

La alimentación natural  
cada vez resulta **más**  
**atractiva**



**Sacaleches Comfort NUK First Choice**

De fácil manejo con una sola mano (totalmente manual), no precisa conexión eléctrica. Potencia de succión regulable individualmente. Sin goteo gracias a la válvula de reflujo especial. Suave ajuste al pecho gracias a su acolchado blando de silicona moldeada. Mecanismo de bombeo giratorio para una colocación óptima y un manejo cómodo. Estable y fácil de limpiar.



**Conchas Recoge-Leche NUK**

Para recoger la leche materna de forma limpia y fácil. Protector de diseño anatómico, con un suave acolchado de silicona moldeada y un práctico conducto para un fácil vertido.



**Conchas Ventiladas NUK**

Para una protección efectiva y un rápido alivio de los pezones irritados y sensibles. Protector de diseño anatómico, con un suave acolchado de silicona moldeada y orificios especiales para la ventilación.



**Pezoneras de Silicona NUK**

Fabricada con silicona moldeada extremadamente fina y blanda con un innovador diseño triangular. Para la máxima protección del pecho y comodidad durante el amamantamiento. Se suministran en un práctico estuche para su conservación en condiciones higiénicas.



**TESTADO y RECOMENDADO**  
por Expertos\*



**Pezoneras de Latex NUK**



**Discos Protectores Ultra Dry**



**Sacaleches Eléctrico NUK First Choice**



Boletín Informativo



**Asociación Castellano-Leonesa de Matronas (ASCALEMA)**

Miembro de la Federación de Asociaciones de Matronas Españolas (FAME)

nº 7 . Burgos . Diciembre 2005



*!Os deseamos Paz, Amor, Felicidad y Solidaridad en estas Fiestas y un Próspero Año 2006!*



*La vida solo se puede entender mirando hacia atrás pero solo se puede vivir mirando hacia delante*

Soren Kierkegaard

Al finalizar en año 2005, realizamos un breve recordatorio de nuestras actividades en ASCALEMA.

**SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA**



Maternidad Giorgione (1478-1510)

Un año más hemos participado activamente en la Semana Mundial de la Lactancia Materna colaborando con la campaña de apoyo y Protección de la Lactancia Materna de la Junta de Castilla y León y con la Asociación Madres de la Leche, creada en el 2005 en el "seno" de ASCALEMA

Actividades desarrolladas por matronas:

LEÓN: *Ernestina Chico, Nerea Martínez.*

VALLADOLID: *Sagrario Martín de María, Susana Arranz, Mayte Riojaes, Celia Gutiérrez Pasalodos.*

BURGOS: *Asunción Simón y Begoña Gil.*

**CURSO DE PREPARACIÓN SOFROLÓGICA A LA MATERNIDAD**

Se han desarrollado los módulos II y III del Curso Preparación Sofrológica a la Maternidad.

Han participado 36 Matronas de la Comunidad de Castilla y León y matronas de otras Comunidades como, Andalucía, Islas Baleares, Aragón y Galicia. Profesorado:

*J. Rubió Carné.* Doctor en Medicina y Cirugía. Psiquiatra.

*Gloria Sebastián Gracia.* Matrona, Fisioterapeuta.

*Mariano Espinosa.* Presidente de la Fundación Mundial de Sofrología.

Eponsorizado por las empresas: Nuk Formación, Carreras y Mi bebé y yo.



Remite: Asociación Castellano-Leonesa de Matronas. Casa de la Mujer. C/ Cabestreros, 2. 09003 Burgos

\*Por matronas y pediatras. El más utilizado en clínicas y hospitales. Estudio realizado por un instituto de investigación de mercado independiente.

## DIA INTERNACIONAL DE LA MATRONA



El **DÍA 12 DE MAYO**, La Asociación de Matronas de Castilla y León, ASCALEMA festejó, el DÍA INTERNACIONAL DE LA MATRONA, 5 de Mayo y DIA INTERNACIONAL DE LA FAMILIA, 15 de Mayo.

Entre los actos contamos con la presencia de:

**Natividad Cabello.** Presidenta de la Asociación para la Defensa de la Mujer La Rueda, que impartió el taller de: *Conciliación de la vida Familiar y Laboral.*

**Rosario González.** Abogada y miembro de la Asociación para la Defensa de la Mujer La Rueda. *Los Derechos de la Mujer en la Maternidad.*

**M<sup>a</sup> José Varona.** Presidenta de MADELE Asociación Madres de la Leche de Burgos. *Lactancia Materna e incorporación al trabajo.*

Desde la Asociación de matronas nos planteamos el objetivo de participar con las familias y colectivos de de la Comunidad, como consta en nuestros estatutos, y la mejor manera de atraer al grupo familiar era crear una cultura de participación integrando a todos los miembros de la familia. Como en años anteriores hemos organizado un servicio de guardería infantil para atender a los niños / as más mayores. Accesibilidad a las salas con el cochecito de bebés para los lactantes.



Las madres se sienten comprendidas y agradecen que la conferenciante se integre mientras ellas atienden a su prole.

