

*“Para cambiar al mundo hay que cambiar la forma de nacer.”*

-Michael Odent

En un mundo donde se construyó un sistema de producción voraz que para sostenerse ha creado una forma de nacer, de educar e incluso de medicina... parir y nacer se ha vuelto para valientes.

Si las prácticas médicas no son suficientemente sensibles para atender y acompañar a las mujeres en el embarazo, el parto y el posparto, éstos pueden convertirse en un evento traumático con graves consecuencias en la vida de la mujer, del bebé y de la familia entera. Como respuesta a dicho evento traumático, el cuerpo reacciona con mecanismos de supervivencia, activados instintivamente para protegerse. Estas reacciones se manifiestan como depresión postparto, rechazo a la maternidad, picos muy agudos de ansiedad, paranoia, problemas para lactar, poca o nula conexión con su cuerpo, pensamientos recurrentes y obsesivos, revivir periódicamente el parto con pesadillas, flashbacks y alteraciones en el ánimo, por mencionar algunos. A estas secuelas psicológicas se les llama estrés post-traumático, y al fenómeno causal se le identifica como “violencia ginecobstétrica”.

Como profesional en la materia, es doloroso en extremo ver que aún cuándo el embarazo y el parto son procesos sumamente sensibles y naturales, se les trate como un procedimiento médico más, en el que el ginecólogo es el experto y la mujer una ignorante.

Esto se evidencia en la forma en la que somos cuestionadas y tratadas en las consultas, en la rapidez de la atención, sin atender las dudas o la experiencia de la mujer embarazada, como si el embarazo fuera una enfermedad y no el proceso profundo y sublime en el que la mujer está gestando vida. Es indispensable sensibilizarnos a reconocer lo violento que es la falta de acceso al servicio de salud reproductiva, a los actos y palabras crueles o degradantes por parte del personal médico. En la atención ginecológica abundan las mentiras: con diagnósticos falsos y mentiras en los procedimientos, los *te vamos a hacer una cosa*, pero terminan haciendo otra. Respecto a la obstetricia, se abusa de la medicalización, se les obliga a parir acostadas o inmobilizadas. Es común practicar cesáreas o inducciones cuando estaban las condiciones para realizar un parto natural sin el consentimiento voluntario e informado de la mujer. Hay también una tendencia a obstaculizar y negar la posibilidad de cargar o amamantar al bebé inmediatamente después de nacer, y a no atender oportuna y eficazmente las emergencias obstétricas.

Estamos tan habituados e inmersos en este trato violento que ni siquiera lo notamos, y el enfoque deshumanizado de la bienvenida al mundo de una madre y su bebé lo hemos terminado normalizando.

Pero esto no es un fenómeno aislado, sin raíces. El contexto viene de un mundo donde el servicio de salud, es de los que tienen menos respeto y cuidado con sus proveedores y consultantes. Estamos hablando de un sistema médico que explota e insensibiliza a sus estudiantes, que los aleja de un cuidado propio, los desconecta del sentido de preservar la salud. La culpa no es únicamente del médico, él aprendió sin mucho espacio para cuestionar o sentir los efectos de su práctica sobre alguien más. Sin embargo, al no visibilizar o responsabilizarnos del impacto que tienen nuestras prácticas, seguimos perpetuando estas formas que lastiman, insensibilizan y repercuten en todos los ámbitos; y así seguimos participando en sostener esta red traumática y dañina en la que estamos inmersos todos como sociedad.

La otra parte de la responsabilidad recae en un sistema que no fomenta la conexión con nuestras sensaciones y emociones, que no alienta la calidad de vida. Para sobrevivir a ello hemos tenido que suprimir y separar partes de nosotros. Estamos tan alejados de nuestros ritmos y ciclos que perdemos el eje y criterio sobre nosotros mismos y lo que nos sucede.

Así, a la consulta llega una mujer con poco conocimiento de su cuerpo, de los procesos fisiológicos que le están sucediendo y cede su poder de decisión a la “autoridad” médica que se ha formado por años con una coraza de insensibilidad hacia sus pacientes.

Para mí, como terapeuta corporal, es evidente que la violencia o maltrato obstétrico hacen más grande la fractura entre el cuerpo y el alma, en el sistema nervioso de las mujeres, en su psique, en su autoestima y en la forma en la que se comporta; en cómo se siente con ella y su embarazo, en cómo conecta con su bebé, cómo concibe el nacimiento, cómo va dar a luz, y finalmente cómo se va a vincular con su hijo. En consecuencia, el bebé también llega al mundo con esta serie de referencias, y por ello estoy tan de acuerdo con Michael Odent, “hay que cambiar la forma en que nacemos y veremos surgir otro tipo de mundo”.

El presente texto es una invitación a tomar una mayor responsabilidad sobre nuestra historia y procesos, justo para evitar seguir siendo partícipes de tantas heridas y violencia. Y si ya nos pasó y fuimos víctimas de esto, hacernos cargo del dolor, de la herida, y del trauma. Esto nos abre un campo de posibilidades para irnos sensibilizando a nuestra historia y dejar de normalizar este círculo vicioso de violencia para reformar a la sociedad y vivir con mayor armonía.

Elsa Peralta Hernandez

Psicoterapia sensoriomotriz

Doula

Terapeuta craneo sacral y masajista