las matronas?

Debido a la responsabilidad que tienen en sus manos, las matronas son las especialistas que más índice de denuncias acumulan. Muchas de estas demandas no son puramente cuestiones legales o jurídicas, si no que tocan aspectos deontológicos sobre los que existe un gran desconocimiento. Esta comisión asesorará no solo a los organismos si no también a nivel personal acerca de las cuestiones éticas que se derivan de la denuncia, además de defender a los implicados o simplemente informar a los interesados acerca de los cambios deontológicos que se vayan produciendo.

Tu interés por la ética y la deontología te ha llevado a hacer diversos estudios relacionados con este tema. ¿Podrías destacar alguno de ellos?

Hace unos años realicé un análisis de los aspectos éticos y deontológicos presentes en la estrategia asistencial al parto, que hasta ese momento no estaban considerados como tal. Una de las conclusiones de mi estudio fue que el uso que se hace del concepto “humanización del nacimiento” es incorrecto, ya que no se puede humanizar algo que ya de por sí es propio entre humanos y, para mí, ser humano es igual a persona. Propuse entonces la expresión “parto personalizado”, un vocablo en el que tienen cabida ética, técnica y respeto a la decisión de la mujer sobre cómo quiere que sea su parto.

¿Qué crees que le falta a la profesión de matrona desde el punto de vista ético?

Me gustaría que este trabajo tuviera un enfoque mucho más humanístico y filosófico. Un profesor me dijo una vez que una profesión técnica sin ética no es profesión. La percepción de la gente es que estamos encerradas en un paritorio asistiendo un parto o ayudando al médico. Pero la matrona realiza también una función educadora, investigadora y de gestión a la que externamente no se da tanta importancia pero que es fundamental para no quedarnos estancadas.

¿Qué podéis hacer vosotras para cambiar esta visión?

Lo primero es concienciar a los profesionales de la responsabilidad que conlleva esta profesión. Debemos ser conscientes de lo que somos y de lo capacitadas que estamos para hacer todo lo que nos proponemos. Y, sobre todo, no dejarlo perder por comodidad. Ninguna administración te exigirá que te actualices y te formes, pero tú tienes la obligación moral y ética de hacerlo para ser más competente en tu trabajo. Sólo de esta manera podremos transmitir a la gente que somos especialistas en atención a la mujer tanto en el embarazo como a lo largo de toda su vida fértil.

Además de matrona, eres sexóloga, psicóloga y terapeuta especialista en Gestalt, PNL y Constelaciones Familiares. ¿Cómo aplicas estos conocimientos a tu labor asistencial?

Me gusta atender a la mujer a todos los niveles: físicamente, psicológicamente, emocionalmente e incluso en lo que a

ras para nuestra profesión. En ambas asociaciones hay personas que luchan para conseguir cosas en las que creo. Mi deber moral es estar junto a ellas.

¿Qué es lo que más te preocupa de la situación de vuestro colectivo?

El hecho de que parece que no tengamos conciencia de lo que viene en el futuro. Desgraciadamente, la profesión está en riesgo porque durante los últimos años hemos ido perdiendo competencias que, por nuestra formación y conocimientos, nos correspondían. Y las hemos perdido porque las hemos dejado perder. Debemos tener más conciencia de colectivo para, siendo más fuertes, conseguir recuperarlas. Y no hablo sólo a nivel asistencial si no también a nivel educativo, docente, de gestión y de investigación.

La formación constituye una de las partes más importantes de tu vida profesional. Como tutora de prácticas de los EIRs de matrona y profesora de cursos de posgrado, ¿cuál es la enseñanza más importante que les intentas transmitir a tus alumnos?

Lo primordial es la actitud que el profesional adopta delante de la mujer y la comunicación que establece con ella. Siempre digo que la técnica la dan los libros y la experiencia, los años. Pero, el saber estar delante de la embarazada, entender sus necesidades y darle los recursos que requiere en cada momento es una actitud que se tiene o no se tiene.

relaciones sexuales se refiere. Uno de mis objetivos era prestar esta atención desde una visión mucho más integral, asesorando y ayudando a la mujer para que sea ella misma la que decida cómo quiere vivir el parto. Y creo que aplicando estos conocimientos lo he conseguido, porque me he relacionado mucho mejor con ella y he estado más cerca de sus necesidades y deseos.

Formas parte de la Asociación Española de Matronas desde hace 18 años y de la Asociación de Matronas de la Comunidad Valenciana desde hace 10. ¿Qué hace que tanto tiempo después sigas teniendo un papel tan activo dentro del asociacionismo?

Las matronas somos una minoría y, para fortalecerlos, tenemos que estar presentes allí donde podamos lograr mejo-

CRISTINA EN TITULARES

Un lugar	La playa
Una flor	La rosa
Un libro	<i>Las mil y una noches</i>
Una obra teatral	<i>Aunque me cueste la vida</i> (Stephan Hausner)
Una canción	<i>Claro de Luna</i> (Chopin)
Una país	España
Una película	<i>El doctor</i>
Tu frase favorita	Más que preocuparte, ocúpate.
Tu sueño	Que me toque la lotería y montar una escuela para futuros padres. No para aquellos que ya están esperando un bebé si no antes, para formarlos y que estén preparados para afrontar la decisión que tienen que tomar.