## CURSO-TALLER DE MASAJE INFANTIL EN SORIA, PATROCINADO POR LA JUNTA DE CASTILLAY LEÓN Y RECONOCIDO DE INTERÉS SANITARIO

Inauguración con la presencia de Ana Isabel Antón Cacho, Directora de Enfermería Hospital Virgen del Mirón y del Hospital Santa Bárbara

Coordinadora **Purificación Pérez García**, Matrona de Soria Norte y vocal del Colegio de Enfermería.

Han prestado también su colaboración: **Aurora Lázaro Asensio**. Subdirectora Médica del Hospital Institucional Virgen del Mirón.

**Isabel Galán Andrés.** Presidenta del Colegio de Enfermería

**Belén González Crespo.** Secretaria de Dirección y Josefa Martín Bueno, Gobernanta.

Desde ASCALEMA, agradecemos a todas el buen desarrollo del curso; así como a las Matronas que han realizado el curso y los padres y bebés que han participado en los talleres.



## JORNADAS DEL 25 DE NOVIEMBRE. DÍA INTERNACIONAL CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO



La Asociación Castellano-Leonesa de matronas ha participado con los colectivos y asociaciones de mujeres y con el Consejo Sectorial de la Mujer del Ayuntamiento de Burgos y con las asociaciones de mujeres: La Rueda y "El Colectivo 8 de Marzo" para organizar la manifestación, en el cartel de la Manifestación del 25 del Noviembre y en el texto del manifiesto.

Se han desarrollado 2 subvenciones en Burgos, concedidas por la Concejalía de la Mujer y Concejalía de Acción Social del Ayuntamiento de Burgos

Preparación Maternal en el Agua y Masaje Infantil.

## GRUPOS DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA EN CASTILLA Y LEÓN

**Alimenta en Segovia.** Belén: 660299473. Mercedes: 653638521. Raquel: 921427449

**Crianza natural en La Bañeza (León).** Raquel: 987226792 o 676153042; Eva: 987642099. [hospital1963@jazfree.es](mailto:hospital1963@jazfree.es)

**La Liga de la Leche en Valladolid.** Selma: 983402306. Anabel: 983580264. [lactanciacyl@hotmail.com](mailto:lactanciacyl@hotmail.com)

**La Liga de la Leche (León).** Raquel: 658465483. [rbalbuenas@hotmail.com](mailto:rbalbuenas@hotmail.com)

**Lactancia en Positivo (Valladolid).** Esther: 679126600. Isabel: 696639765. [lactanciaenpositivo@hotmail.com](mailto:lactanciaenpositivo@hotmail.com)

**Madres de la Leche (Burgos).** M<sup>a</sup> José: 630169128. [marjova1@terra.es](mailto:marjova1@terra.es)

Los artículos y reportajes son colaboración cedida al Boletín y La Asociación Castellano-Leonesa de Matronas puede o no compartir las ideas que en ellos se expresan.

La responsabilidad de lo publicado corresponde a los autores.

**Edita:** Asociación Castellano - Leonesa de Matronas. Depósito Legal: BU-53-1999

[begogil@ascalema.org](mailto:begogil@ascalema.org)

Página Web: <http://www.ascalema.org>

**Diseño, maquetación y tratamiento de texto e imágenes:** Ignacio Pascual Gil ([ignacio@fincaelmanantial.net](mailto:ignacio@fincaelmanantial.net))

## ASOCIACIÓN CASTELLANO-LEONESA DE MATRONAS

<http://www.ascalema.org> [begogil@ascalema.org](mailto:begogil@ascalema.org)

Por favor rellene el impreso a máquina o con mayúsculas.

Nombre y Apellidos .....

Domicilio .....

Localidad ..... Provincia ..... C.P. ....

Teléfono ..... DNI ..... Fecha de nacimiento .....

Correo electrónico (E-mail) .....

Centro de trabajo .....

Dirección del Centro .....

Localidad ..... Provincia ..... C.P. ....

### ORDEN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA

Nombre y Apellidos .....

Banco/Caja .....

Dirección Banco/Caja .....

Localidad ..... Provincia ..... C.P. ....

Banco ..... Oficina ..... DC ..... N° Cuenta .....

*Sr. Director: Ruego atienda los recibos que enviarán para su cargo en mi cuenta a Asociación Castellano-Leonesa de Matronas, en concepto de cuota de socio/o, a partir del día de la fecha.*

**ENVÍA ESTA HOJA (O FOTOCOPIA) JUNTO CON 2 FOTOS TAMAÑO CARNET A:**

Fecha y firma

Asociación Castellano-Leonesa de Matronas

"CASA DE LA MUJER" C/ Cabestreros, 2 C - 09003 BURGOS

**Cuota Anual: 50 Euros**

**Cargo Semestral: 25 Euros** (Los cargos se realizarán por semestres)

## CURSOS QUE SE VAN A REALIZAR EN EL PRÓXIMO AÑO 2006

### CURSO TERAPIA CRÁNEO-SACRAL I PARA MATRONAS. VALLADOLID

Fechas Posibles de Celebración Del 30 de Marzo al 2 de Abril 2006

Duración del Curso: 30 Horas Lectivas Número de Alumnos Máximo -36 Alumnas.

