

“SIGO LOS PASOS DE MI MADRE”



Lo afirma la matrona Laura Pita, al explicarnos cómo influyó en su decisión de ser matrona el hecho de que su madre ejerciera esta misma profesión. De pequeña, ya presenciaba cursos de masaje infantil y veía el entusiasmo de su madre en el trabajo. Hoy, asisten a cursos juntas y comentan los casos que se encuentran en su día a día.

+info pág. 7 ...

MI BEBÉ Y YO, AHORA TAMBIÉN EN CHINA

Sfera llega al mercado asiático con la primera edición china de *Mi bebé y yo*. Nacida en Italia en 1983, una década después, la cabecera contaba con una edición para el mercado español; en 1997, empezó a publicarse en México; y, tres años después, en Argentina. Ahora, con el lanzamiento del la cabecera en el mercado chino, Grupo Sfera desembarca en la prometedora zona asiática.

+info pág. 15 ...

“LA VÍA LÁCTEA. HISTORIA DEL AMAMANTAMIENTO”

Acaba de salir a la luz *La vía láctea. Historia del amamantamiento*, un libro que recoge, por primera vez, la historia del amamantamiento desde la prehistoria hasta el siglo XX. En esta publicación, sus autores, la matrona Marisol Saiz y el escritor Luis Hernáiz, nos cuentan que la lactancia está ligada a la religión, a la gastronomía, al erotismo, a la mitología, a la economía y a la medicina.

+info pág. 4 ...

LOS INDICADORES DE FERTILIDAD, EFICACES SEGÚN UN ESTUDIO

Los indicadores de fertilidad mediante la autoobservación, que las matronas enseñan a las mujeres en sus consultas, son de eficacia probada, según el estudio *Indicadores de Fertilidad y Gestión*, elaborado por la matrona M^a Isabel Valdés de la Colina. Su autora pide la implantación de una consulta de fertilidad específica en la atención primaria, debido al creciente interés social por la salud reproductiva.

+info pág. 5 ...

“DOS MATRONAS POR EL PRECIO DE UNA”

Pepa Espinaco y Román Oliver son matronas y también pareja. Están juntos desde los 17 años y trabajan en Sevilla. Comparten casa, hijos, una vocación, y colaboran en todos los proyectos que tienen entre manos.

La dificultad de combinar horarios

Coordinar los turnos de ambos para poder estar con los hijos y, a la vez, poder compartir tiempo no siempre es fácil. “Hubo una época en la que dependíamos enteramente de la familia”, afirman.

+info pág. 16 ...



LA AEM ORGANIZA EL XIV CONGRESO NACIONAL DE MATRONAS

“Excelencia: Cuestión de equilibrio” ha sido el lema del acto organizado por la Asociación Española de Matronas (AEM), evento que ha traído consigo muchas novedades. Una de sus actividades estrella ha sido la reescritura colectiva del primer manuscrito dedicado a las matronas y fechado originalmente en 1541.

+info pág. 10 ...

LA FAD Y MI BEBÉ Y YO COLABORAN PARA MEJORAR LA EDUCACIÓN DE LOS MÁS PEQUEÑOS

Su Majestad la Reina Sofía ha presidido la firma del convenio de colaboración entre la Federación de Ayuda Contra la Drogadicción (FAD) y la revista *Mi bebé y yo*, con el fin de llevar a cabo iniciativas y proyectos conjuntos dirigidos a potenciar las posibilidades educativas de padres y madres con hijos de 0 a 6 meses. El objetivo es ayudar a entender y contribuir al desarrollo del bebé a lo largo de este primer medio año de vida.

¿Qué puedo hacer? Educando a tu bebé

Desde el mes de enero de 2011, las cestas “Familia” de *Mi bebé y yo*, entregadas en maternidades y hospitales, incluyen una guía práctica que muestra cómo tratar, por ejemplo, problemas de sueño, llanto o alimentación, bajo el título de *¿Qué puedo hacer? Educando a tu bebé*.



+info pág. 8 ...

UNA VEZ MÁS, CON VOSOTRAS



Una vez más, y ya son cuatro, *NewsMatrona* ve la luz para traernos experiencias de matronas que nos han llamado la atención: una historia de madres e hijas, otra de maridos y mujeres, otra de un trío de ases de matronas... Todo ello sin olvidar nunca nuestro Diario, dedicado a M^a Ángeles Fernández Martínez, presidenta de la Asociación Andaluza de Matronas.

También os informamos del XIV Congreso de la Asociación Nacional de Matronas, celebrado en Madrid, y os ofrecemos los resultados de la evolución de la natalidad publicados por el Instituto Nacional de Estadística, que apuntan a una menor fecundidad.

Todos estos temas son posibles gracias a vuestra dedicación, apoyo y paciencia al atender las demandas de *NewsMatrona*. También estamos muy contentos y agradecidos al conocer vuestro interés por la revista. Cada mensaje vuestro de felicitación nos

da ánimos para seguir mejorando y hacer una revista que responda a vuestras necesidades.

Queremos seguir recibiendo vuestras propuestas de artículos. vuestra participación es imprescindible para que se realice *NewsMatrona*. Buscamos caras nuevas de matronas de cualquier parte de España con proyectos innovadores, ideas originales o, simplemente con una historia emotiva que contar.

Además, seguiremos creando más materiales para vosotras, a raíz de vuestras peticiones y de la ilusión con la que los habéis recibido. Dentro de poco, tendréis un nuevo cartel, "En un ratito estaremos con vosotros, ahora estoy comiendo", y un *planing* para el 2012, que esperamos que os guste. Y recordad que podéis solicitarnos siempre que queráis a la dirección epitarch@sfera.es.

Disfrutad de esta revista, una vez más.

Elena Pitarch
Directora de Field



Cartel diseñado por *Mi bebé y yo*. Para solicitarlo, envía un e-mail a: epitarch@sfera.es

CARTA A LAS MATRONAS

"ESTUPENDAS"

Empiezo con esta palabra porque, para mí, es la que mejor define a vuestro colectivo profesional, a las matronas.

Sois estupendas porque he trabajado muy a gusto con todas vosotras desde hace ya muchos años. He aprendido de vuestra paciencia, del cariño que desprendéis y de vuestra comprensión con las mujeres, a pesar de tener que repetir lo mismo una y otra vez cada día. Sois estupendas por atenderme, escucharme, ayudarme siempre con mis "tarjetas" y por participar con *Mi bebé y yo* en todas las iniciativas en las que luchamos juntas en pro de vuestras mamás, de nuestras mamás.

Hoy, quiero presentar, llena de orgullo, a mis dos deseados y esperados mellizos, Marta y Álvaro, a todas las que me visteis con mi feliz barrigón, a todas las que me ayudasteis en mis primeros pasos maternos, a todas las que estáis ejerciendo y a todas las que ya no. Sois muy importantes en nuestras vidas. Sois ESTUPENDAS.

Concha Blanes Chiari
Visitadora de la zona de Alicante, Murcia y Albacete



LIGERO DECRECIMIENTO DE LA NATALIDAD

Los últimos datos de la natalidad en España apuntan a una menor fecundidad y a la reducción progresiva del número de mujeres en edad fértil



La natalidad española registra un ligero decrecimiento en 2010. Tras un período ininterrumpido de crecimiento durante diez años, el número de nacimientos en nuestro país empezó a disminuir en 2009. Los últimos datos, publicados por el INE (Instituto Nacional de Estadística), con fecha del siete de julio de 2011, ratifican la tendencia a la baja: el número de nacimientos fue de 484.055 en 2010, un 1,95% menos que en 2009, lo que supone un descenso de casi 10.000 nacimientos sobre la cifra cerrada por el INE para el año anterior.

Según los expertos, este descenso fue el resultado del efecto combinado de una menor fecundidad y de una reducción progresiva del número de mujeres en edad fértil. Por un lado, el número de hijos por mujer se estancó en 1,38 respecto a la cifra de 1,39 obtenida en el mismo período de 2009. Por otro lado, la edad media a la maternidad aumentó ligeramente: mientras que, en 2009, se había situado en los 31,0 años, un año más tarde, la cifra se elevaba hasta los 31,2 años.

La menor fecundidad se observó tanto en las mujeres de nacionalidad española como en las extranjeras, si bien es cierto que las últimas tienen sus hijos a edades más tempranas (28,7 años de media, frente a los 31,9 de las españolas). Una nota positiva la arroja el aumento registrado en la esperanza de vida al nacer, puesto que, año tras año, este cálculo ha ido creciendo. Así, los bebés nacidos en nuestro país vivirán, de media, 82 años. Por sexo, la

esperanza de vida alcanzó los 78,9 años en los varones y los 84,9 en las mujeres.

POR COMUNIDADES

La tasa de natalidad se redujo en todas las comunidades, salvo en Canarias, Castilla y León, Cantabria y las ciudades autónomas de Ceuta y Melilla.

El Principado de Asturias (7,39 nacidos por mil habitantes), Galicia (8,07) y Castilla y León (8,24) fueron las comunidades con las tasas de natalidad más bajas del país. En la cara opuesta de la moneda, se encuentran la Región de Murcia (12,35), la Comunidad de Madrid (11,42), Cataluña (11,54) y las ciudades autónomas de Melilla (18,20) y Ceuta (15,36), que presentaron las tasas de natalidad más elevadas.

El gasto público en España en apoyo familiar representa el 1,61% del PIB, frente al 2,23% de la media de la OCDE

LA SITUACIÓN EN EL MUNDO

Éstos son los datos relativos a nuestro país, pero ¿qué hay del índice de natalidad registrado en otros lugares del mundo? ¿Otros países cuentan con situaciones similares?

