

La FAME apuesta por las nuevas tecnologías para reforzar la profesión

En su XIII congreso, celebrado en octubre, la FAME destacó la necesidad de dotar de nuevas competencias a las matronas para enriquecer su labor, así como de abrirse a las nuevas tecnologías para acercarse más a la sociedad.



Durante los días 23, 24 y 25 del pasado mes de octubre, el emblemático Palacio de Congresos Euskalduna de Bilbao acogió el XIII Congreso de la FAME. La incorporación de nuevas competencias a la profesión, el uso de nuevas tecnologías, la mutilación genital de la mujer, el papel de la matrona durante la menopausia, las oportunidades generadas por la crisis o la gestión del parto traumático fueron algunos de los principales temas que se trataron y debatieron en el encuentro, estructurado alrededor de cinco mesas de discusión. “Las nuevas tecnologías son una gran oportunidad para llegar no sólo a los más jóvenes, sino también a las mujeres en edad adulta y a las familias. En la

actualidad, todo el mundo está conectado a través de Internet y, por tanto, es en este ámbito en el que tenemos el reto más importante”, señala Mónica Blas, presidenta del XIII Congreso de la FAME.

El ciberacoso en los adolescentes, los temas que afectan a las matronas desde un punto de vista psicológico –como la violencia obstétrica, por ejemplo–, la colaboración entre diferentes profesionales de la salud para atender el parto –como ya se realiza en el Reino Unido– o la realización de talleres prácticos con terapias menos tradicionales, entre ellos, la medicina china o la osteopatía, también estuvieron

presentes en un congreso que reunió a cerca de 700 matronas procedentes de toda España.

Además, se le dedicó un espacio destacado a la menopausia y al importante pero aún desconocido papel de asesoramiento y asistencia a la mujer que puede realizar la matrona.

“Tenemos muchos campos dentro de nuestras competencias que debemos aprovechar más. Podemos ofrecer muchos servicios y necesitamos buscar un espacio para hacerlo, bien a través de la sanidad pública o bien a través del emprendimiento”, destaca Blas.

“Las nuevas tecnologías son una gran oportunidad para llegar a los más jóvenes”.

Distinción para una matrona

Pág. 4

Una matrona en Tanzania

Pág. 10

Pautas para superar el posparto

Pág. 13

Coaching para una mayor confianza

Pág. 20

¿Quién se implica más en la crianza de los hijos?

La madre es quien lleva el mayor peso durante esta etapa, a pesar de que el padre cada vez se implica más.

Pág. 18



Un día con M^a Asunción Pérez

M^a Asunción Pérez combina su trabajo como matrona en el Hospital Can Misses de Ibiza con su pasión por el deporte.

Pág. 16



¡Y ya van diez!

Cuando hace unos años pusimos en marcha el bonito proyecto de *News Matrona*, no pensamos que llegaríamos tan rápido al número 10. ¡Han sido tantas las anécdotas y experiencias que os hemos contado en estas páginas! Y todo gracias a vosotras, con las que siempre podemos contar para continuar haciendo de esta revista una publicación cercana, en la que podáis ver reflejado el magnífico trabajo que, día a día, realizáis con las mujeres y con sus bebés y parejas. En este décimo número, acompañaremos durante 24 horas a M^a Asunción Pérez, matrona en el Hospital Can Misses de Ibiza, y escucharemos el relato de M^a Jesús Pérez, quien hace un tiempo viajó hasta Tanzania para formar parte como cooperante de un proyecto de desarrollo integral. Conoceremos también las experiencias de diversas matronas, que compartirán algunos de los métodos que cada vez se utilizan con más frecuencia a la hora de seguir y tratar a la mujer embarazada. Además, Alicia Pérez nos presentará "Espai Dona", un servicio mixto de matronas y terapeutas, cuyo objetivo es ayudar y asesorar a las mujeres durante el embarazo y el puerperio, y Ángela Arranz nos hablará de "Las matronas a tu lado", un servicio de acompañamiento personalizado que puede ofrecerse tanto en casa como en el hospital. Tampoco podemos olvidarnos de nuestra habitual sección de "Noticias

actualidad", en la que descubriremos el método del *Mindfulness*, conoceremos la nueva Casa de Partos del Hospital de Manises y analizaremos la situación actual de las doulas. Hablaremos, por supuesto, del último Congreso de la FAME, celebrado en octubre en Bilbao, y nos acercaremos al mundo del asociacionismo con Carmen Molinero, protagonista del "Diario de una matrona" de este número. Quisiera aprovechar estas líneas para expresar, en nombre de todas las personas que formamos parte de *News Matrona*, nuestra más sincera felicitación a M^a Ángeles Rodríguez Rozalén por la reciente obtención de la Cruz del Mérito Militar por parte del Ministerio de Defensa. A ella dedicamos una de las páginas de este *News Matrona*, ya que esta distinción constituye un importante reconocimiento a la gran labor de toda la profesión. Quiero daros las gracias, una vez, más por el apoyo que nos habéis dado a lo largo de todo este tiempo. Sin vosotras, nunca habiésemos logrado llegar hasta aquí. Por ello, os animo a que continuéis compartiendo vuestras experiencias con nosotros. ¡Hagamos que este número 10 sea sólo el principio de una larga andadura! En nombre de toda la redacción, muchas gracias a todas.

Elena Pitarch
Directora de Field
epitarch@sfera.es

DESCARGA EL NEWS MATRONA

Como ya anunciamos, *Mi bebé y yo* ha creado la web www.matronasmibebeyyo.com, en la que os podéis descargar el nuevo número del *News Matrona*. Si también lo queréis en formato papel, podéis solicitarlo enviando un correo electrónico a mgargallo@sfera.es (hasta finalizar existencias).

Además, entrando en la página web ya nombrada, podréis encontrar el nuevo video de la matrona y fisioterapeuta Gloria Sebastià.



CARTELES Y MARCADORES PARA PUERTAS

Desde *Mi bebé y yo* se han creado unos carteles y marcadores para puertas para que podáis decorar la pared de vuestras consultas y así sentirnos como en casa. Podéis solicitarlos al delegado de la zona.



CARTA A LAS MATRONAS

¡Qué alegría poder saludaros!

Quiero aprovechar la gran oportunidad que me brinda este espacio para, desde aquí, intentar mostraros, en unas pocas palabras, mi gran aprecio, cariño y RESPETO. Sí, RESPETO en mayúsculas, porque, en mi contacto diario con vosotras, he aprendido a respetaros tanto... Y no sólo a vosotras. También a vuestra profesionalidad y a vuestra vocación. Vuestra labor es, sin duda, admirable; es en vosotras en quienes las futuras mamis depositan los momentos más delicados y también más bonitos de una mujer. Con sólo ver cómo os escuchan, cómo confían en vosotras y el modo en que os hablan, es muy fácil darse cuenta de que esas mujeres nunca os olvidarán; de que nunca olvidarán a "su matrona". Sobre el cariño... ¿Qué os voy a decir que no sepáis? ¡Vaya ocho añitos que hemos pasado juntas! Ha habido de todo: risas, charlas, complicidad. Pero

llegaron los malos tiempos y vi que estuvisteis a mi lado. Nunca me fui de mis visitas sin que alguna de vosotras me expresara una frase de apoyo, de comprensión, de amistad, de cariño: "Auxi, ¿qué tal todo?", "¿Cómo van las cosas?", "Y las niñas, ¿cómo lo llevan?", "Estoy aquí para lo que te haga falta". Así da gusto trabajar. Por eso, creo que esta carta podría resumirse en una palabra: GRACIAS. Gracias por todo lo que he aprendido de vosotras en todos los sentidos, tanto a nivel profesional como a nivel personal. Hacéis que trabajar en *Mi bebé y yo* para este colectivo tan especial como es el vuestro sea todo un privilegio. Y, de hecho, así me siento, como una gran privilegiada por trabajar con vosotras. Un abrazo muy fuerte. ¡Os veo en mi próxima visita! Y, para nuevos contactos, os dejo mi número, 607 11 48 46, y mi e-mail, ahermoso@sfera.es.



Auxiliadora Hermoso, Visitadora Andalucía Occidental.

...“En NUK creemos
en la alimentación natural.”...



Sacaleches
eléctrico
NUK Luna.

Porque las ventajas de la lactancia materna son indiscutibles.

En NUK aportamos los últimos avances tecnológicos para facilitar al máximo a la mamá el proceso natural de dar el pecho a su bebé.

- Sistema de bombeo de 2 fases de succión como la lactancia materna.
- Sensor de inclinación inteligente con desconexión.
- Almohadilla súper suave más cómoda.

NUK. Understanding Life.

NUK is distributed in Spain by Roche Diagnostics.
NUK is a registered trademark of MAPA GmbH/Germany
* Para una óptima combinación con la lactancia materna.
Moral et al. BMC Paediatrics 2010, 10:6.
Para más información: http://en.nuk.de/all_about_nuk/studies



www.nuk.com.es
www.bebesnuk.com

Distinción para una matrona, honor para la profesión

El Ministerio de Defensa ha otorgado la Cruz del Mérito Militar con distintivo blanco a M^a Ángeles Rodríguez Rozalén, matrona del Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla de Madrid y Presidenta de la Asociación Española de Matronas (AEM).

A petición del Ministerio de Defensa, M^a Ángeles Rodríguez Rozalén, matrona del Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla de Madrid durante los últimos 40 años y actual Presidenta de la AEM, ha sido distinguida con la Cruz del Mérito Militar con distintivo blanco.

Esta concesión supone el reconocimiento al trabajo y al compromiso del colectivo con esta institución sanitaria, además de la valoración de una trayectoria profesional larga, intensa y prolífica, que hace tiempo ha convertido a M^a Ángeles en una referencia indiscutible de trabajo de calidad y responsabilidad en el marco de la profesión de matrona en este país.

En el Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla, M^a Ángeles ha desarrollado tanto labores asistenciales como formativas, investigadoras y de gestión. Su laboriosidad y extraordinaria capacidad de trabajo se reflejan también en su actividad docente como profesora invitada en universidades de todo el territorio nacional, la publicación de varios libros, la creación de la Comisión de Formación Continuada de la AEM, el diseño y puesta en marcha de campañas de marketing para el conocimiento y reconocimiento del papel de las matronas y la fundación de las dos revistas científicas para matronas existentes hoy en día.

Además, M^a Ángeles ha acudido como ponente a más de 40 congresos nacionales e internacionales, es miembro del Consejo Internacional de Matronas de la Confederación Internacional de Matronas

(ICM), fue primera presidenta de la Comisión Nacional de Matronas en el Ministerio de Sanidad, coordinadora y autora con el grupo de Expertos para la elaboración del Código Deontológico de las matronas españolas y luchadora incansable por la desmedicalización del parto espontáneo ante las administraciones.