Acreditación del curso por la Junta de Castilla y León en trámites. Coordinado por Sagrario Martín de María, interesadas ponerse en contacto con la Asociación

**ORGANIZADO POR LA ASOCIACIÓN CASTELLANO-LEONESA DE MATRONAS IMPARTIDO POR THE UPLEDGER INSTITUTE ESPAÑA**

### CURSO DEL SUELO PÉLVICO EN ZAMORA

Impartido por Gloria Sabastiá, organizado por Justicia Magariño matrona de ASCALEMA en Febrero del 2006 interesadas ponerse en contacto con la Asociación

### CURSO DE MONITORES/AS EN SEXUALIDAD

Coordinado por Ernestina Chico matrona de ASCALEMA, en León, impartido por la Escuela de Sexología de Madrid (SEXPOL), se ha comenzado en Noviembre serán 9 talleres finaliza en Junio-06. Hasta el 3º taller de Enero 2006 se admiten nuevas incorporaciones, interesadas ponerse en contacto con la Asociación

Estamos estudiando realizar un encuentro de matronas y presentación de la FAME en Valladolid o Salamanca queremos conocer vuestra aceptación y compromiso



### I CONGRESO NACIONAL DE LA ASOCIACIÓN DE MATRONAS DE LA REGIÓN DE MURCIA

#### LA MATRONA Y LA ATENCIÓN INTEGRAL A LA MUJER ANÁLISIS DE LA REALIDAD ACTUAL Y PROYECTOS DE FUTURO

19-20 de Mayo/2006.

PRESENTACIÓN DE LOS TRABAJOS GANADORES Y ENTREGA DEL PREMIO NUK 6ª EDICIÓN.

Web del congreso: [www.matronas-murcia.org](http://www.matronas-murcia.org)

Inscripción	Antes de 20/03/06	Después de 20/03/06
Matrona asociada A.M.R. Murcia o a la FAME	80 Euros	100 Euros
Matrona no asociada a A.M.R. Murcia o a la FAME	120 Euros	140 Euros
EIR Matrona	55 Euros	70 Euros

## Bases Premio Nuk

- Convocatoria**  
Se anuncia por parte de NUK Formación de Roche Diagnostics, S.L. y por parte de la FAME Federación de Asociaciones de Matronas de España, la convocatoria para la adjudicación del Premio NUK 2005-2006.  
PREMIO NUK MATRONAS al mejor trabajo científico y/o de investigación.  
PREMIO NUK MATRONAS RESIDENTES al mejor proyecto de investigación.  
Ambos realizados en España en relación con el campo profesional de la Matrona. La vigencia del presente certamen será de Marzo 2005 a Marzo 2006.
- Participantes**  
Podrán optar a dicho premio todas las Matronas españolas con título oficial vigente en el momento de la convocatoria, todas las Matronas residentes que estén realizando su formación como Matrona dentro del periodo de la convocatoria del Premio (Marzo '05 a Marzo '06).  
A efectos de oficialidad del premio se considerará, en cada trabajo, la primera firma como autor principal debiendo adjuntar fotocopia del título o respuesta del mismo. En el caso de las Matronas Residentes se adjuntará certificado de la Unidad Docente Titular que acredite su periodo de formación.
- Jurado**  
El Jurado está constituido por 7 miembros, todos ellos Matronas procedentes de distintos ámbitos profesionales que no podrán optar al presente Premio NUK 6ª edición.
- Normativa**  
Los trabajos y los proyectos deberán ser originales, no habiendo sido presentados, publicados o premiados con anterioridad, ni disponer de ningún tipo de letra o ayuda de firma comercial.  
Deberán presentarse en lengua castellana, y 1/2 espacio entre líneas con tamaño mínimo de letra 12 pt., en papel blanco DIN A4 y su extensión por todos los conceptos no superará las 30 páginas incluyendo tablas, figuras y bibliografía.  
En primera página constará únicamente el título del trabajo o del proyecto y el premio al que se dirige: PREMIO NUK MATRONAS o PREMIO NUK MATRONAS RESIDENTES.  
En segunda página deberá figurar el título del trabajo o proyecto y un resumen claramente identificado no superior a 300 palabras.  
En hoja aparte figurará:  
• Título del trabajo o del proyecto  
• Premio al que se concurre  
• Nombre de los autores  
• Profesión y cargo  
• Lugar de trabajo Institución o Unidad Docente Titular según proceda  
• Dirección para correspondencia y teléfono habitual de contacto.  
La fecha límite de presentación de los trabajos y de los proyectos que opten al Premio NUK 6ª edición será el 31 de Marzo de 2006 debiéndose emitir a:  
  