Desde la década de los 80, los países escandinavos han experimentado un importante crecimiento en la tasa de fecundidad. Así, Noruega ha pasado de 1,72 niños a

1,98; Suecia, de 1,68 a 1,94; Finlandia, de 1,63 a 1,86; y Dinamarca, de 1,55 a 1,84. Estos datos son atribuidos, en gran medida, al fomento de las políticas de conciliación y a las ayudas públicas otorgadas a las familias para el mantenimiento de su economía, así como a la participación activa del hombre en las actividades domésticas y el cuidado de los hijos. El gasto público en España en apoyo familiar representa el 1,61% del PIB, frente al 2,23% de la media de la OCDE y el 3,67% en Francia y Dinamarca, entre otros.

Estados Unidos, por su parte, cuenta con una situación algo particular. Durante 35 años, los índices de natalidad fueron cayendo progresivamente, hasta que, en 2006, se registró un importante repunte del número de nacimientos. Fue una situación temporal, pues, durante el período 2007-2009, el último del que se tienen datos, se vivió un nuevo retroceso. Así, los índices de nacimientos cayeron en la mayoría de los estados y en todas las franjas de edad significativas. ¿La causa? Según un informe elaborado por el Sistema Nacional de Estadísticas Vitales, la disminución de las tasas de fecundidad está estrechamente vinculada a la crisis económica.

Hoy, la tasa media de fecundidad en Estados Unidos se sitúa en 1,5 hijos por mujer, lo que supone, aproximadamente, 4,5 millones de neonatos anuales sobre una población de 305 millones de personas. Esta cifra es medio punto superior a la media estimada para el continente europeo, que presenta una tasa de fecundidad media de 1 hijo por mujer, inferior a la media considerada necesaria para asegurar el reemplazo generacional y evitar el envejecimiento de la población.

Y mientras que la mayoría de los países desarrollados se esfuerza en promover la natalidad con el objetivo de lograr el reemplazo generacional, China -el país más poblado de la Tierra, con unos 1.300 millones de habitantes- basa su política de planificación familiar en la restricción de la natalidad. Según la norma gubernamental, las familias urbanas no deben tener más de un niño y las rurales, no más de dos, siempre que el primero sea niña, pues son consideradas económica y socialmente menos útiles que los varones. Sin embargo, en los últimos meses, el Estado ha suavizado las restricciones en la natalidad y, a su vez, ha incentivado económicamente a las familias que tengan dos niñas. Se estima que, en 2043, China tendrá unos 1.550 millones de habitantes, y que la población se estancará en torno a esta cifra. Actualmente, su tasa de fecundidad certificada es de 1,4 hijos por mujer, lo que implica 17 millones de nacimientos anuales, aunque hay fundadas dudas de la veracidad de los censos en el país asiático. ...

PRINCIPALES INDICADORES DE NATALIDAD Y FERTILIDAD EN ESPAÑA

Años	Nacimientos	Tasa Bruta de Natalidad	Indicador Coyuntural de Fecundidad	Edad Media a la Maternidad
1976	676.718	18,74	2,80	28,51
1986	438.303	11,37	1,56	28,53
1995	363.467	9,23	1,7	29,96
2000	396.626	9,85	1,23	30,72
2002	417.688	10,11	1,26	30,79
2004	453.172	10,61	1,32	30,70
2006	481.295	10,92	1,38	30,90
2008	518.503	11,37	1,46	30,83
2009	493.717	10,75	1,39	31,05
2010	484.055	10,51	1,38	31,20

Fuente: INE. Movimiento natural de población 7.7.2011



Dña. Isabel Valdés. Indicadores de fertilidad y gestación

UN ESTUDIO DEMUESTRA LA EFICACIA DE LA APLICACIÓN CLÍNICA DE LOS INDICADORES DE FERTILIDAD

“Después de 16 años enseñando en la consulta de la matrona los indicadores de fertilidad para la búsqueda de embarazo, afirmamos que su aplicación clínica es eficaz”. Así concluye el estudio *Indicadores de Fertilidad y Gestación* de M^a Isabel Valdés de la Colina, matrona en atención primaria Sermas y profesora en la Universidad Alfonso X el Sabio, y que fue presentado en el IX Simposium Internacional sobre el Conocimiento de la Fertilidad Humana en A Coruña a finales de 2010.

El estudio postula la eficacia de enseñar a las mujeres los indicadores de fertilidad que pueden detectarse mediante autoobservación como la secreción cervical, la temperatura basal corporal o las modificaciones del cérvix detectadas por autopalpación, entre otros, a través de la creación de una consulta de fertilidad en el ámbito sanitario público.

LAS MATRONAS SE REÚNEN EN BURGOS

El lema “Matronas evolución” encabeza el I Congreso de Burgos de la Asociación Castellano Leonesa de Matronas (ASCALEMA), que se celebrará los próximos 20, 21 y 22 de octubre con la colaboración de la FAME. El congreso aborda la evolución de la profesión desde el ámbito social, antropológico, formativo, profesional y asistencial, con temas como el humanismo y el progreso en la asistencia del parto, la situación social de las mujeres con sensibilidad de género, la salud sexual y su proyección en el cine, la cooperación al desarrollo y las terapias complementarias.

DOS MATRONAS PREMIADAS CON LA INSCRIPCIÓN AL CONGRESO DE BURGOS

Yolanda Sánchez Caraset y Magdalena Luque Díaz, residentes de segundo año de la comunidad autónoma de Madrid, asistirán gratuitamente al congreso. Son las dos ganadoras del premio al mejor artículo dirigido a mujeres gestantes, organizado por la Asociación de Matronas de Madrid (AMM) y la revista *Mi bebé y yo*. Las premiadas escribieron sobre la tristeza puerperal y el cuidado bucodental en la mujer embarazada, artículos que, además han sido publicados en la revista *Mi bebé y yo*. El galardón fue entregado durante el acto de clausura de la nueva promoción de matronas, el pasado 6 de mayo.



Yolanda Sánchez Caraset (izquierda) y Magdalena Luque Díaz, ganadoras del premio al mejor artículo dirigido a mujeres gestantes.

EMPRESAS ESPAÑOLAS APUESTAN POR OFRECER UN SERVICIO DE ATENCIÓN POSPARTO A DOMICILIO



Ya son dos las empresas que en los últimos años han empezado a ofrecer servicios profesionales de atención posparto a domicilio. La primera semana en casa después del parto es compleja para cualquier madre y, sobre todo, para las primerizas. El cansancio físico y psicológico, y las continuas dudas que surgen en el cuidado del bebé y su bienestar son bastante habituales, y no todas las madres disponen del apoyo de su familia o de su pareja.

Maternitas (Madrid) y Natalis (Vigo) han sido pioneras en apostar por un servicio que la Seguridad Social no contempla y que tiene su origen en el sistema holandés *kraamzorg* de atención a domicilio de la madre y de su hijo después del parto.

Las madres ya pueden solicitar el servicio profesional de asistencia posparto a domicilio tres horas al día durante una semana. La matrona asiste al bebé y realiza el seguimiento de su condición física (peso, temperatura, cicatrización del cordón umbilical, reflejo de succión, etc.) y la de la madre (control de mamas y de útero), y responde a todas las dudas de la mamá sobre el cuidado del bebé, la lactancia y la higiene, entre otras.

EN MADRID Y EN GALICIA

Natalis es una empresa de reciente creación cuyo principal producto, “pack natalis”, ofrece los servicios profesionales de una matrona a domicilio tres horas al día durante una semana. Actúa en la ciudad de Vigo, pero tiene previsto ampliar su área a toda la comunidad autónoma de Galicia durante el próximo año.

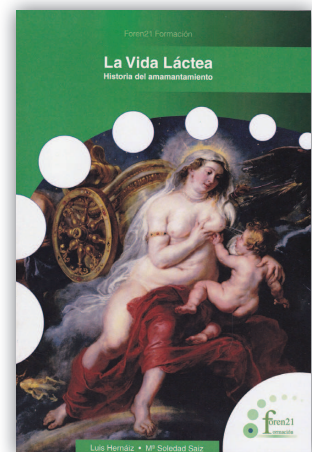
“LA VIDA LÁCTEA. HISTORIA DEL AMAMANTAMIENTO”, DE MARISOL SAIZ Y LUIS HERNÁIZ



Marisol Saiz

La lactancia ha sido un tema de importancia desde el principio de los tiempos. La palabra mamá descende del latín *mamma*, es decir, pecho. Babilonia, una de las ciudades más antiguas, reguló la lactancia en sus leyes. El Corán incorpora pautas sobre el amamantamiento en su normativa. Incluso los mitos de la creación, como el Océano de Leche Indio o la creación de la Vía Láctea griega, se relacionan con la leche de las diosas. La lactancia es gastronomía, es erotismo, es afecto, y está presente en la historia de la religión y de la moral, de la mitología, de la economía y de la medicina.

El libro *La vida láctea*, del escritor Luis Hernáiz y la matrona Marisol Saiz, recoge, por primera vez, la historia del amamantamiento desde la prehistoria hasta el siglo XX. Ilustrado e impregnado con obras de arte, literatura, mitología y filosofía, el libro responde, entre muchas otras, a preguntas como: ¿Pueden los varones dar el pecho a sus hijos? ¿Quién amamantó a personajes como Ulises o Nerón? ¿Tiene que ver la fundación de Roma con la lactancia? ¿Qué recetas usaban los egipcios para curar los pezones? ¿Cuál es el origen del nombre de nuestra galaxia? Para los interesados, el libro está disponible en la página web de la editorial Foren21 (www.foren21.com).



cámbrate

Al nuevo refresco sin gas de Solán de Cabras

15% de zumo de melocotón.
Sólo 17,8 kcal/100ml.

