

APRENDER A SER MAMÁ: conciliar la familia y el trabajo la asignatura más difícil de la vida

Ser madre. Una gran aventura que te regalará grandes alegrías y satisfacciones, pero que también muchas responsabilidades y en la que te tocará batallar con la anhelada conciliación familiar y laboral

¿Cuándo empezaré a sentir que soy madre? ¿Seré una buena mamá? ¿Y si la maternidad no es como yo me imaginaba? ¿Cómo sabré que estoy educando correctamente a mi hijo?... Estas son algunas de las dudas que asaltan a las mujeres no solo durante el embarazo, sino también ya con el pequeño entre los brazos.

Inquietudes y temores naturales que las futuras madres resuelven, como viene siendo costumbre, preguntando a su tribu más próxima. Es decir, tirando de madres, tías, vecinas e incluso abuelas para que les expliquen en qué consiste eso de traer un hijo al mundo. Lo que parece claro es que como esto de convertirse en madre no se logra de un día para otro, sino que más bien es una carrera de fondo y como hasta el momento ninguna universidad ha puesto en marcha un máster acerca del oficio de ser madre; las psicólogas perinatales Natalia Valverde y Sabina del Río, han intentado arrojar un poco de luz al asunto en su libro Embarazo y Crianza. Ante todo mucha Calma (Esfera de los Libros). "Sentirse madre es un fenómeno complejo que no se produce de repente, sino que se construye a lo largo del tiempo.

Los meses de embarazo son cruciales como preparación para esa nueva identidad. Y los cambios físicos durante la gestación ayudan también a comprender y asumir que te vas a convertir en madre, que ya nunca serás la misma y a irte preparando para la nueva vida que te espera junto con tu niño", aseguran las autoras de este libro. Además, hay otro aspecto a tener en cuenta y es que cada mujer vive de manera diferente el momento en que se sintió madre por primera vez.

Algunas dicen que fue cuando vieron a su bebé en la primera ecografía, otras cuando sintieron sus pataditas, las hay también que confiesan que cuando le tuvieron entre sus brazos, incluso hay mujeres que se reconocieron de verdad como madres la primera vez que dieron el pecho a su bebé.

EL OFICIO MÁS DIFÍCIL

Manuela Moreno, que ha trabajado como matrona dando cursos de preparación al pre y posparto y ha asistido en el paritorio durante más de cuarenta años en el Hospital Universitario La Paz en Madrid, entre otros, y que hoy ya está jubilada, considera que “las mujeres actuales a la hora de afrontar la asignatura vital de convertirse en madres, están perdiendo de vista dos herramientas fundamentales como son el sentido común que siempre nos acompaña, aunque en ocasiones parezca que está adormecido, y el instinto maternal. Durante los últimos años que ejercí como matrona me di cuenta de que las mujeres acuden a parir más preparadas, cuentan con mucha información: libros, revistas especializadas y por supuesto todo lo que les cuenta el Dr. Google (las consultas por internet). Sin embargo, cuando ya tienen a su bebé en casa muchas se bloquean, porque no saben cómo reaccionar cuando lloran o no se agarra bien al pecho. Recuerdo que siempre les insistía en que las madres de hace cincuenta años no disponían de tanta información y sacaban a sus pequeños adelante con sentido común y observando a los niños. Y cuando el pequeño tiene fiebre o no coge peso, lo mejor es una visita al pediatra”.

Pero si hay algo en lo que todas las mujeres coinciden es que ser madre es el oficio más difícil que existe.

Una afirmación con la que está de acuerdo la maestra infantil Paloma Santos, mamá de tres niños: Rodrigo, Daniela e Iris. “Estando embarazada del primero, mis amigas me decían que mi vida iba a dar un giro de ciento ochenta grados y que ya no habría vuelta atrás y que me faltarían horas al día. Yo que soy muy echada para adelante, pensaba ¡qué exageradas! Porque creía que educar a los hijos iba a ser complicado, pero la verdad no tanto. Ser mamá es muy satisfactorio y muy bonito, porque el vínculo afectivo con los niños no se compara con nada y ver cómo van cambiando es muy

enriquecedor; pero también están esos momentos tan ingratos como cuando tienes que lidiar a diario para que hagan los deberes, recojan su habitación o se coman las lentejas. Y lo peor es que siempre te queda la duda acerca de si lo estaré haciendo bien con los niños o podría hacerlo mejor. Menudo dilema”.

SOY UNA MALA MADRE

“Detrás de toda mala madre hay un buen padre que cocina mal, pero lo intenta. Que no combina los colores y es sordo como una tapia por las noches. Detrás de toda mala madre hay una sociedad que te mira de reojo porque no cumples las normas, tienes metas en la vida y planes en los que no entra tu hijo. Y es que no soy una superwoman ni quiero serlo”.