Una identidad basada en la responsabilidad y la honradez

De talante generoso y enérgico, M^a Ángeles ha sabido mezclar la honestidad, honradez y responsabilidad que la caracterizan con grandes dosis de pragmatismo, idealismo e, incluso, ciertos toques de utopía, para mantener presente el entusiasmo y la ilusión por alcanzar sus metas en todo lo relacionado con su profesión. Ofrecer a las mujeres la mejor asistencia sanitaria en el terreno de la salud sexual y reproductiva y lograr una competencia profesional de alto nivel para las matronas españolas con plena autonomía profesional son, para ella, los retos más importantes.

Su trabajo en la asistencia a la mujer y en la defensa legítima de la profesión, entendiéndola como un servicio a la sociedad en conexión con el interés general, deja traslucir un trabajo personal en permanente equilibrio con las necesidades sociales y profesionales. Un equilibrio cuyo objetivo es el de ofrecer en cada momento la mejor oferta de servicios sanitarios a la mujer y trabajar por la continuidad en el desarrollo de la profesión, desde el convencimiento de que un buen nivel de conocimientos científicos, técnicos y



M^a Ángeles Rodríguez Rozalén lleva 40 años asistiendo a mujeres durante su embarazo, una labor que combina con la formación, la investigación y la gestión.

humanísticos es un sello de calidad en la atención sanitaria de las matronas para la salud de la mujer.

40 años dedicados a la profesión

Quienes conocen a M^a Ángeles la definen como una persona con talento, sacrificada, con conciencia profesional y social, cordial, sensible y con una habilidad e inteligencia innatas para defender las causas en las que cree. Discreta y humilde, ha sabido ser a lo largo de su vida primero alumna y, después de más de 40 años de ejercicio profesional ininterrumpido, maestra de nuevas generaciones. Tanto en su trabajo asistencial como en su gestión dentro de la promoción del asociacionismo de matronas en España,

destaca como logro personal su planteamiento de que el avance de la profesión y la calidad de atención de las matronas no deben estar contaminados con criterios excluyentes. "Por y para el bien de todas las mujeres y matronas" ha sido siempre su *leitmotiv*.

Ser fiel a los principios éticos de la profesión le ha permitido desarrollarse a la altura del enorme privilegio que la sociedad ofrece a las matronas, al confiar en ellas la atención sanitaria de sus mujeres. Por ello, felicitamos a M^a Ángeles Rodríguez Rozalén y a todas las matronas españolas que, como ella, hacen una labor de servicio encomiable, ejecutando su trabajo cotidiano con sabiduría, entrega y entusiasmo.



M^a Ángeles Rodríguez Rozalén una de las figuras clave dentro de la AEM. Ella fue la encargada de presidir el último congreso de la asociación y participó, junto al resto de la comisión, en el acto inaugural.



Gracias por hacer
tan bien tu trabajo

Hemos creado la primera comunidad con recursos para profesionales sanitarios.

Una comunidad con la que queremos ayudarte a que hagas tu trabajo incluso mejor, porque aquí encontrarás:

- Material para tus clases y para entregar a tus pacientes.
- Cursos gratuitos acreditados.
- Intercambio de inquietudes y conocimientos con otras matronas y profesionales de la salud.
- La información más relevante relacionada con tu sector.
- Y más, mucho más...

Únete a la comunidad de profesionales sanitarios especialistas en el cuidado infantil.

www.profesionalesbaby.es

Profesionales
baby



Mindfulness para vivir un embarazo y crianza más conscientes

El embarazo es una experiencia intensa y transformadora llena de oportunidades, pero también de desafíos, que, con frecuencia, pueden ser vividos con estrés y angustia. En estos casos, la técnica del *Mindfulness* o "Atención consciente" mejora el bienestar psicológico al aliviar estas sensaciones, evitando resultados adversos para la madre y para el futuro hijo. "Existen evidencias científicas de que el estrés aumenta la probabilidad de parto prematuro, bajo peso en el nacimiento e, incluso, muerte fetal, pudiendo afectar también al desarrollo neurológico", explica Carmen Esquilas, matrona en el Centro de Salud Parquesol de Valladolid.

El *Mindfulness* es el proceso mediante el cual la persona, a través de la meditación, empieza a vivir en el "aquí y ahora". "Se aprende a ser más receptivo y menos reactivo, reduciendo la percepción de esta etapa como una amenaza para el bienestar y la salud familiar", explica Carmen, que, desde hace tiempo, introduce prácticas de esta técnica en sus clases de Educación maternal y paternal, con el fin de dar a conocer los procesos psicobiológicos de la maternidad.

Los beneficios del *Mindfulness* están avalados por los resultados de más de 25 años de investigaciones en la Clínica de reducción del estrés de la Universidad de Massachusetts (Estados Unidos). "Con esta técnica, la mujer vive su embarazo con más intensidad, deteniéndose a observar cada momento y tomando consciencia plena del presente".



Carmen Esquilas defiende que el *Mindfulness* es una herramienta clave a la hora de ayudar a las madres a enfrentarse sin miedo al parto.



Luces modulables, decoración confortable, música de ambiente y equipo médico camuflado son algunas de las comodidades que ofrece la Casa de Partos del Hospital de Manises.

El Hospital de Manises inaugura su Casa de Partos

La Casa de Partos del Hospital de Manises abrió sus puertas en mayo con la voluntad de ofrecer a las mujeres un parto más humanizado, en un ambiente cálido y tranquilo, y en el que la intervención médica es mínima. "Así logramos que ellas sean las verdaderas protagonistas en el nacimiento de su bebé", aseguran Núria Bixquert y Lena Vázquez, matronas del centro.

La Casa de Partos, la primera integrada en la red pública de la Comunidad Valenciana, está inspirada en los *birth center* británicos. Ofrece a las futuras madres un acompañamiento personalizado desde que ingresan en el centro hasta que reciben el alta, en un entorno dotado de métodos analgésicos alternativos, entre los que destaca una bañera obstétrica para llevar a cabo la dilatación o una pelota para movimientos pélvicos.

Reforzar el vínculo entre la matrona y la embarazada, al compartir la vivencia del parto como una experiencia única y no como un procedimiento hospitalario, es una de las señas de identidad del centro, por el que se espera que pasen más de 150 mujeres este año. "Una mayor seguridad y autoconfianza de la madre, el refuerzo del vínculo afectivo entre ella y el bebé, y la reducción del estrés en el recién nacido son las principales ventajas de dar a luz en un entorno como este", señalan las comadronas.

Además del acompañamiento durante el parto, las matronas realizan un seguimiento en las horas posteriores al nacimiento del bebé, apoyando a la madre no sólo en la lactancia, sino también en cualquier otra necesidad que le pueda surgir.

"El apoyo emocional que damos las matronas es el mejor antídoto contra el intrusismo"

"Las doulas son mujeres, en su mayoría madres, que acompañan a otras mujeres en el camino de la maternidad para darles apoyo físico y emocional durante el parto y el puerperio". Con esta definición, se describen las doulas en su página web, donde, aunque niegan tener una preparación académica específica, aseguran disponer de los conocimientos necesarios para acompañar a las mujeres durante su embarazo.

A pesar de que cada vez hay más concienciación acerca del intrusismo laboral de las doulas, "los vacíos legales existentes siguen siendo los principales escollos para combatir contra este colectivo, amparado, a la vez, por un desconocimiento acerca de las funciones y las competencias de la profesión por parte de la sociedad, que sólo nos otorga un papel puramente técnico", explica Maribel Castelló, matrona en el Hospital Lluís Alcanyís de Xàtiva (Valencia).

La falta de matronas en la sanidad pública, derivada de la crisis actual, es uno de los motivos por los que las mujeres recurren a las doulas durante su embarazo, aun teniendo que abonar unos servicios que no son gratuitos. Ante esta coyuntura, el esfuerzo conjunto es fundamental. "Debemos dar a conocer todas las áreas de trabajo en las que la matrona desarrolla sus competencias, no sólo ahora, sino a lo largo de toda su historia profesional", defiende Maribel, que añade: "Demostremos que, además de en el momento del parto, podemos ayudar y acompañar a las mujeres emocional y psicológicamente durante esta etapa tan vital del embarazo y el puerperio".



Para Maribel Castelló, es fundamental que las mujeres tomen conciencia de que, si ponen su maternidad en manos de personas no profesionales, podrían poner en riesgo su salud y la de su hijo.



Cómodo, eficaz y delicado
con el pecho de mamá

NaturalFeeling



Máxima eficacia y
comodidad, gracias
al exclusivo
Chicco System
y el práctico
mango ergonómico.

Máxima delicadeza
con el pecho,
gracias a la copa
suave de silicona

made in
ITALY | 0%BPA* | clinically
tested

Nuevo Sacaleche manual

Delicadeza y eficacia todo en uno, para una lactancia materna duradera y tranquila.

La leche materna es recomendada porque contiene todo lo que un bebé necesita para crecer bien. El nuevo sacaleche manual Chicco te ayuda a vivir esta experiencia con la delicadeza que necesitas y la eficacia del nuevo *Chicco System*, que permite un uso aún más fácil. Porque darle lo más natural, es tan sencillo como quererle.

Otros productos de la gama NaturalFeeling



Gama de biberones Step Up New



Discos absorbentes



www.chicco.es



La felicidad es un viaje
que se inicia desde niño.



donde hay un niño

La FAME apuesta por la innovación tecnológica para impulsar la profesión

La exploración de nuevas competencias para la matrona y el uso de los nuevos medios tecnológicos para visibilizar la profesión y poder atender, así, a más mujeres, especialmente a las más jóvenes, fueron los principales objetivos marcados por el XIII Congreso de la FAME.

El Palacio de Congresos Euskalduna de Bilbao acogió los días 23, 24 y 25 de octubre el I Congreso de la Asociación de Matronas de Euskadi y XIII Congreso de la Federación de Asociaciones de Matronas de España (FAME), una cita que tuvo como principal objetivo “visibilizar nuestra profesión en la sociedad y buscar nuevas competencias”, explica Mónica Blas, presidenta del congreso. Las oportunidades ofrecidas por Internet y las nuevas tecnologías a la hora de llegar a más sectores de la sociedad, con especial interés en los más jóvenes;

las posibilidades que la crisis económica actual puede comportar para las matronas; el papel que desempeñan estas profesionales en el asesoramiento a las mujeres durante la menopausia; la necesidad de colaboración entre distintos ámbitos de la salud para atender el parto normal; la búsqueda del ADN fetal y los aspectos traumáticos del parto y de la violencia obstétrica - poniendo el foco en cómo afectan a los profesionales implicados y dando pautas para su correcta gestión - fueron las principales temáticas que se estudiaron durante el congreso.

Cinco espacios para el intercambio de conocimientos

El encuentro se estructuró en cinco mesas redondas, en las que varios profesionales expusieron diferentes temáticas y estudios relacionados con la actualidad de la profesión.