Roche Diagnostics, S.L.  
NUK Formación  
Av. Generalitas, s/n  
E-08190 Sant Cugat del Valles  
Barcelona
- Dotación y premios**  
Su dotación global será de 12.500 €  
Premio NUK Matronas 7.500 €  
Premio NUK Matronas Residentes:  
Autores Proyecto 2.500 €  
Unidad Docente Titular 2.500 € para equipamiento docente
- Fallo**  
Una vez cerrado el periodo de admisión el Jurado se reunirá en sesión plenaria de sus miembros para la lectura de los trabajos y de los proyectos en sesiones específicas.  
El fallo del Jurado será inapelable.  
En caso de quedar desierto el Premio NUK 6ª edición en alguna de sus modalidades la dotación económica se destinará para fines formativos vinculados con la profesión.  
NUK Formación hará público el fallo del Jurado y realizará la entrega de los premios antes del 30 de Junio de 2006.
- Acreditamiento**  
Los trabajos y los proyectos premiados quedarán en propiedad de NUK Formación quien podrá decidir su edición y/o publicación si lo estima conveniente. Los autores en cualquier caso necesitarán autorización previa para su publicación o presentación pública y siempre deberá hacerse constar claramente una mención al Premio NUK 6ª edición.  
La participación en esta convocatoria implica la total y absoluta aceptación de sus bases.  
Los autores premiados se comprometen, a requerimiento del Jurado y de NUK Formación, a presentar la documentación acreditativa que se estime oportuna. Asimismo deberán entregar CD con la versión completa del trabajo o del proyecto y otra versión en formato de artículo para su posible publicación en revista profesional.  
Título ello podrá ser exigido por NUK Formación antes de hacer efectivo la entrega de los premios.  
Los trabajos y los proyectos no premiados se devolverán a sus autores.  
  
NUK Formación  
Marzo 2005

## ASAMBLEA DE LA FAME BARCELONA 2005. 18 Y 19 DE NOVIEMBRE. REPRESENTATIVIDAD NACIONAL, EUROPEA Y EN EL COMITÉ INTERNACIONAL DE MIDWIFES CIM



### ASOCIACIONES ESPAÑOLAS MIEMBROS DE LA FAME

- Asociación Andaluza de Matronas.
- Asociación Navarra de Matronas.
- Asociación Castellano-Leonesa de Matronas.
- Associació Catalana de Llevadores.
- Associació de Comares de la Comunitat Valenciana.
- Asociación de Matronas de la Región de Murcia.
- Asociación Matronas Comunidad de Madrid.
- Asociación Balear de Comares.

## INTERNACIONAL CONFEDERACIÓN OF MIDWIVES

### Definición de Matrona

“Una matrona es una persona que, habiendo sido admitida para seguir un programa educativo de partería, debidamente reconocido por el Estado, ha terminado con éxito el ciclo de estudios prescritos en partería y ha obtenido las calificaciones necesarias que le permitan inscribirse en los centros oficiales y/o ejercer legalmente la práctica de la partería.

La matrona está reconocida como un profesional responsable y que rinde cuentas y que trabaja en asociación con las mujeres para proporcionar el necesario apoyo, cuidados y consejos durante el embarazo, parto y puerperio, dirigir los nacimientos en la propia responsabilidad de la matrona y proporcionar cuidados al neonato y al lactante. Este cuidado incluye las medidas preventivas, la promoción normal, la detección de complicaciones en la madre y niño, el acceso a cuidado médico u otra asistencia adecuada y la ejecución de medidas de emergencia.

La matrona tiene una tarea importante en el asesoramiento y la educación para la salud, no solo para la mujer, sino también en el seno de sus familias y de la comunidad.

Este trabajo debe incluir la educación prenatal y preparación para la maternidad y puede extenderse a la salud de las mujeres, la salud sexual o reproductiva, y el cuidado de los niños.

Una matrona puede ejercer en cualquier emplazamiento, incluyendo la casa, la comunidad, los hospitales, las clínicas o las unidades de salud”.

Adoptado por la Reunión del Consejo de la Confederación Internacional de Matronas, 19 Julio 2005, Brisbane, Australia.

Reemplazada la “Definición de ICM de la Matrona “ 1972 y sus enmiendas de 1990

Confederación Internacional de Matronas

*Nota versión española: En este documento cuando se utiliza el término Matrona se refiere a todas las personas, hombres y mujeres que ejercen la profesión de Matrona.*

## LAS JORNADAS DE LACTANCIA MATERNA

El día 13 de octubre con motivo de la Semana Internacional de la Lactancia Materna, la Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León organizó una Jornada Regional dirigida a profesionales (enfermeras, pediatras, auxiliares de enfermería, matronas...). Allí acudimos 83 personas donde las matronas fuimos el colectivo más numeroso entre los asistentes.

Es un orgullo para nosotras participar masivamente en estos eventos. Por otro lado es lamentable constatar que otros profesionales con carencias en el manejo de la lactancia materna no aprovechen actividades de tanta calidad.

Como ya sabemos y así lo recordó el Dr Paricio en su exposición, la lactancia materna no es un instinto ni una técnica, es una cultura que se transmite. En los últimos 150 años, la cultura de la lactancia materna ha desaparecido.



*Las causas han sido:*

- Modificaciones viables de la leche de vaca (s XIX)
- Sociedad industrial (s XIX y XX )
- Evolución de la cadera: que ha llevado a que los partos sean hospitalarios por el riesgo de complicaciones

*Los factores que han influido en la pérdida son:*

- Desinterés de la clase sanitaria
- Rutinas erróneas
- Falta de apoyo institucional
- Destrucción de la cultura de lactancia materna y vínculo afectivo

Teniendo en cuenta la responsabilidad que los profesionales de la salud tenemos en los factores que han influido negativamente en la lactancia, deberíamos reflexionar para cambiar la actitud y que, al menos, no destrocemos lo que la cultura mantiene.

