

LA CELEBRACIÓN DE LA VIDA

Laura Fernández Mediavilla

lfmvp@hotmail.com; tño.: 637043647

El hilo continuo de este relato viene a conmemorar el acontecimiento que trajo un ser al mundo, a mi hijo, Carlos, y por medio de este foro quiero celebrar con vosotros su nacimiento.

Con el fin de ayudar a combatir el vacío personal, que actualmente experimentan muchas madres al tener que cargar solas con el cuidado de sus hijos, el contenido del presente relato está centrado principalmente en el parto y la crianza de mi hijo, sin olvidar la sensación de pérdida irrecuperable que acechó al nacimiento de mi primera hija, Alba, con un parto hospitalario medicalizado y mecánico, y una crianza continuamente criticada, juzgada y sentenciada por la sociedad en general, que no entiende que el crecimiento y el desarrollo de los hijos pueda llevarse a cabo de forma libre y gozosa.

Recuerdo que ya desde el momento de mi segundo embarazo comencé a cambiar muchas cosas con la crianza de mi hija, y sentí la necesidad de coleccionar con ella cuando nunca antes había experimentado esa sensación natural de contacto físico y emocional, por lo que de alguna manera pienso que el nacimiento de mi hija ha tenido un efecto sanador sobre el parto y la crianza de mi hijo.

Mi hijo vino al mundo en un parto natural y respetado, y desde el momento en que rompí aguas hasta el alumbramiento, yo y las personas que me acompañaron vivimos todo el proceso como una celebración, dejando actuar en todo momento al sentido común y a la experiencia, que de forma sabia e innata, hemos adquirido las mujeres con el paso del tiempo.

En el período de dilatación no hubo espacio para el estrés sino para la tranquilidad y el sosiego, procurando las personas que estaban conmigo, que viviera la experiencia de forma completamente consciente y libre. De esta manera, la técnica de relajación del mindfulness me fue de gran utilidad para centrar mi atención en el dolor de cada contracción, como parte integrante de todo el proceso que desencadenaría la conexión íntegra con ese ser maravilloso que estaba a punto de nacer.

A medida que iba aumentando el dolor de cada contracción recuerdo sentirme protegida en todo momento por las personas que me acompañaban, y en ese ambiente relajado y seguro, la sensación de evadirme hacia otro estado se iba apoderando cada vez más de mi cuerpo hasta el punto de llegar a confiar plenamente en el poder de dar a luz por mí misma, sin tener que ceder mi cuerpo a ninguna intervención médica.

Inmediatamente, tras dar a luz experimenté una sensación tan explosiva de las hormonas del amor, que hasta el día de hoy, no dejo pasar ni un segundo sin perder la posibilidad de coger a mi hijo en brazos, de amamantarlo, y de cuidarlo con la máxima entrega posible pero al mismo tiempo no puedo olvidar la tristeza y la impotencia que se adueñaron de mi pensamiento cuando mi hija acudió al hospital a conocer a su hermano porque cuando ella nació no pude empoderarme en el momento de dar a luz ni sentir que la oxitocina cumpliera plenamente su función de enamoramiento. Por ello, tengo el convencimiento pleno de que el parto medicalizado y traumático de mi hija facilitó que el estrés, la ansiedad y el insomnio afectaran a su lactancia y crianza.

Por medio de la divulgación de esta comunicación, me gustaría formar parte de esa red de mujeres que constituyen Jaca, luchando cada día porque en un futuro sus hijos e hijas puedan tener conocimientos sobre la maternidad, la paternidad y la vida más amplios y mejor fundamentados que los que yo tuve.

Finalmente, quisiera aprovechar la redacción de esta comunicación para agradecer a José Ignacio Matute (Nacho) y a Cristina el trato humano, seguro y protector que me brindaron acompañando todo el proceso de manera involuntaria y libre, a Ibone y a Yurema por haber sanado la herida de pérdida irrecuperable que acechó al nacimiento de mi primera hija, a mi marido por su infinita paciencia y total entrega las 24 horas del día, a mis hijos por la gran cantidad de cosas que me enseñan cada día sobre mí misma, y a mi madre por sus cuidados en mis dos embarazos.

Laura Fernández Mediavilla