En la primera de ellas, *Adolescencias diferentes*, se trataron las necesidades y los cambios en materia de sexualidad que experimentan los más jóvenes, se analizó el problema del ciberacoso, que muchos de ellos sufren durante esta etapa, y se habló sobre la mutilación genital femenina, que

afecta, actualmente, a 140 millones de mujeres en todo el mundo y, en concreto en España, a 17.000. “Las matronas tenemos un papel muy importante en la lucha contra esta práctica. Debemos realizar una labor de educación de las mujeres mutiladas que se acercan a nuestras consultas para, desde el respeto a su cultura y creencias, prevenir que sus hijas no sufran esta mutilación cuando regresen a sus países de origen”, destacó la antropóloga Adriana Kaplan, representante de la Fundación Wassu de la Universidad Autónoma de Barcelona (UAB).



La búsqueda de nuevas fórmulas de comunicación con el sector más joven de la sociedad es uno de los principales retos planteados durante la última edición del Congreso de la FAME.

La segunda mesa, *Progresando en las competencias de las matronas*, exploró los campos de trabajo y de investigación en los que la matrona puede desempeñar un papel fundamental. Entre otros, se destacaron los beneficios del agua durante el proceso de dilatación y el parto, se confirmó la determinación de ofrecer a cada paciente una atención integral y personalizada que vaya más allá de los criterios comunes aplicados a todas las personas atendidas, y se insistió en la necesidad de un mayor protagonismo de la matrona en el parto y en el puerperio, además de en su implicación en ámbitos como la gestión y la implantación de nuevos protocolos. El debate recogió también un análisis acerca de la incorporación de competencias para la profesión, en el que se afirmó que las matronas son las profesionales mejor preparadas para ser las responsables de todo el proceso de parto y puerperio. "Estamos capacitadas para hacerlo y existen informes y estudios que así lo corroboran", señala Mónica Blas.

La maternidad a partir de los 40 años -una realidad cada vez más frecuente en la sociedad-, las alteraciones psicológicas de las parejas con problemas de fertilidad y la búsqueda del ADN fetal intra-maternal fueron las principales temáticas que se expusieron en la tercera mesa, *Maternidad en el siglo XXI*. En este sentido, los participantes estuvieron de acuerdo en la necesidad de impulsar iniciativas políticas de apoyo a la maternidad "para que las madres y sus parejas no tengan que retrasarla mucho y puedan tener hijos cuando su reloj biológico esté en su mejor momento", apunta Mónica.

Menopausia y parto traumático

En *Hablando de climaterio*, la cuarta de las mesas, se habló de menopausia y sexualidad, y se destacó el papel fundamental que ejerce la matrona a lo largo de esta etapa, tanto a través de su asistencia a nivel sanitario como con su labor de prevención y de educación. Los participantes se refirieron, además, a los métodos de anticoncepción, subrayando la importancia de concienciar a la mujer sobre el uso de anticonceptivos en edades próximas a la menopausia y al cese de la capacidad reproductora. En este sentido, uno de los ponentes destacó los múltiples beneficios de la anticoncepción hormonal, entre los que se encuentra la reducción del riesgo de padecer cáncer de ovario. La última mesa de debate, *Profesionalidad y consecuencias*, puso el foco en la afectación del parto traumático y de la violencia obstétrica en los profesionales sanitarios implicados en los cuidados de la embarazada y de su hijo. Así, Ibone Olza, doctora experta en psiquiatría infanto-juvenil, destacó las posibilidades que ofrecen el anonimato y la inmediatez de Internet para preguntar y expresar sentimientos, experiencias y dudas, que pueden ser atendidas y contestadas por un profesional.

Los conflictos éticos, especialmente en un campo de trabajo en el que confluyen gran cantidad de valores, ideas y convicciones diferentes como el de la maternidad, fueron otra de las problemáticas a las que se prestó especial atención, resaltando el conocimiento y el respeto hacia estas realidades como fundamentales para evitar su aparición.

Las nuevas tecnologías, impulso de la profesión

Uno de los temas estrella del congreso fueron las posibilidades que la innovación tecnológica ofrece a las matronas. "Las nuevas tecnologías nos pueden acercar más a la población, especialmente, a los más jóvenes, muchos de los cuales no conocen siquiera nuestra existencia", señala Mónica, quien afirma que "nuestra implicación en este ámbito se ha convertido ya en una necesidad".

Si bien cada vez hay más matronas que se acercan a institutos y colegios ofre-

ciendo información y conferencias, "hay que adaptarse a los cambios que los adolescentes nos demandan, si queremos que éstos cuenten con nosotros", apunta la

presidenta del congreso. En algunas comunidades, ya existen iniciativas para acercar más la labor de las matronas mediante las nuevas tecnologías. Un ejemplo es el de las consultas por *skype*, que se realizan entre madres y matronas de Cataluña tras el parto para ofrecer asesoramiento a distancia y resolver las dudas que conlleva esta nueva etapa. La comunicación constante a través de las redes sociales, y la creación y actualización de blogs informativos y educativos son sólo algunas de las acciones concretas que las matronas propusieron para poder continuar introduciéndose dentro de este campo.

La crisis, una oportunidad para las matronas

La conferencia inaugural fue otra de las ponencias que suscitó más interés. Dirigida por el doctor y profesor de medicina Daniel Zulaika, la exposición se centró en el análisis de los cambios y las oportunidades que ofrece para las matronas el actual contexto de crisis económica. Zulaika hizo un símil entre la coyuntura actual y la crisis vivida a principios de los años 80, en lo que se refiere a la irrupción de la enfermedad del SIDA y a las problemáticas que se derivan. "Hay que aprovechar la situación actual, en la que se recorta presupuesto y en la que hay una ratio de matronas por mujer inferior a la media europea, para realizar un punto de inflexión y reivindicar la profesión". En ese sentido, Mónica animó a las matronas a esforzarse por ampliar sus ámbitos de atención: "Si no podemos ofrecer nuestro asesoramiento y conocimientos a través de los canales establecidos, debemos buscar el modo de poder hacerlo".

Nuevos encuentros para la profesión

Bajo el lema "Ser matrona es mucho más", y con el objetivo de debatir el papel y la situación actual de la profesión a partir de la valoración de los cambios sociales, económicos y culturales que se han producido en los últimos años, los próximos días 28, 29 y 30 de mayo de 2015 se celebrará en Madrid el II Congreso de la Asociación de Matronas de Madrid (AMM) y XIV Congreso de la FAME.

Además, en octubre de 2015, tendrá lugar en Sevilla el VII Congreso de la Asociación Andaluza de Matronas (AAM), tercer encuentro de carácter internacional que se realiza en la ciudad. Tal y como afirma María Ángeles Fernández, presidenta de la AAM, la finalidad de la cita es que ésta se convierta en "un punto de encuentro y de formación de las matronas a nivel regional, nacional e internacional para conocer



María Jesús Domínguez, presidenta del XIV Congreso de la FAME.

"Ahora más que nunca, necesitamos más matronas"

Antes de inaugurar oficialmente el congreso, la FAME, con el apoyo de la Asociación de Matronas de Euskadi y la revista *Mi bebé y yo*, convocó a todos los asistentes a concentrarse en la puerta del Palacio Euskalduna, con el objetivo de reclamar más matronas en el ámbito de la Sanidad.

Bajo el lema "Ahora más que nunca, necesitamos más matronas", y vistiendo todas camisetas rosas, dieron a conocer la situación en la que se encuentra la profesión, insistiendo en la desigualdad de cuotas por territorio existente -en relación a la de los

países europeos del entorno- y en la falta de apoyo institucional a su labor. Así, la Marea Rosa -tal y como la llamaron ellas mismas- pidió al gobierno una planificación de futuro, además de la búsqueda de soporte por parte de la población para reivindicarlo. Cristina Martínez, presidenta de la FAME, destacó que el acto no es una "acción puntual" e insistió en que, si no existe un cambio de rumbo por parte de la Administración, las matronas "continuarán defendiendo sus derechos hasta que se las tenga en cuenta".



Las matronas se concentraron el primer día del congreso para dar a conocer la situación de la profesión.

“Debemos pedir más conciencia a los gobiernos”

Desde muy joven, María Jesús Pérez participó como voluntaria en diversas misiones solidarias en Tanzania. No obstante, su gran aventura se inició en 2001, cuando Médicos del Mundo le ofreció la oportunidad de trabajar como cooperante en un proyecto de desarrollo integral en este país.

María Jesús Pérez, matrona en el centro de salud General Ricardos de Madrid, siempre quiso ser cooperante. “Cuando era pequeña, me impactaban mucho las experiencias que nos contaban los misioneros cuando venían a la escuela. Mi sueño era colaborar con una ONG, porque siempre he creído que esa es la mejor manera de ser útil a la gente de países en desarrollo”, explica. Así, a los 25 años, empezó a colaborar como voluntaria en misiones solidarias en Tanzania. No obstante, no fue hasta 2001 cuando se trasladó hasta este país africano para trabajar de cooperante en una iniciativa de Médicos del Mundo destinada a mejorar la calidad de vida de los habitantes de Mang’ola, una zona fuertemente castigada por la pobreza y la desigualdad. Allí, permaneció casi cinco años, durante los cuales prestó servicio asistencial y llevó a cabo una amplia labor de formación, concienciación y retención de talento joven.

¿En qué consistía el proyecto de Médicos del Mundo?

Formaba parte de una iniciativa de desarrollo integral en la que participaban diferentes ONG, y que incluía competencias agrícolas, canalización de agua potable, educación y sanidad, ámbito del que yo formaba parte. En un primer momento, nos centramos en la construcción de un

hospital, prestación de primeros auxilios y captación de jóvenes, líderes locales y parteras tradicionales. Más adelante, empezamos a emplearnos en la contratación de profesionales nativos cualificados y en dar formación académica a través de becas, además de trabajar intensamente para formalizar compromisos sostenibles con el Ministerio de Sanidad del país.

¿Cómo es la situación de las embarazadas en Tanzania?

Tiene un índice de mortalidad infantil y materna muy altos. En el primer caso, la cifra es de 50 bebés muertos por cada 1.000 nacidos vivos al año, mientras que, en el segundo, la mortalidad es de 460 mujeres por cada 100.000 partos. Lo impactante es que la mayoría de las patologías que producen estos fallecimientos son hemorragias, partos prematuros o problemas de contracción, complicaciones absolutamente prevenibles en los países desarrollados, que allí se acentúan debido a la malnutrición, a enfermedades crónicas mal tratadas y a la falta de un diagnóstico precoz.

¿Cuáles fueron las principales dificultades a las que te enfrentaste?