Para las Instituciones Sanitarias la promoción de la lactancia materna es un objetivo prioritario de salud. Para ello se han marcado unas metas:

- Sensibilizar a la población y sanitarios para aumentar la frecuencia y duración de la lactancia
- Desarrollar medidas que faciliten la lactancia materna, incluyendo desde la capacitación del personal y el fomento de grupo de madres hasta la mejora de las condiciones sociales y laborales de las familias
- Congruencia a todos los niveles

Para nosotras, la promoción y el apoyo a la lactancia materna es uno de nuestros temas estrella, pero considero que podemos fomentar el resto de los apoyos con los que una madre puede contar cuando nuestro horario de trabajo o sus necesidades sean incompatibles.

Desde el sistema sanitario y como integrantes de éste debemos conocer los grupos de apoyo, darles publicidad y derivar a las madres a ellos.

#### ¿Qué son los grupos de apoyo?

Son organizaciones no gubernamentales y sin ánimo de lucro de ámbito local, regional, nacional o internacional. Su objetivo es ofrecer a las madres que desean dar el pecho información y apoyo continuado a fin de que lacten el tiempo que lo deseen. Su trabajo es voluntario. Las monitoras son mujeres que han amamantado a sus hij@s y disponen de formación y técnicas de comunicación que les permite ayudar a otras madres a resolver problemas de diversa índole (horarios, posturas, falta de leche, compatibilidad en los horarios y actividades, trucos...) dentro de una relación de respeto y empatía.

Los grupos de apoyo aparecieron a partir de mediados del s XX como respuesta a la falta de información de las madres y la falta de apoyo por parte de las instituciones. Las madres necesitaban agruparse para hablar de igual a igual, de madre a madre. Así nació la liga de la leche en EEUU en 1956. Actualmente está extendida en 60 países. Cuenta con 8000 monitoras a nivel mundial, de las que 50 viven en España.

Desde entonces, se han creado grupos de apoyo por toda geografía española. Existen más de 70 grupos legalmente constituidos en Asociaciones.

En Castilla y León se empezaron a formar en 1995. Os adjunto información de ellos, que os puede ser de gran utilidad.

#### ¿Cómo funcionan?

Las monitoras organizan encuentros mensuales con madres lactantes, embarazadas y personas relacionadas con la lactancia materna, en lugares cedidos por alguna institución. Fomentan la formación de los miembros del grupo. Atienden telefónicamente consultas de las madres que demandan información. Si es necesario, se desplazan al lugar donde se encuentra la madre con dificultades. Participan en actividades puntuales de promoción y apoyo a la lactancia materna.

El éxito está en **hablar-observar-resolver dudas- relatar experiencias-expresar sentimientos-compartir.**

Ascalema suele participar en los encuentros que el grupo de apoyo en Valladolid realiza periódicamente y se mantiene en contacto con los grupos.

La jornada me dió oportunidad de reflexionar con frases que allí escuché y que removieron pensamientos que quiero expresar para compartíroslos con vosotras:

Korand Lorenz, Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1973 expresó:

*"Los 2 errores más graves de la Humanidad en el s. XX fueron:*

- *La bomba atómica*
- *El descenso de la lactancia materna*

## TRAYECTORIA DE LA ASOCIACIÓN "MADRES DE LA LECHE" DE BURGOS. ASOCIACION DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA



La Asociación "Madres de la Leche de Burgos", nació por iniciativa de la Presidenta de la Asociación, Castellano y Leonesa de Matronas, ASCALEMA, que fue quien a través de su trabajo en los Foros de Lactancia Materna, vio la necesidad de crear una Asociación de Apoyo y Protección de la Lactancia Materna. Viendo la necesidad que teníamos madres que asistíamos a estos foros de hablar y de intercambiar experiencias con otras madres que estuvieran o hubieran criado a sus bebés con lactancia materna.



Teniendo en cuenta la popular demanda de estos foros, que eran solicitados por un importante número de personas interesadas en el tema de la Lactancia Materna, la Junta de Castilla y León a través de la Consejería de Sanidad, concedió una subvención a Ascalema, para la financiación de los gastos de gestión para la creación de la Asociación.

Las madres, reunión tras reunión, nos fuimos implicando en ellos cada vez más, de tal forma, que cuando por iniciativa de ASCALEMA se propuso formar un grupo de apoyo a la lactancia materna, no tuvimos ninguna duda en aportar cada una nuestro pequeño granito de arena.

Ha pasado un año, desde que formáramos la Asociación y desde entonces hasta hoy, han sido numerosas las actividades que hemos ofrecidos, un curso de Monitoras de Lactancia Materna, preparación de la Semana Internacional de la Lactancia Materna, Curso de Masaje Infantil y lo más importante, desde el mes de Abril, reuniones cada primer miércoles de mes en la Casa de la Mujer. Además de participar en numerosos actos públicos, apoyando causas relacionadas con la Mujer.