20% de zumo de manzana.
Sólo 15,2 Kcal/100ml.

20% de zumo de naranja,
limón y zanahoria).
Sólo 17,6 kcal/100ml.

13,5% de zumo de limón.
Sólo 13,5 kcal/100ml.

20% de zumo de naranja.
Sólo 17 kcal/100ml.



BAJO EN CALORÍAS

ELABORADO CON AGUA MINERAL NATURAL SOLÁN DE CABRAS

CON VITAMINAS Y ÁCIDO FÓLICO

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS

bi=2
cuidado + placer



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

Se recomienda utilizar una toallita para cada ojo.

- 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

La forma más cómoda de limpiar los ojos de tu bebé

Más información en:
www.supranettes.com

“EN MI CASA, NUNCA EXISTIÓ LA CIGÜEÑA”

Laura Pita, matrona del H.U.C.A. Hospital General de Asturias.

Tiene 27 años y es matrona. Como su madre. Volvió del Reino Unido hace un año y medio, después de terminar la especialidad. “No estoy segura de lo que me deparará el futuro, pero siento particular interés por las mujeres en situaciones especiales: inmigrantes, mujeres en situación de exclusión social o que sufren violencia doméstica”, nos confiesa. “Cuando era niña, me gustaba ir a buscar a mi madre al trabajo y mirar los folletos de educación sanitaria. Jugaba con las muñecas y las colchonetas de preparación al parto. La acompañaba a congresos y a las comidas anuales de la Asociación Asturiana de Matronas. Hoy, asistimos juntas a estos actos y podemos hablar sobre casos particulares que vemos en nuestro día a día.”



ELENA CASTRO: “YO SIEMPRE CONTABA LO BONITO QUE ES ESTE TRABAJO”

“Laura siempre ha estado rodeada de este ambiente”, nos explica Elena Castro, matrona del Centro de Salud de Pumarín (Oviedo) y madre de Laura Pita.

“Cuando era una adolescente, le encantaba venir a los grupos de masaje del centro de educación prenatal que yo dirigía. Hablaba con las madres y le dejaban coger a sus bebés. También entraba en alguna de las charlas que yo impartía. Las que más le gustaban eran las que trataban sobre el parto y la lactancia. Creo que todo esto fue motivo suficiente para inclinarse por esta profesión”.

Desde entonces, también la profesión ha cambiado mucho. Hoy sabemos lo importante que es la labor de las matronas, y no sólo en los partos. “Su formación ha sido mucho más completa de lo que en su día fue la mía y están mucho más preparadas para la labor de investigación. Yo tengo que reciclarme continuamente para tener los mismos conocimientos con los que salen las nuevas generaciones.”

Parece que sigues los pasos de tu madre, ¿es cierto?
Sí, así es.

¿Te influyó el hecho de que tu madre fuera matrona al elegir una profesión?

Por supuesto. Desde muy pequeña, veía que mi madre disfrutaba muchísimo con su trabajo, y nos contaba cosas sobre el embarazo, los bebés, la lactancia... Yo veía que hacía muchos cursos y que siempre estaba entusiasmada. Que yo recuerde, en mi casa, nunca existió la cigüeña. De pequeñas, siempre supimos de dónde venían los niños y se trataban estos temas con mucha naturalidad.

“No me imagino haciendo otra cosa”

Y decidiste ser matrona...

Cuando llega la hora de elegir carrera, siempre dudas y te planteas si te estás equivocando. Me gustaba mucho hablar inglés y, desde pequeña, se me daba bastante bien. Quería hacer algo relacionado con este idioma, pero tampoco me veía estudiando filología inglesa.

Como el trabajo de enfermera me llamaba mucho la atención, mi madre me comentó la posibilidad de realizar la especialidad de matrona en Inglaterra, una vez acabados los estudios.

¿Estás contenta con tu decisión?

Mucho. Aunque haya momentos difíciles, no me imagino haciendo otra cosa.

¿Son muy diferentes los estudios de Inglaterra a los de aquí? ¿Están más avanzados en prácticas, instalaciones, etc.?

Creo que, en esencia, la formación se parece mucho a la española: las dos son muy completas. Sin embargo, en el Reino Unido, existen muchos protocolos basados en la evidencia científica, que facilitan y aúnan la manera de actuar de todos los profesionales en ciertas situaciones, y esto todavía no es tan habitual en nuestro país. Otra diferencia es la concepción del embarazo, el parto y el posparto como un proceso normal, siendo la matrona la profesional de referencia. En este sentido, considero que están más desarrollados en cuanto a aprovechamiento de los profesionales, mentalidad y actitud, pero no necesariamente en sus prácticas o instalaciones.

“Mi madre es una excelente matrona y una gran profesional. Aprendo de ella en todos los aspectos de la vida”

¿Qué nos falta por conseguir aquí en España?

Creo que las matronas tenemos que conseguir una mayor autonomía en nuestro trabajo. Nuestra excelente preparación y capacitación es suficientemente conocida a nivel internacional. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), somos los profesionales indicados para proporcionar cuidados en el embarazo, el parto, el posparto normal, la menopausia, y también en el resto de etapas de la vida de las mujeres. Es una pena que se desaprovechen nuestras habilidades y nuestros conocimientos. España necesita un cambio de mentalidad a nivel social y un cambio organizativo en sanidad. Todo esto es esencial para el desarrollo de nuestra profesión y para la mejora de la calidad de los cuidados y de la atención que reciben las mujeres. Sin embargo, estamos trabajando mucho y estoy convencida de que juntas nos estamos dirigiendo hacia la dirección correcta.

LA REINA PRESIDE EL ACUERDO ENTRE LA FAD Y MI BEBÉ Y YO

La Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD) y *Mi bebé y yo* han firmado un convenio de colaboración para llevar a cabo iniciativas y proyectos conjuntos dirigidos a potenciar las posibilidades educativas de padres y madres. Su Majestad la Reina, Presidenta de Honor de la FAD, encabezó el acto de la firma del convenio el pasado diciembre en la sede de la Fundación.



Su Majestad la Reina presidió la firma del convenio de colaboración. De izquierda a derecha: Isabel Balust, Directora de Marketing de Mi bebé y yo; Juan Turu, Consejero Delegado de Grupo Sfera, editorial que publica Mi bebé y yo; José Ángel Sánchez Asiain, Presidente de la FAD; Carmen Iglesias, miembro del Patronato, e Ignacio Calderón, Director General de la FAD

NEWSMATRONA 08

El convenio entre las dos organizaciones acuerda la edición y distribución de 425.000 folletos con el título *¿Qué puedo hacer? Educando a tu bebé*. Estos folletos están dirigidos a padres y madres con hijos de 0 a 6 meses y se entregarán en maternidades y hospitales españoles a través de las cestas "Familia" de *Mi bebé y yo*. Desde el pasado 1 de enero, Sfera Editores ha repartido 35.000 folletos informativos cada mes.

El folleto explica la increíble capacidad de aprendizaje de los niños durante los primeros seis meses de vida y la importancia de ayudarles a construir un mundo de bienestar, de generar vinculaciones afectivas y de potenciar sus habilidades intelectuales. Es una guía práctica, con la que los padres podrán entender un poco más cómo funciona ese pequeño cerebro "esponja", cómo tratar los problemas de sueño y de alimentación o cómo actuar frente a sus llantos.

Mi bebé y yo distribuirá 425.000 ejemplares de "¿Qué puedo hacer? Educando a tu bebé"

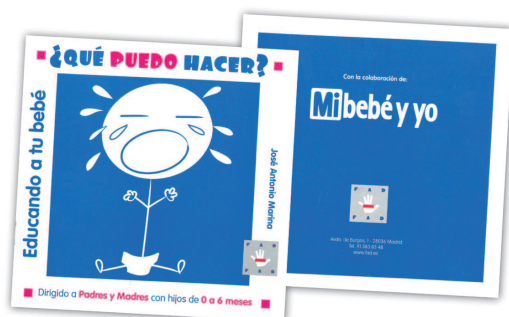
Con esta acción, la FAD y *Mi bebé y yo* ponen sobre la mesa la necesidad de proporcionar a los papás información necesaria para educar a sus hijos. "La educación es un tema que suscita preocupación social y que necesita la colaboración y los recursos de toda la sociedad", coinciden ambas entidades.

Dentro del convenio de colaboración, la revista se compromete a publicar información sobre la FAD y su proyecto "¿Qué puedo hacer? Claves prácticas para educar a tu hijo" a través de su portal *Mibebéy yo.com*. La iniciativa se ha desarrollado en colaboración con la Universidad de Padres *on-line*, dirigida por el filósofo José Antonio Marina, y tiene como objetivo dar pautas de educación

entre los 0 y 16 años. Coincidiendo con el aniversario del niño o de la niña, y cada seis meses, la FAD enviará a sus padres el Informe Educativo *¿Qué puedo hacer? Claves prácticas para educar a tu hijo* con información específica correspondiente a su edad, hasta que el niño cumpla los 16 años.

LA FAD APUESTA POR LA PREVENCIÓN

La FAD es una institución privada sin ánimo de lucro cuyo objetivo es la prevención del consumo de drogas y sus consecuencias en la sociedad. Una de sus principales líneas de acción es la apuesta por las estrategias educativas en todos los niveles (escuela, familia y comunidad), con el fin de dotar a los jóvenes, a las familias y a los profesionales de herramientas para protegerse frente al riesgo del consumo de drogas. Actualmente, se ha convertido en un referente en España y en América latina, y en un importante órgano de consulta en el Consejo Económico y Social de las Naciones Unidas.