Las diferencias culturales y lingüísticas, pero se superan si hay voluntad de acer-



En Tanzania, María Jesús ofrecía cursos de formación de parteras tradicionales y de agentes de salud comunitaria.

camiento. Las verdaderas barreras las encontré en Occidente a la hora de seguir adelante con el proyecto. Teníamos incertezas sobre su financiación y continuidad, ya que dependíamos de los donantes y, ante la coyuntura económica en Europa, los ingresos no estaban asegurados.

¿Qué les enseñaste a tus homólogas tanzanas?

Desde el primer momento, intenté potenciar sus valores, que son muchos, y concienciar y reivindicar sus derechos y responsabilidades para la mejora de sus vidas, tanto a nivel local como a través de la firma de compromisos con sus gobiernos.

¿Y qué aprendiste tú de esta experiencia?

El respeto mutuo y la solidaridad que existe entre matronas que provienen de diferentes etnias y tribus, y que, por tanto, tienen culturas y valores diferentes. Su cercanía, su comprensión del dolor del otro, fue algo que me impactó mucho. También la dignidad y la profesionalidad con las que sobrellevaban todas las dificultades a las que se enfrentan día a día.

¿Podrías compartir alguna anécdota de esa época?

Se me quedó grabado un parto de nalgas de una chica de 16 años. Al contárselo a su suegra, me puso cara de estupor. Yo no entendí su reacción hasta que me explicó que, en ciertas tribus, un parto de nalgas es síntoma de mal augurio y que, por tanto, hay que tener mucho cuidado a la hora de contarlo. En ese momento, me di cuenta de que el desconocimiento de su antropología puede llevar a circunstancias complicadas.

¿Qué debe tener una persona para ser cooperante?

Debe ser humilde e ir lo más preparado posible, además de ser consciente de que va a aprender mucho de la gente de ahí. Creo que la gente debe tener espíritu crítico. Debemos pedir más conciencia y compromiso a nuestros gobiernos y exigirles alternativas para una mayor equidad y justicia, porque las ONG sólo pueden hacer una labor paliativa. Es responsabilidad de los gobiernos dar la vuelta a esta situación.



Además de la labor asistencial, María Jesús se implicó en la realización de reuniones destinadas a captar a líderes locales como estrategia para conseguir el éxito del proyecto de desarrollo integral de Médicos del Mundo.

GineCanesgel®

Para la higiene íntima en esos momentos delicados, GineCanesgel® CALM



Eficacia demostrada en estudios clínicos ⁽¹⁾

- Reduce la intensidad de las molestias ⁽¹⁾ proporcionando 12 h de confort
- Con glicina, que ayuda a calmar la zona íntima sensible y protege la piel y las mucosas. pH: 8.5
- Sin conservantes ni colorantes



www.ginecanesgel.com

1. Siboulet A, Bohbot, J-M. Étude comparative Gyn-Hydralin-Placebo: prurito genital. TAP Gyn. Obs. No 398, 1er-15 enero 1999.

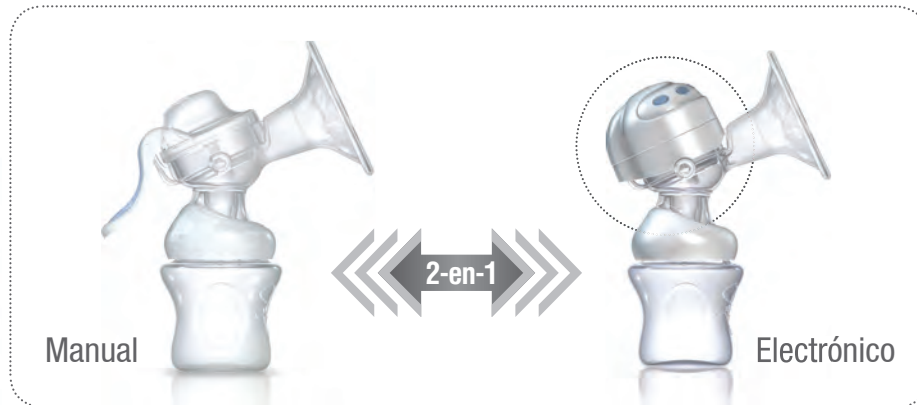


GINGEL-0713-37

Lactancia



El Extractor de leche Natural Touch™ SoftFlex™ se puede transformar fácilmente de manual a electrónico, para un mayor confort.



Extractor de leche Express™.
Práctico y fácil. Alivio inmediato!



Biberón de silicona flexible
240 ml

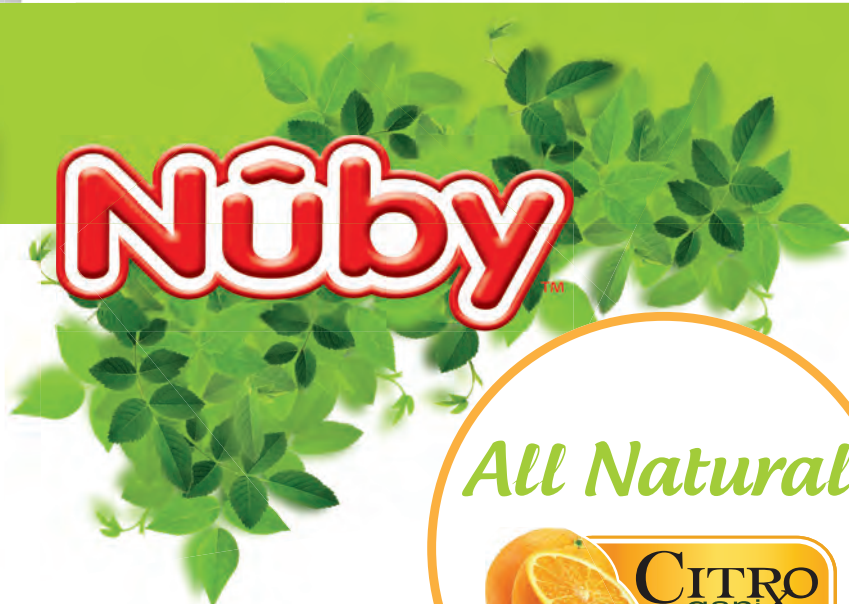


Soluciones de lactancia

Cuidado Natural



Lanolina para el Pecho:
Es natural y no debe retirarse
para alimentar o extraer leche



Espuma suave libre
de lagrimas
para toda la familia



Higiene oral desde
los primeros días
Seguro en caso de ingesta



Cuidado natural
de la zona del pañal

Hidrata, alivia y limpia

**99,99% efectiva
contra los gérmenes**

Sin parabenos
Sin fenoxietanol
Sin alcohol

Un cuarto de siglo dedicado a la “mejor profesión del mundo”

Beatriz Mazur • Matrona en la Policlínica Nuestra Señora del Rosario, Ibiza

Beatriz Mazur es matrona en la Policlínica Nuestra Señora del Rosario de Ibiza. Después de 25 años dedicados a esta profesión, define su labor como “la mejor del mundo”. Su vocación empezó cuando tenía siete años. “Siempre me pedía ser la matrona, era algo que tenía tan claro, que nunca me planteé dedicarme a otra cosa”, explica. De este cuarto de siglo, 17 años los pasó trabajando en paritorios, una experiencia que considera “increíble”. “Lo más importante es saber transmitir tranquilidad a la mujer y estar en contacto con ella para que se sienta segura en todo momento”, señala Beatriz, para quien trabajar con personas de diferentes culturas y compartir con ellas una experiencia tan vital como el parto constituye una de sus grandes satisfacciones.

En la actualidad, además de la atención en paritorio, lidera clases de parto basadas en una fórmula mixta de charlas informativas y sesiones de *aquagym*. Además, en la fase de posparto, ayuda en la lactancia y dirige clases en las que enseña ejercicios dirigidos a trabajar la zona pélvica.

“A nivel profesional, no me queda nada por lograr. He hecho absolutamente de todo, desde enseñanza hasta servicios de urgencia. Me siento realizada y, sobre todo, muy orgullosa de dedicarme a la que, para mí, es la profesión más bonita que hay”, confiesa.



Ver el agradecimiento y la reacción de las personas a las que atiende es, para Beatriz, la principal motivación en su trabajo diario.



En *Cómo superar el puerperio y no rendirse en el intento*, publicación realizada con la colaboración de BDF-Aquaphor, los padres encontrarán propuestas y reflexiones acerca de las situaciones a las que deberán enfrentarse durante el posparto.

Pautas para superar con éxito el posparto

Cristina Martínez • Presidenta de la Federación de Asociaciones de Matronas de España (FAME)

Ayudar a las madres y a sus parejas a adaptarse y a superar los retos que presenta el posparto es el principal objetivo de la publicación *Cómo superar el puerperio y no rendirse en el intento*, elaborado por matronas de diferentes centros asistenciales de España. En este documento, los padres pueden encontrar información sobre lactancia, nuevas responsabilidades y sexualidad, además de otros contenidos relacionados con esta etapa.

“El papel de la matrona y su accesibilidad en este período ha de ser mucho mayor, ya que son los profesionales mejor indicados para dirigir y explicar las dificultades y los retos que los nuevos padres van a encontrar durante el posparto. No sólo ofrecemos apoyo físico, sino también psíquico y emocional” explica Cristina Martínez, presidenta de la FAME y coordinadora del manual.

La publicación, que se puede consultar en la web oficial de la FAME (www.federacion-matronas.org), a través de la cuenta oficial de Facebook de la Federación o en formato papel en las consultas de atención primaria, recoge consejos y experiencias en los que se cita la corresponsabilidad entre el padre y la madre a la hora de criar a sus hijos. “Cuanta más comunicación y más corresponsabilidad, mejor será la adaptación al nuevo período”, señala Cristina.

“La hidroterapia favorece un parto más natural y relajado”

Eduardo Ferri • Matrón en el Hospital de La Fe (Valencia)

Aplicar la hidroterapia durante el parto genera un ambiente de relajación que reduce el dolor que la embarazada pueda sentir antes del alumbramiento. Indicada específicamente para gestaciones de bajo riesgo, la hidroterapia disminuye en un 98% la necesidad de realizar episiotomías, al facilitar una importante y progresiva relajación vaginal. “A pesar de que el hospital suele verse como un entorno hostil, conseguimos crear un ambiente placentero, con el que se logran muy buenos resultados”, afirma Eduardo Ferri, matrón en el Hospital de La Fe de Valencia.

Según Eduardo, lo ideal es combinar la hidroterapia con ejercicios físicos sencillos que favorezcan el encajamiento del bebé. “Andar o hacer genuflexiones y, a continuación, meterse en la ducha durante unos 15 minutos ayuda a que el proceso fluya de manera natural, permitiendo a la mujer disfrutar de este momento de forma mucho más relajada”.

En este sentido, algunos hospitales han instalado bañeras, que las futuras madres pueden utilizar no sólo durante el proceso de dilatación, sino también para llevar a cabo el parto. “En estos casos, nosotros vigilamos y damos indicaciones, pero no introducimos las manos en el agua”, asegura Eduardo. “El objetivo es que la mujer sea la única protagonista”, concluye.