Esperamos que el año 2006 contemos con el apoyo de más madres, colaboren con nosotras y podamos prestar el servicio que pretendemos ofrecer a las madres que están interesadas en la lactancia materna.

*M<sup>o</sup> José Varona Gómez, Presidenta de Madres de la Leche de Burgos*

## ASOCIACIÓN DE APOYO A LA LACTANCIA MATERNA "CRIANZA NATURAL"

Nerea Martínez Díaz. Matrona de Atención Primaria La Bañeza (León)

Ernestina Chico Barrales. Matrona de Atención Primaria La Bañeza (León)

Hace ya 7 años que se inicia la andadura de este grupo de mujeres. En sus comienzos en 1998, se trató de un grupo de apoyo a la lactancia materna, que motivado por las ganas y el empuje de Ernestina Chico Barrales (Matrona La Bañeza) comenzó a reunirse con madres que estaban dando el pecho y con mujeres interesadas en la promoción de la lactancia natural. Dos años después contó con el apoyo y colaboración de Nerea Martínez Díaz, matrona del mismo centro.



En el año 2001 el grupo de apoyo, manteniendo el contacto con las matronas que la impulsaron, empezó a reunirse de un modo independiente; primero en un local cedido por el Ayuntamiento de la Bañeza y posteriormente en el aula maternal del Centro de Salud. Desde sus participantes comenzó a surgir la idea de formar asociación y tras años de esfuerzo y papeleo, en Noviembre del 2003 quedó registrada la Asociación De Apoyo a la Lactancia Materna "Crianza Natural"

Las reuniones de dicha Asociación se realizan el primer y tercer miércoles de cada mes en el Centro de Salud La Bañeza, en el aula maternal.

Una sesión al mes se reúnen con el grupo post-parto que llevan a cabo las matronas.

En los grupos de Educación Maternal se reparte el tríptico de "Crianza Natural"

*Ernestina Chico Barrales. Matrona de Atención Primaria La Bañeza (León)*

## DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA MADRE-HIJO/A APRENDIENDO A AMAMANTAR

Dedicado a mi MADRE, que amamantó a sus siete hijos durante 2 años (sus pechos de un tamaño pequeño).

Durante Las Jornadas de La Lactancia Materna se han celebrado ponencias y han participado UNICEF, PEDIATRÍA HOSPITALARIA, Monitora de La Liga de León, Grupo de Crianza Natural de La Bañeza y Matronas de Atención Primaria

Con mi charla he tratado de transmitir qué actuaciones realizo (con otras compañeras matronas) en Atención Primaria para recuperar el "PATRON ORO" de la lactancia en el recién nacido/a que es, indudablemente, la leche materna; y que está científicamente demostrado por organizaciones de la O.M.S., UNICEF y Asociaciones de Pediatría.

Mi madre en su época, recibió el apoyo de mi padre y de la sociedad, porque dar de mamar era natural y así lo hacían la mayoría de las mujeres que tenían hijos. Hoy es muy distinto, como me recuerda mi compañera matrona Nerea y agradezco a la vida estar a su lado, quien ha sido madre y amamantó a su hija Lucia durante 9 meses: *"Ernest de la teoría a la práctica hay un gran camino de aprendizaje, paciencia y adaptación"*.

En esta sociedad; incluido el personal sanitario, estamos influidos por la moda del biberón y así llevamos varias décadas.

Es verdad que tenemos que felicitarnos porque poco a poco los protocolos van cambiando y como bien aprendí en el curso de reciclaje con Carlos González, M.Papi, Monitora de La Liga etc. Se necesitan años para RECUPERAR y UNIFICAR PROTOCOLOS

SESIONES DONDE ABORDAR LA LACTANCIA MATERNA

EMBARAZO: Sesión con las embarazadas:

Reflexiones y preguntas: 1ª Pregunta: ¿Recibiste L. Materna? ¿Y tu pareja? ¿Cuánto tiempo? ¿Cómo se sintió tu madre, dificultades?

2ª Pregunta ¿Quieres dar de mamar a tu hijo? Un porcentaje alto responden que si y añaden ¡Si puedo! Mitos: creencias negativas entorpecen a las madres en este siglo ¿Mi leche valdrá? ¿El tamaño de mis pechos? ¿Mis pezones? Patrón de belleza: deterioro de pechos Dolor: ¿Me va a atar mucho...? Tiempo ¿Cuánto? En público: pudor

Con las fórmulas se crían estupidamente ¿Y cuando vaya a trabajar?

LLUVIA DE IDEAS. Beneficios para la madre y recién nacido/a

Razonando cada punto. Si toman la decisión de dar lactancia materna, comenzamos con los CUIDADOS: PREPARAR LOS PECHOS: Higiene sin jabones. Airear los pezones.

Sujetadores adecuados de tejidos naturales. Masaje y ejercicios energéticos (no del pezón).

Horario a demanda de (2 a 4 horas). A partir del 7º mes hidratar con preparados de Lanolina.

Relajación y Visualización positiva, dando de mamar a su hijo/a

Posición madre-recién nacido o nacida para evitar complicaciones: grietas, Mastitis

Cuidados naturales, ingurgitación.