El acuerdo, firmado por el Consejero Delegado de Sfera Editores, Juan Turu, y el Presidente de la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción, José Ángel Sánchez Asiain, prevé una colaboración que durará todo el año 2011. En la foto, Juan Turu y Su Majestad la Reina durante la firma

PRIMER PLANO

de las matronas españolas

En este número, conoceremos a **M^a Ángeles Sánchez** (Zaragoza), **M^a José Castro** (Sigüenza, Guadalajara) y **Teresa Fernández** (Valladolid). Las tres iniciaron su carrera como matronas a finales de los años 70. Son profesionales con una amplia experiencia tanto en hospitales como en atención primaria, y coinciden en señalar la alta carga de trabajo con la que deben enfrentarse cada día.



“LAS MUJERES TE CONOCEN, TE APRECIAN Y TE RESPETAN MUCHÍSIMO”

M^a ÁNGELES SÁNCHEZ (ZARAGOZA)

¿En qué consiste tu trabajo?

Hace 21 años que trabajo en los Centros de Salud Seminario y Casablanca de la Romareda (Zaragoza). Antes de que existiera la atención primaria (AP), trabajé en un Centro de Orientación Familiar y, también, en hospitales.

¿No había centros de atención primaria?

No. Se crearon hace unos 19 años. Las matronas trabajábamos todas juntas en un Centro de Orientación Familiar, en el que dábamos servicio a toda la población. Con la AP, nos hemos convertido en una figura mucho

más cercana, porque atendemos a la misma población a lo largo de todo su desarrollo.

¿Qué logros destacarías a lo largo de tu carrera?

Me gusta tanto mi profesión, que todo me parece muy bonito. Empecé en paritorios. Cuando me pasé a AP, todo cambió. Me tuve que reciclar por completo, pero me di cuenta de lo agradecido que es. Las mujeres te conocen, te aprecian y te respetan muchísimo como profesional, porque las atiendes a lo largo de toda su vida.

También veo que has sido vocal matrona del colegio de enfermería.

Sí, y coordinadora de matronas, y profesora titular en la universidad... Y tengo 57 años y no quiero estar tan

dividida. He decidido ser sólo matrona y pasar el testigo. ¡Tengo que cuidar de mi nueva nieta!

¿Y el relevo es bueno?

¡Muchísimo! Las nuevas residentes son encantadoras. Después de tanto tiempo sin escuela de matronas, las nuevas promociones salen muy preparadas y con mucho interés por aprender.

¿Qué crees que necesitan las matronas actualmente?

Más plazas en los centros: todavía somos muy pocas y tenemos que asumir una población de mujeres mucho mayor de la conveniente. La mayoría de mis compañeras llevan dos centros y no hay sustituciones en verano. Pero estamos en crisis y sé que será algo difícil de conseguir.

“LA MATRONA DEBE ESTAR SIEMPRE ALLÍ DONDE LA LLAMAN”

M^a JOSÉ CASTRO (SIGÜENZA, GUADALAJARA)

¿En qué consiste tu trabajo?

Trabajo en el Centro de Salud Picarral de Zaragoza. Mi trabajo es atender a la mujer desde la adolescencia hasta la menopausia, aunque en mi centro predomina la gente joven.

También has estado en asociaciones...

Colaboro con algunas. De vez en cuando, me llaman para dar charlas sobre la salud de la mujer en asociaciones de vecinos o en centros de adultos. Creo que la matrona debe estar siempre allí donde la llaman, así que siempre acudo.

¿Cuándo decidiste que querías ser matrona?

Lo sé desde siempre. Mi vocación era clara. Nací en Sigüenza (Guadalajara) y me fui a estudiar a Navarra, no sé por qué. Casualmente, cuando acabé la especialidad, abrieron el Hospital Clínico de Zaragoza, y me vine. Que mi novio también fuera de aquí ayudó un poquito en mi decisión [ríe].

¿Qué te aporta el día a día?

Me hace sentirme muy a gusto conmigo misma, aunque tenemos demasiada carga de trabajo...

¿Haces formación?

¡Claro! Tienes que estar reciclandote continuamente.

¿Reciclandote?

Cuando yo estudié, la formación versaba únicamente sobre la asistencia al parto. Como matrona de atención primaria, hago muchísimas más cosas y todo lo he tenido que aprender posteriormente, fuera de la carrera. En mis 37 años de profesión, el perfil de la matrona ha cambiado muchísimo.

¿De qué otra manera ha cambiado la profesión?

Yo creo que tenemos mucha más autonomía que antes.

¿Qué necesitáis actualmente las matronas?

Más profesionales, para que la carga de trabajo no nos impida hacer más cosas.

“ES NECESARIO QUE UN PROFESIONAL CAMBIE DE PUESTO DE TRABAJO”

TERESA FERNÁNDEZ (VALLADOLID)

¿En qué consiste tu trabajo?

Mi empleo es lo mejor que hay; significa estar en contacto con la vida. Tratamos con mujeres sanas y esto es un privilegio. Actualmente, trabajo en el Hospital Clínico de Valladolid.

¿Cómo ha sido tu trayectoria laboral?

Muy variada. Estuve muchos años en interinidad intentando conseguir la plaza, y roté mucho de puesto de trabajo. He estado en urgencias, en la UVI, en hematología,

en quirófanos... Después de algún tiempo, me pasé a atención primaria. Tuve que estudiar mucho, pero fueron cinco años gloriosos. Volví al hospital y, por fin, pude conseguir mi plaza a través de la promoción interna.

¿Cómo te sentiste?

Pues... muy bien, muy relajada [ríe]. Era mi meta y lo conseguí. Al principio, me costó mucho. No encontraba sustituciones y las que había eran sólo en verano.

¿Siempre es tan difícil conseguir una plaza?

Son muchos años de interinidad. Ahora, la gente tiene la vía libre y la promoción interna, es decir, hacer sustituciones hasta conseguir una plaza.

Te habrá aportado mucho...

Sí. Creo que es necesario que un profesional pase por todos los servicios especiales alguna vez. Cambias de compañeras, aprendes nuevas técnicas... Yo disfruté mucho en la UVI y en quirófano, pero eché en falta al paciente.

¿Cómo crees que ha cambiado la profesión?

Yo creo que, en atención primaria, la matrona está reconocida por la mujer. Se nos valora muy positivamente. Saben que somos profesionales y que están en buenas manos.

¿Qué crees que necesitan las matronas actualmente?

Más personal, al menos, en la práctica hospitalaria. Aparte de esto, creo que gozamos del reconocimiento de las mujeres.

ÉXITO DE ASISTENCIA EN EL XIV CONGRESO NACIONAL DE MATRONAS

El XIV Congreso Nacional de la Asociación Española de Matronas ha ocupado la sala Gran Anfiteatro del Colegio de Médicos de Madrid. Cerca de 500 congresistas asistieron al acto organizado por la Asociación Española de Matronas (AEM) los pasados 26, 27 y 28 de mayo.

Bajo el nombre de "Excelencia: Cuestión de Equilibrio", la Asociación Española de Matronas ha querido aunar en este acto los temas de actualidad de mayor interés y aplicabilidad para las matronas. El suelo pélvico, la violencia de género, el papel de la matrona en el embarazo, la osteopatía y otros muchos temas más han llenado las salas del histórico edificio madrileño. "Hemos incluido un panel de expertos en derecho sanitario como respuesta al preocupante número de demandas contra establecimientos sanitarios y profesionales de la salud, que suponen un alto precio personal para los profesionales imputados, incluso en el caso de sentencias favorables", apunta M^a Ángeles Rodríguez Rozalén, presidenta de la AEM.

Los asistentes han resaltado las didácticas ponencias "Actualidad en el manejo de la Menopausia" de Javier Haya, Jefe de Servicio de Ginecología del Hospital General de Ciudad Real, y "Osteopatía craneal infantil" y "Osteopatía visceral infantil" del osteópata Raúl Guzmán Moro. Yolanda Espinosa, matrona del Hospital Central de la Defensa, también ha despertado el interés del público con "Coaching para matronas". "Me parece una actividad muy innovadora, con una aplicabilidad muy grande en nuestro desempeño profesional", confirma María Sanz, vocal de la AEM. A causa de su éxito, la asociación prevé incluir esta técnica en la oferta formativa del próximo bienio.

Queda patente el interés que, edición tras edición, suscitan los congresos de esta asociación. Este año, se han

presentado más de 170 trabajos, de los cuales, han sido expuestos 13 comunicaciones orales y 97 pósters, seleccionados estrictamente por el Comité Científico en función de su aplicabilidad, su originalidad y sus resultados.

La conferencia inaugural contó, además, con Carmen Álvarez Ricart, médico, escritora, estudiosa de la mujer en la historia de la medicina y reconocida defensora de los derechos de la mujer, desde el momento en que comenzó a desmenuzar la historia mostrando la desigualdad entre hombres y mujeres en el campo médico. Sagrario Mateu Sanchís, jefa del Servicio de Salud de la Mujer y del Niño del Ministerio de Sanidad y Política Social, ha mostrado también su satisfacción con el acto: "Llevo 28 años dirigiendo esta unidad y, hasta ahora, no me he perdido ni un congreso de la AEM". Y añade: "Es un magnífico foro de debate, discusión y encuentro para las matronas, y un honor para mí poder asistir".

ESCRIBANOS POR UN DÍA

Más de 150 matronas se reunieron el último día del Congreso para reescribir conjuntamente el *Libro del Arte de las Comadres o Madrinas y del Regimiento de las Preñadas y Paridas y de los Niños*, escrito por Damiá Carbón en 1541. Con esta actividad, dirigida por Rosa M^a Plata Quintanilla, vicepresidenta de la AEM, las matronas se sumergieron en el primer libro dirigido al colectivo, con el fin de profundizar en el conocimiento de la historia de la obstetricia. Además, esta iniciativa ha permitido fortalecer valores de equipo, compromiso y cohesión del colectivo de matronas, objetivos que consideramos cumplidos al observar un gran número de matronas unidas con la voluntad de avanzar en su cometido profesional.