Eduardo Ferri afirma que la hidroterapia es uno de los mejores antidotos contra los dolores de parto, principal preocupación de las madres desde el inicio del embarazo.



María Sanz es una de las matronas encargadas de informar a los padres de los resultados obtenidos en el diagnóstico prenatal.

“La futura mamá percibe a la matrona como un apoyo”

María Sanz · Matrona en el Hospital Clínic Casa Maternitat (Barcelona)

Desde hace dos años, en el Hospital Clínic Casa Maternitat de Barcelona, es la matrona quien calcula el diagnóstico prenatal. Sus resultados se obtienen de los datos derivados de la analítica sanguínea que se realiza en la semana 9-10 del embarazo, además de los que se recogen en la ecografía de las 12 semanas. Los datos de ambas pruebas proporcionan la base para poder realizar el diagnóstico prenatal. A continuación, las matronas comentan individualmente los resultados de la analítica genética, transmiten a los futuros padres los patrones de riesgo de las posibles anomalías genéticas, como, por ejemplo, Síndrome de Down o Síndrome de Edwards, así como el riesgo de preeclampsia precoz, y les informan de los resultados.

En el caso de que éstos fueran patológicos, se deriva el caso al genetista, que se encargará de determinar la conducta que se debe seguir en diferentes pruebas más invasivas. “Estamos capacitadas para desarrollar esta función; las parejas se sienten más cómodas con la figura de la matrona en esta posición”, afirma María Sanz, matrona del Hospital Clínic Casa Maternitat de Barcelona. “Estamos muy involucradas en todo el embarazo y la futura mamá nos percibe como un apoyo”, añade.

“La música es una valiosa herramienta terapéutica para el cuidado del bebé”

Nuria Risques · Matrona de Atención a la Salud Sexual y Reproductiva (ASSIR) de Granollers (Barcelona)

“Existe evidencia científica sobre los beneficios de cantar al bebé”. Así defiende Nuria Risques, matrona de Atención a la Salud Sexual y Reproductiva (ASSIR) de Granollers (Barcelona), la utilidad del canto maternal en el último trimestre del embarazo y en el posparto, un recurso que ella misma utilizó cuando tuvo a sus dos hijos. “Ser madre hizo que naciera en mí la necesidad de convertir en canciones las emociones que estaba viviendo, así que empecé a componer”, explica.

Consciente de los beneficios que tiene el canto, entre los que se encuentra la relajación, el aumento de la autoestima y de la atención, y el impulso de la comunicación emocional, Nuria decidió integrar sus canciones en las clases de parto y posparto. “Cuando cantamos, transmitimos muchas más emociones que cuando hablamos, y esto tiene especial importancia en los bebés, que no tienen acceso a las palabras en esta etapa de sus vidas”.

En estas sesiones, Nuria insiste en la importancia de utilizar la voz como principal herramienta para acercarse al recién nacido. “Debemos desarrollar y confiar en los recursos que la naturaleza nos regala para criar a nuestros hijos”.

Las canciones de Nuria pueden consultarse en la página web www.nuriarisques.es. Además, la matrona tiene previsto publicar un CD, que, dirigido a las familias, podrá ser utilizado también como herramienta terapéutica.



Además de la maternidad, Nuria Risques habla en sus canciones sobre temas como la pareja, la conciliación de la vida laboral y familiar, e, incluso, las infecciones de transmisión sexual.



En sus clases de parto, Susana Taravillo aconseja no utilizar aceites esenciales para aplicar la reflexoterapia, ya que algunos podrían atravesar la barrera placentaria y afectar al feto.

“Con la reflexoterapia, las mujeres tienen un mayor control sobre su embarazo”

Susana Taravillo · Matrona de Atención Primaria de Madrid

Restablecer el equilibrio energético es uno de los principales objetivos de la reflexoterapia, un método de medicina alternativa que Susana Taravillo, matrona de Atención Primaria de Madrid, introduce desde hace un tiempo en sus clases de preparación al parto, para que las futuras madres sepan cómo lograr una mayor relajación y un mayor autocontrol durante el embarazo.

El alivio del dolor de espalda, la disminución de las náuseas y la mejora del insomnio son algunos de los beneficios de esta técnica, que tiene, a la vez, efectos psicológicos muy positivos. “Contribuye a reducir la ansiedad y el miedo que provoca el parto, que es la fase que más inquieta a las madres”, asegura Susana.

Además de en el parto, la reflexoterapia se aplica también durante la fase de dilatación y el expulsivo. “Podemos utilizarla para favorecer la dilatación y tratar el dolor de las contracciones, además de para mejorar, por ejemplo, la lactancia materna”, asegura Susana, que insiste en las ventajas que tiene esta técnica sobre otros aspectos, como la estimulación de la fertilidad en personas que presentan problemas en este sentido o el alivio de los cólicos de los bebés cuando se aplica en recién nacidos. Para más información: reflexforlife@gmail.com

mustela®

Revolución Dermatológica

1

PREVIENE

en cada cambio de pañal



2

ALIVIA

desde la 1ª aplicación



3

REPARA

duraderamente

IRRITACIONES Y ROJECES



NUEVA FÓRMULA

0% PERFUME
CONSERVANTES

Eficacia y tolerancia
clínicamente probadas en
120 bebés durante 4 semanas



ESCANÉAME



COMPLEJO DE ACTIVOS NATURALES PATENTADOS



Preserva
la riqueza
celular
de la piel



Alivia y
modula
la inflamación
cutánea



Refuerza
y repara
la barrera
cutánea



EXPANSCIENCE®
LABORATOIRES

Mustela®, el experto en la piel del bebé y la futura mamá desde hace más de 60 años.

Una matrona que crece día a día

María Asunción Pérez es matrona en el Hospital Can Misses de Ibiza. Tras finalizar este año la residencia, trabaja con la ilusión de continuar aprendiendo para mejorar y avanzar dentro de una profesión en la que se siente feliz y realizada.

“Lo que más me gusta es poder compartir con las parejas uno de los momentos más bonitos de sus vidas”. A sus 31 años, María Asunción Pérez está encantada con su trabajo de matrona en el Hospital Can Misses de Ibiza. En la actualidad, realiza turnos rotatorios de 12 horas en el hospital y los combina con períodos de un mes en los que pasa consulta en un centro de salud. “Allí, hago seguimiento de los embarazos, lo que me permite establecer un contacto directo con las futuras madres”, explica María Asunción. La posibilidad de acabar atendiendo en el hospital el parto de una mujer a la que ya haya visitado previamente en el centro de salud es, sin duda, uno de los aspectos que más le llenan. “Se crea un vínculo muy fuerte”, afirma convencida,

“Lo que más me gusta de mi profesión es poder compartir con las parejas uno de los momentos más bonitos de sus vidas”.

y añade: “Además, me gusta observar las historias que hay detrás de cada una de las personas a las que atiendo, porque nunca hay dos casos iguales”. María Asunción se define como una persona inquieta y curiosa. Sus ganas de aprender han hecho que se aproximara a diferentes disciplinas. Después de estudiar Nutrición, cursó la carrera de Enfermería y, tras cinco años dedicados a esta profesión, llegó su entrada al mundo de la maternidad. “El cambio surgió de la necesidad de hacer cosas nuevas y de buscar diferentes motivaciones. Y me di cuenta de que había acertado cuando descubrí que trabajar de matrona es algo muy bonito, que me hace sentir realizada”, confiesa. Su entusiasmo hacia la profesión lo demuestra, además, su inquietud por

adquirir nuevos conocimientos. En estos momentos, por ejemplo, está llevando a cabo un estudio sobre movilidad en el parto y los efectos de la postura adoptada por el feto durante este proceso. Además, está realizando un curso de experto universitario en Ciencias de la Salud en inglés, un camino por el que ha decidido apostar como medio para alcanzar uno de sus sueños: ir a Inglaterra a trabajar. “Allí, nuestra función es diferente. No hay tantos protocolos y la sensación es que está todo más humanizado. Es un país que me atrae mucho”. A pesar de que su labor como matrona y los estudios que acaba de iniciar ocupan gran parte de su día a día, M^a Asunción intenta buscar tiempo para sus otras grandes pasiones. “Me gusta dibujar, ir al cine a ver películas independientes y, sobre todo, hacer deporte al aire libre”, afirma M^a Asunción. “Correr o practicar yoga son las dos fórmulas que sigo para combatir la tensión y el estrés”, concluye.

El perfil de...



NOMBRE:
María Asunción Pérez Seguraz.

LUGAR Y FECHA DE NACIMIENTO:
Crevillent, Alicante
22 de agosto de 1983
(31 años).

ESTADO CIVIL: Soltera.

AÑOS DE EXPERIENCIA LABORAL:
1 año como matrona
y 5 como enfermera.

DESTACA:
“Lo que más me llena es el vínculo tan fuerte que se crea con las mujeres a las que atiendo”.

UN DÍA en imágenes



09:00 h Después de hacer el cambio de guardia, María Asunción visita a las madres ingresadas que se encuentran en fase de dilatación. Éste es el caso de Juana, que, junto a su marido, espera la llegada de su hija escuchando atentamente las explicaciones de la matrona.



10:00 h Para que salga todo a la perfección, las matronas aprovechan cualquier momento libre para hablar con sus compañeras y ponerse al día de las tareas y responsabilidades de cada una. “El trabajo en equipo es fundamental”, explica.



12:00 h | Ha llegado el momento de que nazca el bebé de Juana. Antes de entrar al paritorio, María Asunción se prepara minuciosamente con el material necesario y repasa que todo esté a punto para la intervención.



16:00 h | Por la tarde, María Asunción sube hasta la planta de maternidad. Antes de empezar su ronda habitual, revisa las fichas de las mujeres ingresadas. Así, puede anticipar las necesidades y los requisitos especiales que puedan tener.



17:00 h | Entre las pacientes, se encuentra Patricia, cuyo parto ha asistido la matrona dos días antes. Entre otras cosas, María Asunción hace una revisión del bebé y comprueba que los puntos de la madre evolucionan correctamente.



20:00 h | Una vez finalizada la jornada laboral, la matrona queda con alguna compañera para tomar un café mientras comparten experiencias. "Es un momento ideal para recuperar las fuerzas que has ido perdiendo durante el día", explica.



21:00 h | Amante del deporte, María Asunción intenta dedicar a la práctica del yoga parte de su tiempo libre. "Me permite desconectar, romper con el estrés y estar en paz con mi cuerpo, además de conectar con la futura madre, para relajarla y ayudarla mejor".



21:30 h | Antes de irse a dormir, a la matrona todavía le quedan fuerzas para dedicarle un rato a la formación. "Soy muy inquieta y curiosa; por este motivo, sigo estudiando y buscando mi camino", afirma.