Contacto e información con grupo de "Crianza Natural" de la Bañeza (tríptico)

HOSPITAL –MATERNIDAD

Este Año se ha conseguido que el recién nacido/a esté en la habitación con la madre, La madre se siente confusa, al no haber un protocolo actualizado a favor de la lactancia materna.

VUELTA A CASA PRIMERA VISITA CON MATRONA

En la primera visita observo una toma, y si es necesario ayudo a mejorar: posición, y responder a sus dudas, siempre desde el refuerzo positivo si no se consiguiera tranquilizar a la madre, no culpabilizar, es responsabilidad de todos.

De nuevo, además de nuestra ayuda las recordamos la colaboración del grupo "Crianza Natural".

Para finalizar. Hace unos días tuvimos el privilegio de escuchar directamente en el MUSAC ( Museo de Arte Contemporáneo) al Filósofo, escritor, terapeuta: JODOROSKY que con su "Magia y Sicomagia" ayuda a sanar, en este mundo complejo minado por las guerras en bastantes zonas donde solo los pingüinos pueden caminar.

*"La mujer con su gran sabiduría de mujer consigue, mágicamente, dar de mamar"*.

*En esta compleja sociedad del siglo XXI donde las matronas tenemos la responsabilidad de trabajar con ellas. (Ernestina)*

LEÓN SEMANA MUNDIAL DE LA LACTANCIA MATERNA 2005

ERNESTINA CHICO BARREALES

MATRONA de Atención Primaria. Centro de Salud de La Bañeza y Vocal de la Asociación Castellano Leonesa

Esta afirmación tan contundente me hizo reflexionar acerca de si estamos manejando adecuadamente la asistencia al parto, el puerperio y la lactancia. La falta de apoyos que reciben las mujeres, de alguna manera influye en la relación de apego, instauración de vínculos afectivos, y eso afecta en las relaciones futuras entre padres e hijos. ¿Acaso pensamos que esto no está relacionado con el tipo de relaciones entre padres e hijos a lo largo de su proceso educativo? De ello se encargó de hablar el Dr Rodríguez Molinero, que destacó estos puntos como más relevantes:

- El papel educativo y protector de los padres se está perdiendo, las familias ya no protegen a sus hijos.
- La permisividad con la que se educa a los niños, donde todo vale.
- El concepto de libertad errónea.
- El materialismo consumista en el que lo que más importa es lo distinto a las personas, es decir, las cosas que puedo conseguir.
- Falta de horizontes claros, porque no hay capacidad de ver el futuro.

Aprovecho para relacionar el tema de la adolescencia con la formación que estoy recibiendo en el CAP y la importancia de que se fomente desde el nacimiento una educación afectiva, que es a la que menos importancia concedemos y la que más nos afecta en la vida para conseguir ser felices. No dudar que educar a nuestra sociedad en un apego seguro con sus relaciones personales, es la mejor herencia que les podemos proporcionar y en ello todos tenemos responsabilidad. La nuestra es la de ayudar a las madres y padres a sentirse seguros en cómo están cuidando a su bebé y si no fuera así, ayudarles a que reciban todos los conocimientos con los recursos sociales de los que disponemos.

Sagrario Martín de María, matrona Valladolid

## CURSO-TALLER DE MASAJE INFANTIL 2005 EN SORIA. PATROCINADO POR LA JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN CONSEJERÍA DE SANIDAD



Soria la provincia más despoblada de Castilla y León pero no por ello la gran olvidada, como dice en su defensa Marías:

*"Las menos personas son, sin embargo tan personas como las que más"* Javier Marías (El País Semanal La Zona Fantasma)

Soria ciudad pequeña pero con un gran conjunto monumental. Cantada por ilustres poetas como Machado, Gerardo Diego y Bécquer ha acogido el Curso-Taller de Masaje Infantil, con todo el entusiasmo y calor que ponen las matronas sorianas en su hacer cotidiano. Curso organizado por ASCALEMA y Reconocido de Interés Sanitario.

*Masaje-Caricias "amor piel a piel"*

Objetivos del curso

- Valorar el vínculo emocional y el contacto precoz "piel a piel" en el nacimiento con el recién nacido o nacida.
- Conocer los beneficios del Masaje Infantil.
- Relajar al bebé en los momentos de llanto, estrés o malestar.
- Conciliar la vida familiar y laboral de la pareja, para una mejor dedicación a la infancia.
- Organizar foros de masaje infantil y apoyo a la lactancia materna después del parto.
- Masajear a los bebés desde el nacimiento. Cómo enseñar a las madres y parejas las primeras técnicas de masaje en los recién nacidos/as desde el puerperio en el Hospital y posteriormente en el Centro de Salud.
- Abordar el Masaje Infantil en niños con problemas.





Beneficios del Masaje Infantil en niños prematuros o con problemas.

Enseñar en el post-parto a las madres y parejas, como abordar las situaciones estresantes de niños nacidos pre-termino ingresados en unidades de neonatología. Mostrar los beneficios del tacto, afectividad, caricias y al alta del bebé incluirlos en los grupos de Masaje Infantil.