"PRESIDENTA DOS AÑOS MÁS"

M^a Ángeles Rodríguez Rozalén seguirá presidiendo la Asociación Española de Matronas después de más de 25 años de mandato.



¿Qué novedades apunta la Asamblea General de la AEM realizada durante el Congreso?
¿Habrá cambio de gobierno?

No se han presentado nuevas candidaturas a la Junta, con lo que se mantendrá la actual. Sin embargo, sí que hay varios nuevos miembros en el equipo gestor, que tienen muchas ganas, ilusión y probada valía. La Asamblea me ha pedido que permanezca una legislatura más, pero, por circunstancias personales, sólo me he comprometido por un periodo de dos años, en el que pretendo concluir el entrenamiento del equipo actual para definir la futura Junta. Aunque entregue el testigo, mi vinculación con la asociación no se romperá y siempre estaré a su disposición, pero con la tranquilidad de saber que ya hay conformado un grupo sólido y cohesionado que seguirá la labor que otros comenzamos. Los proyectos realizados han sido muchos y seguimos teniendo en cartera muchos más por desarrollar. Creo haberme ganado ya el merecido "descanso del guerrero tras más de 30 años de lucha".

¿Cuál ha sido el broche de oro del Congreso?

La aprobación unánime de la AEM del Código Deontológico de las matronas españolas. Hasta ahora, nos habíamos regido por el Código de Ética de la Confederación Internacional de Matronas (ICM), que sirve de guía para que los países miembros elaboren sus propios códigos nacionales, y por el Código Deontológico de Enfermería, pero creemos que tenemos suficiente identidad para tener nuestro propio código.

Una acción memorable

Creemos que el congreso ha tenido un bonito detalle con el regalo del libro *¿Por qué? ¿Por qué? ¿Por qué? Respuestas fantásticas para niños curiosos*, que, sin duda, tendrá un lugar destacado en las futuras listas de ventas por la calidad de sus narraciones y sus atractivas ilustraciones. Desde aquí, agradeceremos a *Mi bebé y yo* y a Laboratorios Recordatti por haberse sumado a la iniciativa de la impresión de esta obra y por haber hecho posible este regalo especial antes incluso de su aparición en las librerías especializadas.



"NI PAPELES NI POLÍTICOS"

Con la etiqueta "Congreso sin papeles, congreso sin políticos", la AEM ha abogado por la utilización de pósters digitales para contribuir a salvaguardar el medio ambiente, y mostrar su desaprobación con la actitud pasiva de los políticos ante la insistencia de esta asociación para crear programas formativos de calidad y respetar sus competencias y autonomía profesional.

La nueva especialidad de Enfermería de Salud Familiar y Comunitaria es un nuevo ataque frontal al colectivo. Según la AEM, la administración ha desoído sus alegaciones de no solapar las competencias de las matronas, reconocidas por la UE, con las de la nueva especialidad, evitando, así, "futuribles" conflictos entre ambos profesionales. "Estamos muy desencantados con la clase política y ésta es nuestra respuesta", afirma M^a Ángeles Rodríguez Rozalén.

Con eryplast, Culito Sano, Bebé Feliz



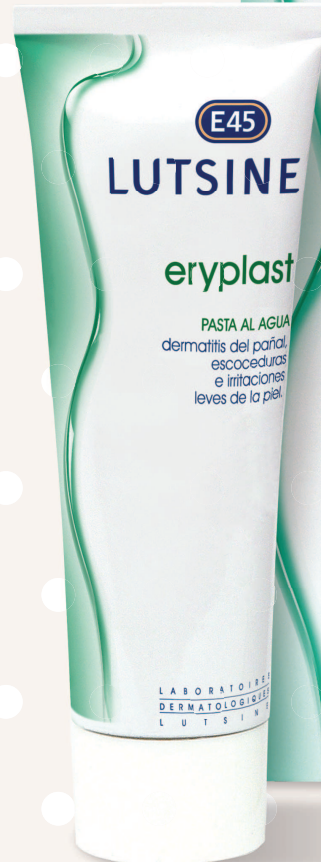
¿Sabías que...

el 35% de los niños han sufrido dermatitis del pañal en algún momento de su vida?

La dermatitis del pañal es un proceso inflamatorio agudo que afecta al área cubierta por el pañal y afecta al 10% de los niños entre 0-2 años.

eryplast PASTA AL AGUA

Es la única Pasta al agua con anti-enzimas que protege la piel del bebé



- Textura única que absorbe la humedad
- Permite la transpiración y ayuda a regenerar la piel del culito del bebé
- Mantiene la piel hidratada
- Se limpia fácilmente con agua
- Sin perfume
- Hipoalergénica
- No grasa

EN RECOMENDACIÓN
Nº1
PEDIÁTRICA

LUTSINE
E45

Expertos en el cuidado y tratamiento de las alteraciones leves de la piel

Con eryplast, CULITO SANO, BEBÉ FELIZ

24h CON DOS MATRONAS

Ingenio al servicio de mamás y bebés.

El comadrón Luciano Rodríguez y la matrona Juana María Vázquez, del Hospital Universitario de Ceuta, destacan por su capacidad innovadora: ya en 2007, recibieron un premio por su Pictograma para mujeres de habla no hispana.

Hace cinco años que Luciano Rodríguez y Juani Vázquez, naturales de Algeciras (Cádiz), concluyeron su residencia en la Unidad Docente de Matronas de Málaga y se trasladaron al Hospital Universitario de Ceuta, donde apuestan por el aprendizaje permanente y el reciclaje. Su pasión por el trabajo de matrona pasa también por invertir su ingenio en proyectos de atención a la mujer, en cualquier etapa de su vida, y a sus bebés.

Su tarea renovadora fue reconocida ya en 2007 con el premio de la Fundación Lavante de la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía por el Pictograma

para la atención a la mujer inmigrante de habla no hispana, una herramienta que ha traspasado fronteras. Juntos han realizado el primer vídeo docente de partos, publicado por el Ministerio de Sanidad y Política Social, y ejercen de tutores y profesores en las Unidades Docentes de Matronas de Ceuta y Madrid, además de colaborar con las Unidades Docentes de Cádiz y de Málaga. Aún hay más: actualmente, forman parte del grupo de trabajo de urgencias de enfermería obstétrico-ginecológica de la Sociedad Española de Enfermería de Urgencias y Emergencias (SEEU).

Su último trabajo es su página web www.comatronas.es, un espacio dedicado a hacer partícipe de sus ideas a cualquier persona, ya sea o no del ámbito sanitario. Allí, se pueden consultar y descargar sus publicaciones, el

pictograma, los vídeos y otros documentos de interés dirigidos a matronas y a padres y madres, además de conocer las principales novedades de las actividades que Luciano y Juani realizan sin pausa.

Todos los proyectos ya realizados, y los que aún están por venir, son fruto de la personalidad de los dos profesionales. Luciano es una persona comprometida y trabajadora, amante de los viajes, de la vida, de hacer reír, de compartir conocimientos y de escuchar, del trabajo en equipo y de su familia. Juani se define como una persona activa. Inició la especialidad de matrona cuando su primer hijo apenas tenía 27 días de vida, un reto y un esfuerzo del que se enorgullece. Desde entonces, anima a todo aquél que quiera prepararse para ser matrona, para que pueda cumplir su sueño.



08:45 h

Juani y Luciano comienzan el día en el Hospital Universitario de Ceuta. La mañana se despierta con energía: "Siempre es un gran día para darlo todo por las mujeres y por sus familias", indican con ilusión.

EL PERFIL DE...

Nombre: Juana María Vázquez Lara.

Edad: 39 años. **Nacida:** 23 de junio de 1971.

Estado civil: Casada.

Hijos: Antonio, de 7 años, y Darío, de 4 años.

Años de experiencia laboral: 4 años como matrona del Hospital Universitario de Ceuta y 12 años como enfermera en diversos puestos.

Destaca: "Lo gratificante es participar en el momento más importante de la vida de una mujer y de su pareja, y formar parte para siempre del recuerdo que tendrán de ti, esa persona que les ayudó, les animó y, sobre todo, les respetó".

EL PERFIL DE...

Nombre: Luciano Rodríguez Díaz.

Edad: 33 años. **Nacido:** 11 de diciembre de 1977.

Estado civil: Soltero.

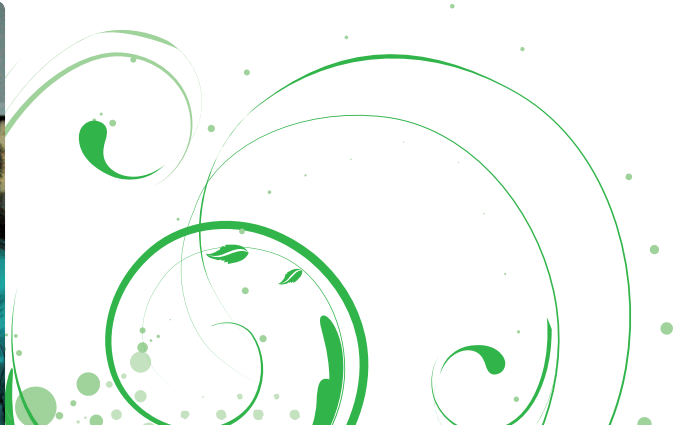
Hijos: No tiene.

Años de experiencia laboral: 5 años como matrona del Hospital Universitario de Ceuta y 6 años como enfermero en diversos puestos.