Mamá vs papá: ¿quién se implica más en la crianza?

Una encuesta llevada a cabo por la revista *Mi bebé y yo* refleja que es la madre quien lleva el mayor peso durante la época de crianza, a pesar de que los padres cada vez dedican más tiempo al cuidado de sus hijos.

Cerca de 9.000 madres y padres con hijos de hasta cinco años participaron en los meses de junio y julio en una encuesta *on-line* sobre hábitos familiares y cuidados del bebé llevada a cabo por la revista *Mi bebé y yo*. Lo cierto es que, históricamente, se le ha adjudicado a la madre un mayor peso en el proceso de maternidad por causas especialmente biológicas. No obstante, existen otros factores que explican la mayor implicación de la figura femenina durante la crianza. Uno de ellos es el desempleo femenino, que, en esta etapa, es del 33,4%, una cifra que casi triplica la correspondiente a la del paro masculino, que asciende hasta un 12,5%. Este hecho contribuye, sin duda, a explicar la diferencia existente a la hora de repartir entre la pareja el tiempo y el trabajo dedicados al hijo.

Hora de llegada a casa

En la encuesta, un 60% de los participantes aseguró que los dos cónyuges trabajaban. El 50% de los padres activos laboralmente vuelve a casa a partir de las 19:00 horas, mientras que, en el caso de las madres, ese porcentaje es del 22,7%. Esta diferencia

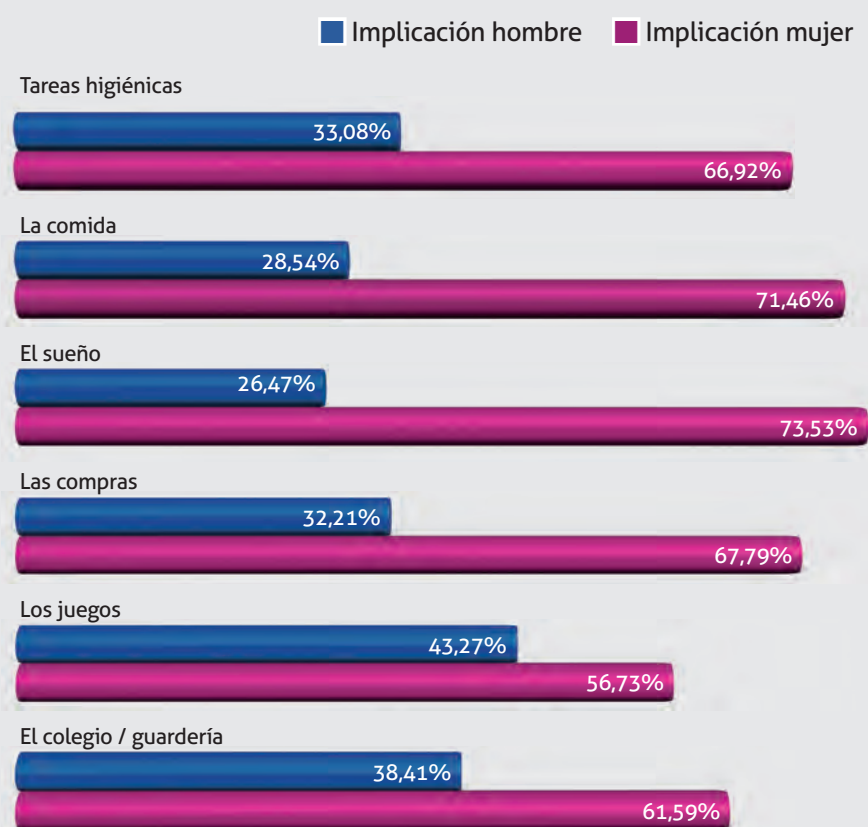
se explica por el hecho de que la mitad de las mujeres acaba su jornada laboral a las 15:00 horas, lo que les permite dedicar más tiempo a sus hijos. También se aprecian desigualdades en las horas de llegada a casa fuera del ámbito laboral.

Reparto de responsabilidades

En lo que se refiere al reparto de responsabilidades, los padres y las madres encuestados afirman encargarse por igual de tareas como jugar con sus hijos, castigar, dar reprimendas o comprar juguetes, con porcentajes del 60%, el 57,2% y el 50%, respectivamente, en la respuesta *Mamá igual que papá*. Por el contrario, las tareas de las que se ocupa siempre o mayoritariamente la madre son las visitas al médico, la compra de la comida y la lectura de cuentos.

En comparación con los datos de la encuesta realizada en 2007, dormir a los bebés es la tarea en la que más se ha incrementado la implicación de la madre, pasando de un 68,87% a un 73,53% de las veces. En cambio, donde más se ha reducido la implicación de la madre es en el ámbito de las compras, al pasar de un 71,12% a un 67,79% de las veces.

IMPLICACIÓN EN LA CRIANZA DE LOS HIJOS



Implicación de los padres en las tareas de cuidado de sus hijos durante la etapa de crianza.

"Debemos hacer que el padre se sienta importante"

Eugenia Bardina • Matrona del centro médico Clinicum Salut de Barcelona



¿La madre continúa siendo la que más se implica en la crianza?

En muchos casos, sí. No obstante, es cierto que el rol del padre en esta etapa ha experimentado un gran cambio: ha pasado de "no estar" a "estar, participar y compartir", lo que ha supuesto un beneficio para el niño y, en conjunto, para la pareja. En mis clases, observo a padres que acompañan encantados a sus mujeres a las sesiones de parto y, posteriormente, también a las de posparto. Para el desarrollo emocional del niño, es muy importante que el padre esté cerca, hablándole, mirándole, cuidándole y acariciándole. Para él, es un referente, y es a través de sus emociones que lo va conociendo poco a poco.

¿Por qué aún se asocia a la madre con la figura más implicada?

Sobre todo porque la lactancia obliga a que madre e hijo dependan el uno del otro. El tiempo y la disponibilidad para el cuidado del niño también influyen mucho: la baja maternal, por ejemplo, es asumida normalmente por las mujeres, a pesar de que, en ocasiones, la comparten ambos

miembros de la pareja. La situación laboral también es determinante, pero lo cierto es que, con la situación que estamos viviendo, cada vez hay más padres que asumen plenamente el cuidado del bebé.

¿Crees que la actitud de la madre es determinante?

Hay mujeres a las que les cuesta mucho delegar, con lo que van asumiendo todas las responsabilidades. Otras, en cambio, se enfrentan desde el primer momento junto a sus parejas a los desafíos diarios y, con el tiempo, van organizando y delimitando las tareas.

¿Cómo crees que las matronas podéis cambiar esta actitud?

Debemos conseguir que el padre venga a las clases, se lo pase bien y sienta que su presencia es necesaria no sólo para el desarrollo del niño, sino porque, al cuidar a su bebé, éste le aportará mucha felicidad y se creará entre ellos una relación muy cercana. Además, debemos darle la información que necesita para que esté tranquilo y seguro.



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:

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

Aplicátela 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. Mallol. 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 CONSERVANTES NI COLORANTES
FÁCIL Y CÓMODA APLICACIÓN

ÓPTIMO APROVECHAMIENTO DEL PRODUCTO



Bepanthol da vida a tu piel.

Dar a luz en el agua: un parto más íntimo y natural

Ana Ballesta · Matrona en el Hospital La Fe de Valencia

“Cada vez son más las mujeres que piden dar a luz en el agua para tener un parto menos medicalizado y adquirir, así, un mayor protagonismo durante el proceso”, explica Ana Ballesta, matrona en el Hospital La Fe de Valencia. A pesar de que, en España, hay pocos hospitales que ofrezcan esta posibilidad, Ana asegura que todas las madres que han pasado por ello “lo recomiendan y repiten en caso de un segundo embarazo”.

Los principales beneficios de este método son el alivio del dolor, la disminución del período de dilatación y la reducción de la presión arterial. “Además, estar dentro de la bañera produce una sensación de mayor intimidad y control sobre el parto, algo que relaja a las madres y permite que conserven la energía para el momento del expulsivo, reduciendo el trauma perineal y la necesidad de hacer una episiotomía”, afirma Ana.

Para que todo el proceso se desarrolle con normalidad, las matronas se encargan de controlar que la temperatura del agua oscile siempre entre los 33 y los 35 °C. “Además de disminuir el dolor provocado por las contracciones, el agua templada hace que el parto sea menos traumático para el bebé, ya que, al pasar de un medio líquido a otro que también lo es, y que se mantiene a la misma temperatura, la transición es mucho más suave”, concluye.



Según Ana Ballesta, las propiedades relajantes del agua permiten que las futuras madres manejen mejor el dolor y puedan adoptar, así, diferentes posturas que las ayuden en el momento del parto.



El *coaching* ayuda a que la mujer potencie sus habilidades para poder adaptarse a la maternidad con más facilidad, tranquilidad y confianza.

Coaching para una mayor confianza durante la maternidad

María Ángeles Luque · Matrona en el Hospital Reina Sofía de Córdoba

El embarazo es una etapa de grandes cambios para la mujer. Afrontarlos y vivir la maternidad de una manera más saludable, plena y feliz son los principales objetivos del *Matrona-coaching*, una novedosa herramienta que “ofrece unos resultados muy positivos en las madres que la han probado”, afirma María Ángeles Luque, matrona especialista en *coaching* del Hospital Reina Sofía de Córdoba.

“El *coaching* consiste en acompañar e integrar a una persona o a un grupo de personas, con el objetivo de conseguir una meta o desarrollar una habilidad específica”, explica María Ángeles, quien, junto a tres matronas del centro cordobés, presentó en el pasado congreso de la AEM el estudio *Matrona-coaching, una herramienta positiva para la maternidad*, en el que midieron los múltiples beneficios que tiene el método cuando se aplica en la maternidad. “Reduce el riesgo de obesidad en el embarazo, ayuda a gestionar el miedo y el dolor en el parto, y facilita el tránsito a la maternidad, aceptándola con mayor tranquilidad y seguridad”, asegura.

Con esta técnica, que requiere “un enfoque integral e individualizado”, la mujer explora sus creencias y valores, afrontando sus problemas y mejorando su imagen corporal. “Todo ello favorece la relación con el hijo y la pareja, además de una mayor conciliación con la vida laboral”.

Nuevas pautas para una mejor detección del cáncer de cérvix

Marta Salinas · Matrona en el Hospital Infanta Cristina de Parla (Madrid)

Fijar nuevas recomendaciones y pautas para la prevención y el tratamiento del cáncer de cuello de útero es el principal objetivo del nuevo *Manifiesto-declaración sobre la prevención del cáncer de cérvix en España*, “una herramienta que permite a la matrona mejorar la atención que ofrece a la mujer”, afirma Marta Salinas, matrona del Hospital Infanta Cristina de Parla (Madrid).