Este uno de los manifiestos del club de las malas madres (www.clubdelasmalasmadres.com) una plataforma desde la que se reivindica la conciliación real de la vida personal y profesional. Su fundadora, Laura Baena, madre de dos niñas y creativa de publicidad, que comenzó esta aventura como un desahogo personal hace cuatro años y hoy cuenta con su propio libro “Soy buena mala madre”, nos cuenta cómo le ha cambiado la vida la creación de este club tan especial: “Ser mala madre me ha cambiado mucho la vida. Sentía que no podía conciliar, que la conciliación era un cuento chino...”

Al crear este club, me he dado cuenta de que muchas mujeres se sentían como yo y hemos podido dar el paso de visibilizar este problema social. Además, reconocermé mala madre me ha hecho mejor madre por quitarme la presión y poder disfrutar de la maternidad con mayor normalidad”.

Y exactamente, ¿en qué consiste ser una mala madre? Es una mujer que reivindica su lugar al margen de ser madre, que desmitifica la maternidad con mucho sentido del humor y que rompe con las normas y los cánones establecidos. “Yo soy madre, pero no quiero perder mi identidad como mujer. Además, cuando tú estás bien se lo transmites a tus hijos. De ese sentimiento de buscar nuestro espacio, ya sea para leer, para salir con tus amigas o para tomarte un gintonic, nace el concepto de malamadrear”, explica Laura Baena.

VIVIR SIN TIEMPO LIBRE

En la actualidad, solo 54 minutos. Es el tiempo libre que tienen las madres profesionales al día, según la encuesta #concilia13f que realizó el club de las malas madres el pasado año. Pero hay más datos sorprendentes. El 80 por ciento de las malas madres manifiestan que no pueden conciliar, y el 57 por ciento han vivido experiencias negativas en el trabajo derivadas de su maternidad, como que te releguen de puesto o de funciones. “Somos penalizadas laboralmente por ser madres. Esto no lo dice solo la encuesta, sino la propia brecha salarial: hay una diferencia de un 5 por ciento de cuando eres madre a cuando no lo eres”, señala Laura Baena. “Los tiempos han cambiado y las mujeres no queremos renunciar a nuestra faceta profesional, ni dejar de ser mujeres con nuestras inquietudes por el hecho de ser madres.

Somos mujeres que asumimos que somos imperfectas y que nos sacudimos la capa de superwoman sin miedo a que la sociedad nos señale o nos mire de reojo, circunstancia que no sucedía en generaciones anteriores. Y aparte de reivindicar nuestro lugar, luchamos por una igualdad de oportunidades real, por la conciliación y por romper los estereotipos establecidos”, concluye Laura Baena.

ESCUELA DE PADRES

Y, en cuanto a la salud de los niños, ¿cuáles son las mayores preocupaciones de madres y padres? El doctor Antonio Redondo, pediatra del Hospital Vithas Medimar Internacional en Alicante, que desde hace tres años organiza el taller Sábados Pediátricos en este centro, nos lo explica: “en nuestro taller abordamos cuestiones concretas que preocupan a los padres. Hemos tocado desde cómo abordar el tema de los celos cuando viene un hermano, cómo reaccionar cuando el pequeño sufre una convulsión o cómo contar a los niños que papá y mamá se separan. Una vez expuesto el tema, los padres nos lanzan sus dudas y preguntas y además es frecuente que ellos mismos compartan e intercambian sus experiencias personales. Son sesiones que cuentan con una gran afluencia de público y son muy enriquecedoras, porque aprenden ellos, pero también nosotros”.

Y ¿cuáles son los retos de los padres del siglo XXI? El doctor Redondo lo tiene claro: “Las mujeres deben aprender a delegar en los maridos y abuelos, porque uno de los retos fundamentales de la familia actual es que cada miembro disponga de su tiempo, de su espacio para disfrutar. En la consulta veo con demasiada frecuencia a madres

desbordadas por el trabajo, los niños, la casa...

En la actualidad existe una gran carencia de vitamina T, de tiempo. Y esta vitamina que añoran las madres, los padres y hasta los niños no se compra en la farmacia. Se adquiere a través de ver juntos una película, salir juntos de excursión o sencillamente jugar un rato con nuestros hijos. Si todos tuviéramos un poco más de vitamina T, de afecto, cariño y compañía nos sentiríamos mejor y seríamos más felices". Ya nadie duda de que ser mujer trabajadora y madre es una gratificante, pero complicada tarea. Llevar al día el trabajo, lidiar con los niños, a la que vez que preparas unas lentejas y pones una lavadora es el día a día de miles de mujeres. ¡Uf! Resoplar, tomar aliento para seguir adelante. Así se sienten muchas mujeres que ni quieren ser superwoman, ni se creen el cuento chino de que se puede conciliar la vida laboral y familiar en nuestra sociedad. Solo algunas privilegiadas pueden hacerlo, pero a la mayoría de las madres le siguen faltando horas en el día para llevar la casa, cuidar de los hijos y reservarse un tiempo para ellas mismas. Porque además de madres, son mujeres con inquietudes. Desde estas páginas, queremos brindar un bonito homenaje a todas las madres, porque ellas lo valen y sobre todo se lo merecen. ¡Felicidades mamás! ■

Virginia Madrid. Revista Mi Pediatra