Destaca: "El regalo que te da cada gestante, que te permite estar a su lado en ese momento tan especial, para darle comprensión, cariño y apoyo".

09:30 h

Juani utiliza el Pictograma para comunicarse con Fátima, su paciente. El Pictograma es una herramienta muy útil para comunicarse con futuras mamás o mamás que no hablan castellano.



12:00 h

De camino a la planta de Maternidad, donde las matronas dan consejos sobre el cuidado de los recién nacidos, Luciano se encuentra con dos padres primerizos. Es momento de asesorarles para que cojan confianza.



11:00 h

El office es el punto de reunión del personal sanitario para organizar el trabajo del día, sentarse a comer e, incluso, relajarse un poco cuando es posible.



22:00 h

Ya en casa, al final de la jornada, lo más gratificante para Juani es hablar de cómo les ha ido el día con sus hijos, contarles un cuento y darles las buenas noches.



22:00 h

Tras 12 horas de guardia, Luciano comparte un momento con sus padres, Ángel y Conchi. Hablan de lo rápido que aprende su sobrina Elena, de dos años, a la que Luciano tuvo la suerte de traer al mundo.

TOP OF MIND BEBÉ

Las marcas más conocidas

Una encuesta realizada por Sfera a más de 100.000 mamás pone de relieve las marcas más conocidas del mundo del bebé.

Dodot (52,1%), Chicco (25,2%) y Mustela (19,4%) son las marcas de productos infantiles más recordadas en espontáneo por las mamás españolas, según se desprende del último estudio elaborado por Sfera Media Group a finales de 2010. La última edición de la encuesta fue enviada a 104.720 suscriptores de las ediciones impresa y on-line de *Mi bebé y yo*, y contó, finalmente, con las valoraciones de 14.000 personas, que respondieron a la pregunta "Cuando piensas en bebés, ¿en qué marcas piensas?", lo que nos ha permitido identificar las firmas más conocidas del sector en nuestro país.

Dodot, citada en espontáneo por el 52,1% de las madres, es la marca más conocida. Le sigue Chicco, citada por el 25,2% de las madres. En tercer lugar, figura Mustela, con un 19,4% de las menciones. Un resultado con el que la firma de cosmética infantil asciende cinco posiciones respecto a sus resultados anteriores y se coloca, así, entre las tres primeras marcas. La cuarta y la quinta posición la ocupan Jané y Nestlé, respectivamente.

ENCUESTA DE COSMÉTICA E HIGIENE INFANTIL

Mustela, además de situarse en tercera posición entre las marcas de bebé más conocidas por las mamás, es la marca más recordada en la categoría de cremas faciales y corporales, con un 71,4% de las menciones. Respecto a la encuesta de 2008, su crecimiento acumulado es de seis puntos. También es considerada la marca de mayor calidad en cremas, jabones y champús infantiles.

Otra de las marcas reconocidas en el ámbito de la cosmética y la higiene infantil es Johnson's, que lidera el ranking de conocimiento espontáneo en la categoría de champús y jabones infantiles, y que ha sido citada por el 53,1% de las madres. En el subsector de cremas faciales y corporales, acumula el 39% de las menciones, y en cremas para el culito del bebé, el 9,5%.

Mustela, la marca más conocida de cremas faciales y corporales infantiles

PAÑALES Y TOALLITAS

Dodot es la marca más reconocida en el segmento de los pañales y de las toallitas higiénicas, con el 94,6% y el 99% de las menciones, respectivamente. Le siguen Huggies, con un 58% de reconocimiento en el campo de los pañales y un 28,7% en el de las toallitas. Por su parte, Mercadona -bajo la línea comercial Deliplus-



cuenta con un 28,6% de conocimiento en los pañales y un 32,3% en las toallitas.

ENCUESTA DE PUERICULTURA LIGERA

Suavinex destaca como la firma más conocida de mejor calidad en el ámbito de las tetinas, los biberones y los chupetes, seguida por Chicco, Nuk y Avent.

COSMÉTICA PARA LAS MAMÁS

Además de los productos para los pequeños de la casa, la encuesta se interesa también por las preferencias de las embarazadas y de las madres recientes, en cuanto a cremas para el embarazo y el posparto. Trofolastin (Novartis-Carreras) ha resultado la firma con mayor recuerdo de marca, siendo mencionada por el 31% de las encuestadas, seguida de las propuestas de Mustela (27,5%) y Suavinex (17,9%). Destaca el hecho de que las embarazadas sin hijos reconozcan más el producto Trofolastin, de la farmacéutica Novartis, mientras que, entre las mamás con bebés, Mustela obtiene el Top of Mind. Asimismo, Trofolastin es la marca considerada de mayor calidad (26%), seguida de Mustela (14,1%) e Isdin (10,8%).

HÁBITOS EN LACTANCIA MATERNA

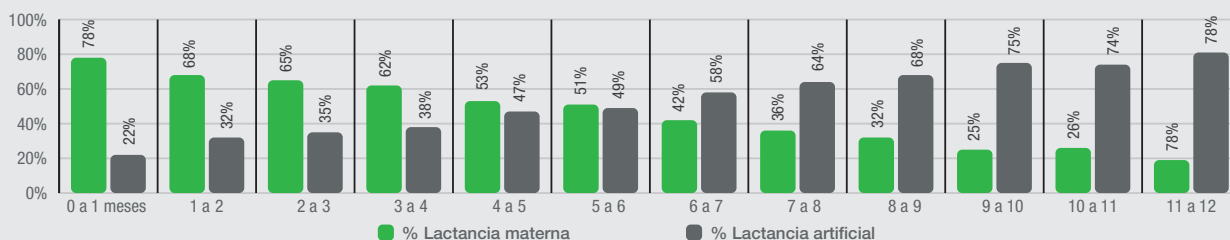
Además de la encuesta de conocimiento de marcas infantiles, Sfera Media Group ha realizado otra sobre los hábitos de las españolas durante el período de lactancia. La encuesta fue enviada por correo electrónico a 412.000 madres, 27.666 de las cuales respondieron.

De los datos obtenidos se desprende que una amplia mayoría de las encuestadas (78%) prefiere y opta por dar el pecho a su bebé durante el primer mes de vida, frente a la opción de la lactancia artificial. A medida que avanza la edad del bebé, el porcentaje de adeptos de ambos métodos de lactancia se iguala progresivamente, de tal modo que es a partir de los cinco meses cuando las cifras se aproximan más: un 51% opta por la lactancia materna, frente al 49% que se inclina por la artificial. Este período coincide con la reincorporación de la mujer al trabajo y con la introducción de otros alimentos en la dieta del bebé.

El estudio puede solicitarse a través de direct@sfera.es o llamando a Isabel Balust (Tel.: 93 370 85 85)

ACTUALMENTE, ¿DAS EL PECHO A TU BEBÉ?

Lactancia materna vs Lactancia artificial 2010



MI BEBÉ Y YO, AHORA TAMBIÉN EN CHINA



De izquierda a derecha: Meiyun Sun, Gemma Vázquez (matrona CAP Pare Claret), Carle Shen, Glenda Gu, Anna Ying, Sandra Aurin, Mercé Gargallo



La expansión de Sfera Media Group ha alcanzado en 2011 el mercado asiático con la primera edición china de *Mi bebé y yo*. Nacida en Italia en 1983, una década después, la cabecera contaba con una edición para el mercado español; en 1997, *Mi bebé y yo* empezó ya a publicarse en México; y, tres años después, en Argentina. Ahora, con el lanzamiento de la cabecera en el mercado chino, Sfera Media Group desembarca en la prometedora zona asiática.

UN MERCADO POR DESCUBRIR

El mercado chino se caracteriza por algunas particularidades, como, por ejemplo, las legislaciones que afectan a la publicidad de determinados productos, la falta de transparencia en la distribución de las revistas y la fuerte preponderancia de la televisión en la inversión publicitaria.

Con una media de 1,4 nacimientos por mujer, China prevé registrar una media de 17 millones de nacimientos al año en la presente década. Basta con comparar esta cifra con el medio millón de nacimientos de españoles o italianos para hacerse una idea sobre su potencial. Durante las tres últimas décadas, la natalidad en el país asiático ha estado firmemente regida por la controvertida "ley del hijo único", una norma instaurada para paliar la explosión demográfica en un estado que pasaba por continuas crisis alimentarias. En consecuencia, aunque todavía se consumen pocos productos de puericultura, ya se detecta un creciente interés de las madres chinas por los artículos farmacéuticos para gestantes, así como por todos los productos de equipamiento para el bebé.

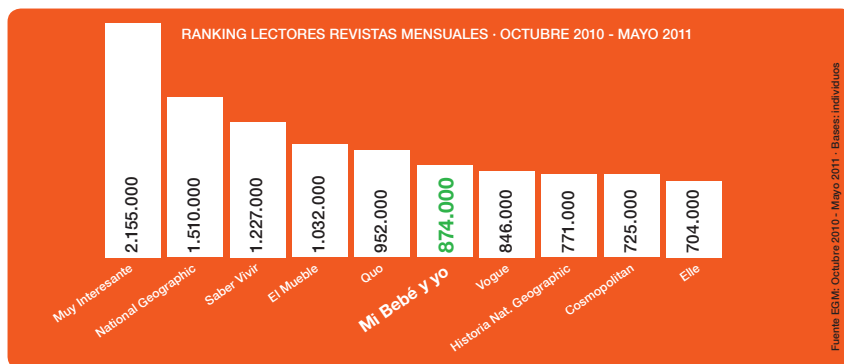
A pesar de las diferencias en la legislación y en las cifras entre los diferentes países en los que opera Sfera, las preocupaciones de las madres, especialmente de las primerizas, son las mismas en todos ellos.