El documento, realizado conjuntamente por la Sociedad Española de Citología y la Sociedad Española de Anatomía Patológica, y publicado en 2013, actualiza el protocolo de cribado de esta tipología de cáncer establecido en 2011 por la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia (SEGO). Basado en recomendaciones de los principales centros médicos de Europa, EE.UU. y Canadá, apuesta por una actuación coordinada entre especialistas para tratar esta enfermedad, cuya tasa en España es muy baja, a pesar de que, en los últimos años, está experimentando un aumento.

La fijación del inicio del cribado a los tres años del comienzo de las relaciones sexuales, junto al establecimiento de su finalización a los 65 años, la vacunación de mujeres entre 9 y 14 años y la necesidad de realizar una sólida formación sexual y reproductiva son las principales aportaciones del manifiesto.



A pesar de que en los últimos años se ha producido un aumento de casos de cáncer de cuello de útero, en España, la incidencia y la mortalidad de esta enfermedad son de las más bajas de Europa.



LUTSINE
E45
 eryplast

¿Sabías que...

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



eryplast PASTA AL AGUA



Calma, trata
 y previene la dermatitis
 del pañal

- Crea una **barrera protectora** frente a la fricción y la humedad.
- **Regenera** e hidrata en profundidad.
- Con un **uso diario**, previene la aparición de dermatitis del pañal.

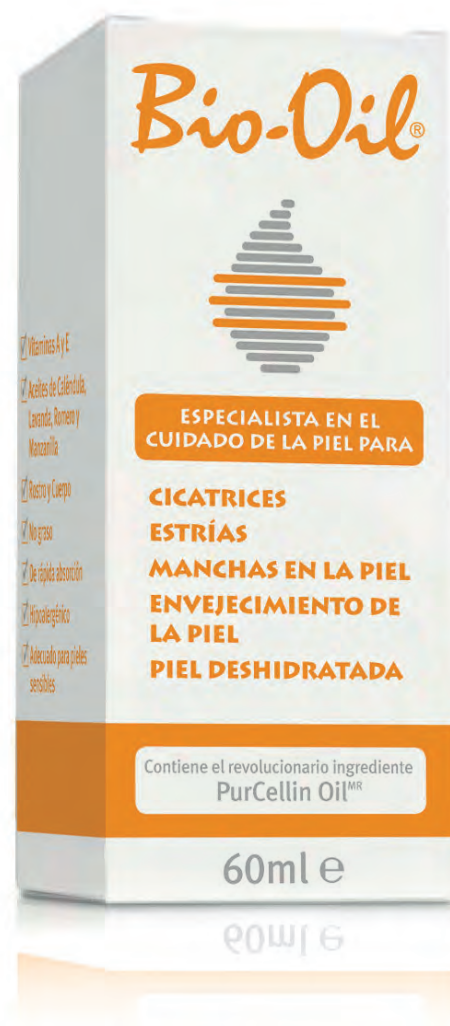
nº1

recomendada
 por pediatras
 y dermatólogos*

USO DIARIO

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

Fuente: AEP, Asociación Española de Pediatría



Bio-Oil® es un aceite para el cuidado de la piel, que ayuda a mejorar el aspecto de las cicatrices, estrías y manchas en la piel. Contiene aceites naturales, vitaminas y un componente innovador, PurCellin Oil^{MR}. Para obtener más información sobre el producto y conocer los resultados de los ensayos clínicos, visite bio-oil.com. Bio-Oil® es el producto n.º 1 en ventas en 18 países para el tratamiento de las cicatrices y estrías. Precio recomendado: 11,95 euros (60 ml) y 19,95 euros (125 ml).

Una foto, una sonrisa

Unas 3.000 personas participaron en una acción organizada por *Mi bebé y yo* y Payasos Sin Fronteras durante el último Salón Bebés & Mamás, cuyo objetivo era continuar llevando alegría a los niños más desfavorecidos.

Hace más de 20 años que Payasos Sin Fronteras trabaja para mejorar la calidad de vida de los niños y las niñas que, día a día, se ven obligados a hacer frente a situaciones extremas, ante las que se encuentran completamente desprotegidos e indefensos. Con el objetivo de continuar repartiendo sonrisas entre los pequeños más desfavorecidos, *Mi bebé y yo* está colaborando este año con esta organización no gubernamental a través de diversas iniciativas solidarias. Una de ellas tuvo lugar durante el transcurso de la última edición del Salón Bebés & Mamás, celebrada en Barcelona el pasado mes de mayo. Unas 3.000 personas, entre madres, padres, niños y embarazadas, pasaron por el *stand* conjunto que la ONG y la revista instalaron en la feria para

hacerse una fotografía con una nariz de payaso. Por cada instantánea, *Mi bebé y yo* donó 1 euro a Payasos Sin Fronteras, que destinará la recaudación total a continuar financiando los proyectos que tiene actualmente en marcha en España. Los niños y las niñas hospitalizados por enfermedades graves o que requieren tratamientos de larga duración, y los colectivos infantiles que, por la situación en la que se encuentran, necesitan un refuerzo psicológico y emocional son los principales destinatarios de estas iniciativas, en las que la risa tiene un papel fundamental. El éxito de la campaña ha llevado a *Mi bebé y yo* y a Payasos Sin Fronteras a repetir esta divertida acción en el Salón Bebés & Mamás de Madrid, celebrado los pasados días 15 y 16 de noviembre.



Una piel más sana e hidratada con los productos Stada

Multilind, de laboratorios Stada, es ideal para pieles atópicas, secas y extra secas. Con su fórmula hipoalérgica, antiirritante, sin jabón y con propiedades hidratantes, su gama de productos, formada por gel de baño, champú suave y acondicionador, es el mejor complemento tanto en hidratación como en higiene.

+info: www.multilind.es



Dodot: un cuidado extra para la piel del bebé

Protege y cuida la delicada piel del bebé con los pañales y toallitas Dodot Sensitive y Dodot Activity. Gracias a las últimas innovaciones tecnológicas, los productos Dodot garantizan el máximo cuidado, manteniendo durante más tiempo la sequedad en los pañales y ayudando a prevenir la aparición de irritaciones y rojeces con lociones exclusivas.

+info: www.dodot.com



Ejercita el suelo pélvico con Epi-No

Durante el parto, las mujeres suelen experimentar daños perineales. El ejercitador Epi-No está especialmente diseñado para ayudar a realizar aquellos ejercicios perineales destinados a facilitar el parto, además de contribuir a la recuperación de la musculatura pélvica y a evitar la aparición de ciertos problemas, como, por ejemplo, la incontinencia urinaria.

+info: www.promaternity.com



Complementos alimenticios para la embarazada con Ginecomplex plus

Durante el embarazo y la lactancia, el cuerpo requiere de más nutrientes que ayuden al desarrollo del feto y contribuyan al correcto crecimiento del niño. Ginocomplex Plus es el complemento ideal para reforzar la alimentación de la embarazada, ya que cuenta con las vitaminas y los minerales necesarios para mantener una dieta rica y equilibrada.

+info: www.vinas.es



Escoger una buena hidratación

Font Vella es un Agua Mineral Natural equilibrada y libre de impurezas. Un agua de gran calidad que se envasa intacta, tal cual la ofrece la Naturaleza. Font Vella está indicada para la preparación de alimentos infantiles y para las dietas pobres en sodio. Además, durante el embarazo y la lactancia es importante aumentar la ingesta de agua e hidratarse con agua mineral natural.

+info: www.fontvella.es



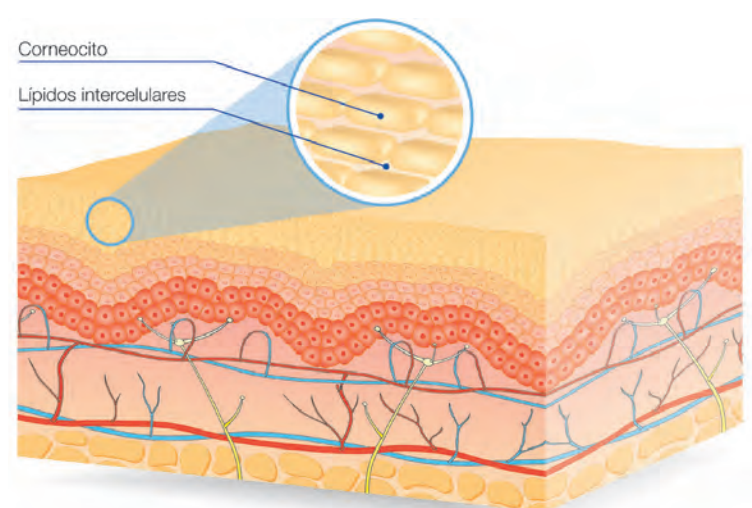


¿Por qué es tan importante el pH 5.5 en la piel del bebé?

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.



Manto ácido de la piel: **pH 5.5**

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

Los productos de la línea Baby Sebamed están formulados a pH 5.5, el mismo de la piel sana, **manteniendo intacto el manto ácido que impide la proliferación incontrolada de microorganismos causantes de irritaciones y alergias**. Además, los productos Baby Sebamed están especialmente indicados para **pieles sensibles o delicadas por sus ingredientes extrasuaves y su alta tolerabilidad**.

La mejor protección desde el primer día



De venta en farmacias y parafarmacias.

Atención multidisciplinar con “Espai Dona”

“Espai Dona” es un servicio mixto integrado por matronas y fisioterapeutas que, desde hace más de dos años, ayuda y asesora a las mujeres durante el embarazo y el puerperio. Esta unidad ofrece una atención integral en aspectos físicos y psíquicos del embarazo, utilizando una metodología teórico-práctica.

“Espai Dona” inició su andadura a principios de 2012 en la Clínica Sant Josep de Manresa (Barcelona) como una unidad de atención, acompañamiento y ayuda para la preparación física y mental de la mujer durante el embarazo, el parto y la crianza del bebé. “Se obtienen resultados muy positivos a raíz del carácter multidisciplinar de estas sesiones, que, al estar impartidas por matronas y fisioterapeutas profesionales, ofrecen un servicio de alta calidad”, asegura Alicia Pérez, matrona en este centro médico. Las clases se inician a partir de la semana 26 de gestación. En total, son ocho sesiones teórico-prácticas de una hora y media de duración, que una semana son impartidas por la matrona y la siguiente por la fisioterapeuta. En ellas, los profesionales tienen en cuenta las necesidades de la propia pareja, ya que “lo más importante es que se lleven el

mejor recuerdo de su embarazo”.

Apoyo físico y mental en la maternidad

La nutrición y la adopción de hábitos saludables, los cambios en la gestación, el parto fisiológico, natural y hospitalario, las técnicas no farmacológicas para disminuir el dolor, la lactancia materna, los cuidados del bebé y los ejercicios de recuperación de la figura de la madre en el período del posparto son los principales temas que se tratan en estas sesiones. “Las matronas seguimos las pautas de trabajo habituales del hospital de referencia, ya que es ahí, en el centro en el que dará a luz la gestante, donde impartimos las clases”, afirma Alicia.

La fisioterapeuta, por su parte, centra su trabajo en el método Mebstudio, que consiste “en enseñar la buena dinámica de los pujos del parto mediante ejercicios con los que se optimiza y refuerza la musculatura abdominal y el suelo pélvico”. Así,



Alicia Pérez junto al equipo de matronas y fisioterapeutas que forman parte de “Espai Dona”.

se llega al parto en mejores condiciones y se disminuyen las principales secuelas en el posparto, “como los problemas de la musculatura del suelo pélvico, la incontinencia urinaria o las relaciones sexuales no satisfactorias”, explica la matrona.

Finalmente, en lo que se refiere al apoyo psíquico, “Espai Dona” ofrece orientación a la mujer para gestionar sus dudas, miedos y emociones. “Debemos ser capaces de tranquilizarlas y prepararlas para la nueva etapa a la que están a punto de

Atención personalizada y a domicilio para una maternidad más tranquila

“Las matronas a tu lado” es el nuevo servicio de Barnaclínic para acompañar a los padres de manera personalizada durante el embarazo y el puerperio. Esta atención, ofrecida por un equipo multidisciplinar, puede hacerse en el hospital o a domicilio.



Ángela Arranz junto a las matronas Teresa Roe, Laura Mallen, Elena Basteiro, Carmen España y Ángeles Martínez, integrantes del programa.

Hace seis meses que Barnaclínic puso en marcha “Las matronas a tu lado”, un servicio de atención personalizada para futuros padres, cuya misión es la de cubrir todas las necesidades de las embarazadas que la cartera de servicios públicos no puede satisfacer.

Gestionado por un equipo multidisciplinar de médicos y matronas con más de diez años de experiencia, este servicio surge como respuesta a las propias demandas de las usuarias. “Muchas veces nos piden, entre otras cosas, que llevemos a cabo la educación maternal en sus casas o que las acompañemos en su domicilio durante el proceso de dilatación, unas prestaciones que no puede cubrir la sanidad pública”, explica Ángela Arranz, gestora del programa. Clases de preparación al parto en el centro médico con grupos reducidos,

acompañamiento hospitalario durante el alumbramiento en el centro que la mujer elija y asistencia domiciliaria en el posparto, basada en el control materno y la lactancia, son otros de los servicios que ofrece “Las matronas a tu lado”. “Tal y como aseguran diversos estudios científicos, dilatar en casa, posibilidad que ofrecemos y que centra la mayoría de las demandas, mejora el bienestar materno y fetal, al permitir que la mujer permanezca durante más tiempo en su ambiente, lo que la relaja y tranquiliza”. Para Ángela, uno de los factores que hacen especial a este programa es que la matrona es quien valora todas las respuestas a las necesidades surgidas, buscando la mejor solución junto al equipo multidisciplinar que hay detrás.

Matronas las 24 horas

Consciente de las dificultades a las que las mujeres deben enfrentarse durante el posparto, Barnaclínic ha incluido, además, un servicio de Urgencias domiciliarias durante esta etapa. “Recibimos muchas llamadas de madres que se ven superadas por las diversas situaciones que se dan una vez han tenido a sus bebés. En estos casos, les enviamos una matrona para que les ayude y se quede con ellas todo el tiempo que necesiten”.

Los responsables de este programa están satisfechos con la respuesta que están obteniendo por parte de las usuarias. “El hecho de que la madre se apoye en un equipo especializado en diferentes ramas de la medicina le garantiza un servicio de alta calidad”, concluye Ángela.

crema antiestrías

eficacia probada
en embarazadas*

Fórmula sin parabenos, sin cafeína
y sin colorantes artificiales



**Exclusiva combinación
de rosa mosqueta
y centella asiática.**

El 96% de las mujeres
embarazadas recomendaría
este producto, destacando
su rápida absorción
y textura ligera.

elclubdelasmadresfelices.com



shop.suavinex.com

*Estudio de eficacia realizado en 50 mujeres embarazadas (2013)

suavinēx®
BODY LUXURIES

“Es el momento de reafirmar nuestra identidad”

Carmen Molinero lleva 30 años trabajando como matrona asistencial. Además de su labor como docente, por la que siente verdadera pasión, es la presidenta de la Comisión Nacional de Matronas, desde donde se esfuerza por defender los intereses de su profesión.

El perfil de...



NOMBRE: Carmen Molinero Fraguas.

LUGAR: Madrid.

FORMACIÓN: Enfermería en el Hospital Clínico de Madrid y Matrona en la Casa de Salud y Escuela Oficial de Matronas de Santa Cristina de Madrid. Licenciada en Antropología Social y Cultural por la Universidad Complutense de Madrid, con el correspondiente Diploma de Estudios Avanzados (DEA).

DOCENCIA: Como docente, ha colaborado, en Madrid, en la EUE

de la Universidad Complutense y en la Universidad San Pablo-CEU, además de en la Unidad Docente de Matronas de la Comunidad, en la que continúa actualmente.

CARGO/CENTRO: Matrona asistencial en el Hospital La Paz de Madrid. Combina su labor en este centro con su trabajo como presidenta de la Comisión Nacional de Matronas.

AFICIONES: Junto con el cine, la lectura es uno de sus principales *hobbies*. Su gran pasión es su familia y sus nietos, e intenta pasar con ellos todo el tiempo que puede.

cercanía, ya que ésta es la mejor manera de atender sus necesidades y acompañarlas en una etapa tan vital como es la maternidad.

¿Crees que te queda algo por aprender?

Estoy muy interesada en todo lo relacionado con la embriología, que me parece fascinante, así como en las técnicas de reproducción asistida. La embriología molecular es algo que me gustaría estudiar algún día. Además, me falta por hacer la Tesis Doctoral.

¿Podrías compartir alguna anécdota que haya marcado tu trayectoria?

Sí. Recuerdo especialmente duros los dos primeros partos que asistí cuando estudiaba la especialidad: el de una mujer que tuvo un hijo con Síndrome de Down y el de otra que tenía un feto muerto anteparto. A través de ellos, aprendí lo importantísimo que resulta para las mujeres contar con el apoyo del que es su profesional más cercano: la matrona. Mis primeras experiencias me ayudaron a comprender mejor la enorme trascendencia que, en todos los aspectos, tiene nuestra figura y nuestra labor.

¿Cómo te gustaría que fueran las matronas del futuro?

Para mí, lo más importante es que el papel de la matrona no se limite al trabajo que realizamos en Atención Primaria o Especializada, sino que sea un referente a nivel sanitario y social. Mi deseo es que las matronas sean unos profesionales respetados y reconocidos en todos los niveles, tanto por parte de la Administración y del resto de estamentos sanitarios como por parte de la propia sociedad.

¿Cuándo empezaste a colaborar con asociaciones?

Desde el primer momento quería hacerlo. Siempre he pensado que el asociacionismo es indispensable para la buena marcha de la profesión. Creo que es el ámbito desde el que se pueden conseguir todos los logros.

Desde el pasado mes de marzo, presides la Comisión Nacional de Matronas. ¿Qué te llevó a aceptar el cargo?

Quería tomar el relevo en la defensa de los intereses de mi profesión. A pesar de que el trabajo de matrona implica una gran dedicación, es muy gratificante, con lo que entiendo que sea un campo muy pretendido por otros profesionales. No obstante, está claro que la asistencia a la mujer en todo lo relacionado con su período reproductivo es competencia exclusiva de la matrona y, por ello, debemos defenderlo.

¿Qué balance haces de estos primeros meses?

Muy positivo. Hemos constituido la nueva Comisión, hemos proseguido con las acreditaciones de Unidades Docentes Multiprofesionales y hemos atendido todas las cuestiones demandadas por el Ministerio de Sanidad, además de las problemáticas relativas a la profesión.

¿En qué momento os encontráis las matronas?

En una situación importante de reafirmación de nuestra identidad y de nuestras funciones de cara a la sanidad nacional y a la sociedad. Creo que, para cumplir las

expectativas, es fundamental la formación de las futuras generaciones de matronas, así como el trabajo en todas las facetas y campos de nuestra profesión, sin descuidar ninguno. Estoy convencida de que ésta es la única manera de continuar ofreciendo a la sociedad magníficos profesionales que sigan proporcionando los mejores cuidados a las mujeres y a sus familias.

Durante más de diez años, representaste al Ministerio de Sanidad y Consumo en la Comisión Nacional de Matronas. ¿Qué logros alcanzasteis durante esta etapa?

Fueron años muy fructíferos. Redactamos el primer Programa de la Especialidad, que tuvimos que ir adaptando a las novedades de cada momento hasta que, finalmente, se aprobó en 2009. Además, establecimos los criterios de convalidación de títulos extranjeros y trabajamos en la acreditación de Unidades Docentes.

Por tu trayectoria, la docencia es un ámbito fundamental dentro de tu vida profesional. ¿Hacia dónde crees que debería dirigirse el programa formativo actual?

Estoy satisfecha con el programa que tenemos actualmente. Su carga teórica me parece la adecuada, ya que pienso que es la base para conseguir las competencias que nos corresponden. Creo que el equilibrio entre teoría y práctica es el correcto. En cuanto al futuro más próximo, sería apropiado que se incluyeran conocimientos sobre ecografía obstétrica básica y que esta competencia se incorporara al trabajo de las matronas

en España. Para mí, el saber no ocupa lugar. Cuanto mejor formadas estemos, mayor será el nivel de nuestra profesión.

Como tutora de residentes en la Unidad Docente de Matronas de la Comunidad de Madrid, ¿qué es lo más importante que transmites a tus alumnos?

Les insisto mucho en que deben tener una buena formación para saber lo que hacen y por qué lo hacen. Además, intento inculcarles el respeto a las mujeres por encima de todo y la necesidad de ser agradecidos con el resto de profesionales que contribuyen en el día a día de su formación, tanto en lo que se refiere a las competencias teóricas como a las prácticas.

Después de 30 años como matrona asistencial, ¿qué es lo que más te gusta de esta profesión?

Sin duda, poder ayudar a las mujeres actuando con profesionalidad, respeto y

CARMEN EN TITULARES

Un lugar para perderse	Mi casa.
Una obra de teatro	<i>Ricardo III</i> , de William Shakespeare.
Una flor	La margarita.
Un momento del día	Cualquiera que pueda compartir con los míos.
Un libro	<i>Romancero gitano</i> , de Federico García Lorca.
Una cita	“Vivir no es sólo existir, sino existir y crear, saber, gozar y sufrir, y no dormir sin soñar. Descansar es empezar a morir” (Gregorio Marañón).
Un deseo	¡Que sean dos! Honradez y disminución del desequilibrio social