MI BEBÉ Y YO SIGUE SIENDO LA 6ª REVISTA MÁS LEÍDA DE NUESTRO PAÍS



Según reflejan los últimos datos publicados por el Estudio General de Medios, *Mi bebé y yo* ha registrado un total de 874.000 lectores. A pesar de ser una revista muy especializada y dirigida exclusivamente a las mujeres embarazadas y a familias con hijos pequeños,

Mi bebé y yo es la sexta revista más leída de nuestro país. Las revistas que encabezan el ranking de lectura son *Muy Interesante*, con 2.155.000 lectores, *National Geographic*, con 1.510.000, y *Saber Vivir*, con 1.227.000. En los segmentos clave "Madres con bebés de 0-2 años" y "de 0-4 años", *Mi bebé y yo* iguala la suma de *Ser Padres*, *Tu Bebé*, *Crecer Feliz* y *Guía del Niño*, como resultado de un espectacular incremento.



“SOMOS UN DOS POR UNO”

Están juntos desde los 17 años y han sido pareja dentro y fuera del trabajo. Estudiaron enfermería y juntos decidieron hacer también la especialidad de matrona. Pepa Espinaco Garrido y Román Oliver trabajan en el Centro de Salud Pino Montano y en el Centro de Salud San Pablo de Sevilla, respectivamente. Comparten casa, hijos y una profesión.



Se conocieron en el barrio y empezaron a salir dos años antes de convertirse en enfermeros. Estudiaron juntos la diplomatura, se sacaron los exámenes y decidieron su futuro. Román se fue a la mili y Pepa aprobó psiquiatría. Al volver, se casaron, se fueron a vivir juntos y decidieron hacer la especialidad de matrona. ¿El motivo? La autonomía de las matronas en referencia a las enfermeras de planta y la alegría de trabajar con los nacimientos, con la vida.

No fue tan fácil para Román. Tuvo que esperar a que la aprobación de la Constitución permitiera a los hombres realizar la especialidad. “Fui la primera promoción de hombres matrona”, afirma. Y es que Román ha vivido siempre en un mundo al revés. “Trabajo en una profesión de mujeres y, aunque ellas se quejan de machismo, cuando tienen el poder, reproducen el mismo patrón de conducta”, bromea. “La verdad es que siempre he estado muy a gusto con mis compañeras. El único problema es que las madres tienden a confundirme con el doctor y tengo que corregirlas: “Soy la matrona, señora, no el Doctor”.

PEPA: “DEPENDÍAMOS ENTERAMENTE DE LA FAMILIA”

Con la llegada de su primer hijo, Isaac (1979), y del segundo, Pablo (1982), los problemas se acrecentaron. Pepa y Román tuvieron que buscar la manera de compaginar los horarios y las guardias con el cuidado de los niños. “En ese momento, no teníamos las ayudas que hay ahora. Las guarderías eran carísimas y dependíamos completamente de la familia”, se queja Pepa. Para conseguirlo, tuvieron que hacer verdaderas peripecias. “Combinar las guardias, los horarios y las vacaciones para poder cuidar a los pequeños y poder estar juntos no fue siempre fácil”, explica Román. Con la llegada del tercer hijo, Andrés (1983), ambos se trasladan al Hospital Virgen de Valme de Sevilla. “Tuve que obtener la plaza de enfermero de urgencias para poder combinar los horarios. En aquel momento, las guardias de 16 y 24 horas nos permitían conciliar la vida laboral y familiar con los turnos de mañana, tarde y noche de Pepa”.

ROMÁN: “SIEMPRE NOS HEMOS AYUDADO MUTUAMENTE”

Cuando los chicos fueron más mayores, Pepa y Román pudieron iniciar otros proyectos. Ambos fueron profesores de la Unidad Docente de Sevilla durante diez años y Pepa también fue Coordinadora de Matronas de Primaria y Vocal del Colegio de Matronas. “Hace 20 años que estamos en primaria y estamos encantados”, afirman los dos. “Ya no estamos preparados para los trotes del hospital, para las guardias nocturnas...” Desde entonces, han rotado por diferentes centros de salud e, incluso, han coincidido en algunos, como en el Centro de Salud San Pablo de Sevilla, donde Román trabaja actualmente. “Aún no sé cómo las



Pepa Espinaco y Román Oliver rodeados de los cuadros que han pintado ellos mismos y dos de sus hijos

mujeres se enteraban de que éramos marido y mujer, pero lo sabían todas”, afirma Román. “A mí me atendió un hombre buenísimo con barba”, me decían algunas. “¡Claro!, les contestaba yo. “Es mi marido y yo le he enseñado todo lo que sabe”, ríe Pepa.

En 1998, nació la última hija, Tania, y la única que aún sigue viviendo con ellos. Ahora, pueden volver a hacer coincidir los turnos, estar más tiempo juntos, y compartir actividades y aficiones, como la pintura.

Vivir juntos también les ha facilitado la realización de diferentes trabajos de investigación. Ganaron, entre otros, el Primer Premio del XIII Certamen Nacional de Enfermería “Ciudad de Sevilla”, con el trabajo titulado: *El personal de Enfermería como educador en la Sexualidad. Experiencia de cinco años en Centros Docentes de Primaria y Secundaria*. “Quién coge a uno de nosotros, coge a ambos, pues nos ayudamos mutuamente en la mayoría de los temas, sean de lo que sean”, explica Pepa. Román lo confirma: “Cada uno hace lo que mejor se le da; así agilizamos mucho el trabajo”.



NUEVO



No-Touch

Dispensador automático de jabón
Antiséptico para piel sana

¡El revolucionario sistema
que facilita tu lavado de manos!

Lavarse las manos con Dettol
ayuda a prevenir la
propagación de bacterias

Elimina el 99,9% de las bacterias
recogidas en las normas EN 1276
y EN 1499.



Misión para la salud

Utilice los biocidas de forma segura. Lea siempre la etiqueta y la información sobre el producto antes de usarlo.

La tetina anatómica de **NUK**

Desde hace más de medio siglo, NUK ha ayudado a millones de madres en todo el mundo en la labor de alimentar a sus bebés. Actualmente, madres de más de 100 países confían en la experiencia de la marca. Diseñada en 1956, su forma imita el pezón de la madre y simula la mecánica de la lactancia materna. El concepto de la tetina NUK se basó en estudios realizados por un pediatra y un ortodoncista alemán, que demostraron que la forma anatómica estimulaba el desarrollo sano y natural de la mandíbula y del paladar del bebé. Al imitar la mecánica de la lactancia materna, reduce el riesgo de confusión o rechazo del pecho. Según un estudio de equivalencia publicado en la revista *BMC Pediatrics* en 2010, y por el cual se analizó la mecánica de succión y de extracción de la leche con tres tipos de lactancia (materna, mixta y exclusiva con biberón), los bebés alimentados con la tetina Nuk First Choice tenían un patrón fisiológico muy similar al de la lactancia materna.

+info: www.nuk.com.es

Desinfectantes DETTOL Sin bacterias al momento y en cualquier lugar

Los desinfectantes Dettol eliminan el 99,9% de las bacterias y de los virus recogidos en las normas EN 1276, EN 1500 y EN 14476, y ayudan a su prevención. Su gama, compuesta por el gel y el jabón de manos y el *spray* para superficies, se complementa para asegurar la limpieza de tus manos y de tu hogar. DETTOL Higienizante Gel de Manos es perfecto para la desinfección fuera de casa gracias a que no requiere agua; y DETTOL Jabón de Manos Antibacteriano incluye agentes hidratantes para dejar tus manos suaves. Ambos productos están testados dermatológicamente. DETTOL Spray Desinfectante de Superficies se puede usar en todas las superficies no porosas del hogar.

+info: www.dettol.es



Club del Libro Disney El libro de la taquillera película "Enredados", próximamente a la venta



Las ofertas del Club del Libro Disney incluyen las últimas novedades de las películas de Disney, como viene siendo habitual en ellos. Para este segundo semestre de 2011, el Club cuenta con un nuevo título, *Enredados*, una película que trata sobre la huida de la princesa Rapunzel de la torre en la que fue encerrada gracias a la ayuda de un bandido encantador.



+info: www.salvatinfantil.com

Vertbaudet, líder en moda y decoración infantil Colección otoño-invierno

Las culturas del este de Europa, Canadá y su naturaleza y los estampados geométricos están muy presentes en las nuevas tendencias de la colección de otoño-invierno del líder europeo en moda y decoración infantil. Vertbaudet está avalado por una experiencia de más de 40 años y un profundo conocimiento de las necesidades de los niños de entre 0 y 14 años, que le permite diseñar soluciones como cinturas ajustables o refuerzos en rodillas en todas sus prendas, o primar la seguridad en su colección de decoración. En resumen, una colección imaginativa y de calidad, adaptada a las necesidades de los más pequeños.

+info: www.vertbaudet.es



Supranettes™ Toallitas para la higiene ocular

Las toallitas Supranettes™ están especialmente pensadas para la higiene de los sensibles ojos de los bebés. Desechables y estériles, las toallitas evitan el contacto con sustancias contaminantes, al tiempo que producen una agradable sensación de frescor y confort. Además, poseen un efecto higiénico y calmante gracias a sus componentes naturales: agua de Hamamelis y extracto de Caléndula.

+info: www.supranettes.com



Complet Care de Olay Crema solar recomendada internacionalmente

La Fundación Contra el Cáncer de la Piel ha recomendado la gama Complete Care de protección solar de Olay por su efectiva protección ultravioleta contra los efectos perjudiciales de las radiaciones UVA y UVB. La Fundación es la única organización internacional dedicada al cáncer de piel, el más frecuente del mundo, y recomienda el uso diario de filtros solares para su prevención.

+info: www.olay.es



Recetas mediterráneas Hero Baby Cinco menús y tres recetas de frutas con lo más sano de la cocina mediterránea

Hero Baby se ha inspirado en la Dieta Mediterránea, reconocida como Patrimonio Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO, para desarrollar una nueva propuesta nutricional que ayude a los bebés a tener una alimentación variada, sana y muy equilibrada. La gama se compone de ocho sabrosas recetas, que incluyen frutas, verduras, legumbres, carne o pescado, y que siguen los principios de la Dieta Mediterránea. Los menús están avalados por el Instituto de Nutrición Hero Baby y son ideales para bebés a partir de los seis meses, excepto el "Postre de 7 Frutas", a partir de cuatro meses, y la "Cazuelita de Merluza a la marinera" y el "Potaje de espinacas", a partir de los ocho meses.

+info: www.herobaby.com



All-Bran de Kellogg's Cereales y fibra, aliados para el bienestar de las mujeres

Los cereales All-Bran contienen el 44% de la cantidad diaria recomendada de fibra y son ideales para eliminar lo que el cuerpo no necesita. La gama está formada por seis variedades que se adaptan a todos los gustos. Y, para embarazadas con antojo de chocolate, está disponible All-Bran Choco, almohadillas de trigo rico en fibra y rellenas de delicioso chocolate.

+info: www.kelloggs.es



ERYPLAST antiirritaciones Pasta al agua transpirable para la protección del culito del bebé y el cuidado de las irritaciones del pañal

La pasta al agua de ERYPLAST calma y protege las posibles irritaciones de la delicada piel de los bebés. Formulada con glicerina y D-Pantenol, ayuda a regenerar la piel del sensible culito del pequeño. Además, permite una mejor transpiración de la piel que las cremas antiirritaciones. Sin perfume, hipoalergénica y no grasa, se limpia fácilmente con agua.

+info: www.lutsine.com



Babykini de Dodot Un bañador desechable contra escapes... ¡Y practica la matronatación!

Este verano, los padres estarán más tranquilos que nunca. Con el Babykini de Dodot, se evitarán los "escapes inesperados" que puedan producirse tanto en la playa como en la piscina. El bañador se sube y se baja como una braguita para facilitar su reemplazo y el doble elástico de la entrepierna evita los posibles escapes. Además, con Babykini, los padres podrán practicar la matronatación, una actividad de estimulación acuática recomendada para favorecer el desarrollo físico, psicológico y social del bebé mientras juega en el agua. ¡Descárgate los ejercicios en la página web <http://www.dodot.es/matronatacion/>!

+info: www.dodot.com



Puleva Leche Fresca La leche de toda la vida, con el sabor más auténtico

Leche Fresca es la nueva propuesta de Puleva para todos aquellos que quieren volver a disfrutar de la leche de toda la vida, natural, de máxima calidad y con todas sus propiedades nutritivas, sin ningún aditivo ni conservante. Su elaboración comienza en las granjas y termina con un tratamiento de pasteurización suave para destruir los microorganismos patógenos, un proceso que garantiza la conservación del sabor y de sus propiedades.

+info: www.puleva.es



Solán de Cabras "On the go" Nuevo envase para transportar

Una buena hidratación es vital para el organismo, sobre todo con el buen tiempo y las altas temperaturas del verano. Solán de Cabras, agua oficial de la Asociación Española de Dietistas y Nutricionistas (AEDN), ha apostado por un nuevo formato de 750 ml para todas aquellas personas a las que el envase de 500 ml se les queda pequeño, y el de litro y medio es demasiado incómodo de transportar.

+info: www.solandecabras.es



“DEBE HABER UNA MATRONA EN TODOS LOS FOROS DE DECISIÓN QUE AFECTEN A LA SALUD DE LA MUJER”

M^a Ángeles Fernández, Presidenta de la Asociación Andaluza de Matronas (AAM).

EL PERFIL DE...

Nombre: M^a Ángeles Fernández Martínez.

Lugar y fecha de nacimiento: 25 de julio de 1958 en Sevilla.

Formación: Especialidad de matrona y experta en salud sexual y reproductiva. Ha realizado cursos de adaptación pedagógica y la especialidad de neurología y pediatría.

Cargo/Centro: Matrona del Centro Hospitalario de Valme, Sevilla.

Estado civil: Casada. **Hijos:** 3 hijos.

Aficiones: Leer y nadar. Cuando tiene tiempo siempre hace natación: en invierno unas tres veces a la semana y en verano intenta ir todos los días.



M^a Ángeles Fernández es matrona en el Centro Hospitalario de Valme (Sevilla) y coordinadora de la Unidad Docente de Matronas de la ciudad. Entró a formar parte de la AAM como secretaria y, desde hace cinco años, es su presidenta. Imparte talleres a los residentes y es secretaria de la Federación de Asociaciones de Matronas de España (FAME).

Durante tu presidencia en la AAM, ¿qué actividades habéis priorizado?

Trabajamos mucho la formación de las matronas, buscando aquellos temas que más les interesan en cada momento de su desarrollo profesional. Además, estamos en continuo contacto con la Administración, como órgano consultivo.

¿Cuáles son vuestros objetivos para los próximos tres años?

Queremos dar el paso hacia el modelo de Unidad Docente Multiprofesional (UDM) de la mejor manera posible, sin que la formación se vea mermada. Además, me gustaría asegurar que todas las mujeres andaluzas cuenten con un número adecuado de matronas en todas las provincias de la región.

¿En qué consiste este paso?

A raíz del decreto formativo del MIR, no se va a acreditar a ninguna unidad docente que no sea multiprofesional. Esto quiere decir que matronas y ginecólogos formarán una misma unidad, en la que se mezclarán los conocimientos de una rama y otra. Está previsto que la medida se ponga en práctica a lo largo de este año, y creo que nos daría mucha más fuerza y unidad si, en todos los centros, la formación teórica se hiciera de la misma manera.

En Sevilla, hay una unidad formativa de matronas. ¿También existe en el resto de provincias?

Hasta hace dos años, sólo había en Granada, Málaga y Sevilla, pero, a raíz de las gestiones con la Consejería de Salud, conseguimos que se hicieran unidades docentes en Almería, Cádiz, y una conjunta para Córdoba y Jaén.

¿Cómo ves la situación actual del colectivo?

Creo que nos encontramos en una situación complicada. La profesión de matrona lleva toda la vida existiendo, pero, aun así, al sistema sanitario le cuesta tenerla en cuenta. Por esto, nuestro reto es que se reconozcan nuestras competencias y que se ponga a las matronas en los sitios en los que deben estar para poder atender a la población.

¿Cuáles son estos sitios?

Allí donde se tomen decisiones que afecten a la mujer y a su salud sexual y reproductiva.

¿Crees que el perfil de las matronas andaluzas es parecido al del resto de España?

Yo creo que sí, aunque la verdad es que cada vez hay más gente joven. Hace un tiempo, hicimos un estudio para ver cómo sería el perfil de la matrona dentro de diez años y el resultado fue catastrófico, con una media de edad de 50 años. Ahora, la situación es más esperanzadora porque está entrando mucha gente joven.

¿Que crees que necesita el sector?

Que las nuevas generaciones se impliquen más en la defensa de sus derechos. Queremos muchas cosas, pero ¿estamos haciendo algo para cambiar la situación? Y que las matronas veteranas nos decidamos a pasar el relevo, que, a veces, también cuesta.

Has realizado también trabajos de investigación.

¿Alguna en el que colabores actualmente?

Sí, colaboro en un estudio multicéntrico sobre la violencia de género en el embarazo y el parto. La investigadora principal es Casilda Velasco, antigua presidenta de la AEM. Hemos podido comprobar que la violencia doméstica se acrecienta durante la etapa del embarazo porque el hombre siente que pierde el poder frente a su pareja. Hay muchas mujeres que llegan al paritorio con signos de haber sido maltratadas. Estamos sensibilizando a los profesionales para la detección y actuación en estos casos. El tema me preocupa. Por ello, también pertenezco a la Red Andaluza de Formación para el Maltrato de la Mujer de la Consejería de Salud (RedFormma).

¿Qué es la RedFormma?

Es una plataforma creada por la Escuela Andaluza de Salud Pública de la Consejería de Salud para poner en marcha el plan formativo de los profesionales de salud contra la violencia de género. Está formada por un grupo multidisciplinar de médicos de familia, psicólogos, trabajadores sociales, enfermeras y una matrona. Una red sanitaria en la que, de momento, hemos desarrollado tres programas: sensibilización, formación sobre violencia

de género y formación para formadores.

Haces asistencia, das formación, coordinas la unidad docente, formas parte de la RedFormma y presides la AAM...

Y soy secretaria de la FAME.

¿Cómo lo haces?

[Ríe] Debo separar las distintas cosas y concentrarme en una sola cada momento para poder llegar a todo.

¿Dónde disfrutas más?

Siempre he dicho que soy rata de hospital: la asistencia es lo mío.

M^a ÁNGELES EN TITULARES

Una palabra que te defina

Valentía.

Un libro

El Clan del Oso Cavernario, de Jean M^a Auel. Para mí, es el inicio del maltrato a la mujer.

Una canción

Resistiré, del Dúo Dinámico.

Un viaje

Un safari fotográfico en Kenia.

Tu mayor ilusión

Oír en las noticias que han terminado las guerras y se ha acabado el hambre en el mundo.

Tu mejor experiencia como matrona

Me hizo mucha ilusión que una mujer me reconociera durante el parto de su hija, 16 años después de que atendiera el suyo.

Un sueño que te quede por cumplir

Irme a vivir a la playa.

Una petición para tu casa

Más tiempo para estar con los míos y disfrutar de mis hijos.