El tacto y el vínculo afectivo de los padres ayudarán a su bebé a olvidar el dolor haciendo que asocie las caricias con el placer.

Los talleres teóricos y prácticos tienen como objetivos capacitar a las matronas para enseñar a las madres o parejas los beneficios del masaje desde el útero, al nacer con el contacto piel a piel, en el puerperio y los Centros de Salud. Estimulando la lactancia materna y conciliando la vida familiar y laboral a través del cuidado del bebe.

*Begoña Gil Casado, matrona Burgos*



## TERAPIA CRANEO-SACRAL

La Asociación Castellano-Leonesa de Matronas tiene entre sus próximos proyectos impartir uno de los cursos más demandados últimamente: la introducción a la Terapia Craneo-Sacral (TCS).

La Terapia Craneo-Sacral es una rama de la osteopatía, que contempla al ser humano desde el punto de vista físico, psíquico, emocional y espiritual. Es el arte de escuchar el lenguaje del cuerpo, donde se entiende, se siente y se respeta dicho lenguaje.

La osteopatía parte de que el cuerpo tiene todo lo necesario para autosanarse, simplemente hay que ayudarlo a que puede realizarlo en el momento adecuado. A través del contacto podemos ayudar al organismo para que se produzca esta autosanación.

Fisiológicamente podemos asegurar la existencia del sistema craneo sacral, la base fundamental de dicha terapia. Los componentes principales son la duramadre y el líquido céfalo-raquídeo.

El líquido céfalo-raquídeo tiene un movimiento cíclico a través del tubo dural, desde el cráneo, donde se crea y se reabsorbe, hasta el sacro expandiéndose por todo el cuerpo. Mediante el aprendizaje de la palpación podemos aprender a sentir dicho ritmo y modificarlo para ayudar a mejorar el estado del organismo.

El trabajo de una matrona es principalmente manual. Estamos muy cerca de la mujer embarazada y de su futuro hijo, dos campos energéticos con los que estamos interactuando continuamente sin ser lo suficientemente conscientes.

Esta terapia nos proporciona una herramienta con la que podemos contar para realizar con mayor calidad nuestro trabajo diario.

Sabemos de sobra que el contacto físico es vital para mantener un buen estado de salud en cualquier ser vivo y más si cabe en la mujer que está esperando dar a luz una nueva vida. La TCS nos ofrece la posibilidad de mejorar y sacar mayor partido a ese contacto, de una manera respetuosa, sin dirigir ni manipular.

Uno de los objetivos de este curso es aprender a palpar con calidad y a escuchar lo que el cuerpo nos dice.

Son maniobras muy sutiles y con un pequeño entrenamiento podemos aliviar muchos síntomas y corregir anomalías estructurales tanto en la mujer como en el recién nacido.

Ayudemos a que los niños que nacen hoy sean más sanos, conscientes y seguros de sí mismos respetándose como personas y a su entorno.

El futuro está en nuestras manos

*Susana Arranz Pérez, Matrona Valladolid*



THE UPLEDGER INSTITUTE ESPAÑA  
C/ San Antonio, nº 10 - Barrio de San Carlos, Bar. León, 27001  
923 00 00 00 - 923 00 00 00 - 923 00 00 00  
www.upledgerinstitute.es

## AMAMANTAMIENTO Y ADOPCIÓN



Hace algunas semanas, una mujer se puso en contacto conmigo para consultar la posibilidad de amamantar a un niño que iba a adoptar en breve y del que sólo sabía que iba a ser un bebé de entre uno y dieciocho meses.

Ella tenía un hijo biológico al que amamantó con éxito. Posteriormente tuvo varios abortos y entonces se decidió a adoptar otros niños.

Su primera adopción fue de un niño mayor de cinco años y entonces no se planteó siquiera el amamantamiento. Pero ésta vez, al saber que el niño iba a ser pequeñito, se había propuesto buscar información en serio.

Tengo que reconocer que yo ignoraba que existiera ésta posibilidad de lactancia sin gestación previa, pero tampoco tenía seguridad de que fuera imposible. Por eso, convencida de que los profesionales no debemos basar nuestro trabajo en impresiones personales, me puse en marcha para buscar información fiable.

No me costó mucho encontrar los primeros datos favorables. Distintas fuentes confirmaban que existían casos bien documentados de lactancia materna en adopciones.

La posibilidad no sólo existe y ofrece todas las ventajas alimentarias de la lactancia materna, sino que además era recomendada como terapia emocional y afectiva ante las posibles crisis que puede sufrir un niño en éstas circunstancias.

La mayor parte de las experiencias consultadas proponían la estimulación de la mama mediante sacaleches antes de la llegada del niño (las primeras gotas de leche pueden costar hasta 2 semanas de estimulación, 5 ó 6 veces al día durante por lo menos 5 minutos de cada pecho).

Cuando el niño es entregado finalmente a su madre adoptiva se puede utilizar un **relactador** para asegurarnos de que tiene suficiente alimento mientras estimula con su contacto y succión el pecho de su nueva madre.

El relactador es un pequeño depósito de leche con una salida en forma cónica en su base, que se prolonga en forma de tubito estrecho y suave. El extremo de adapta suavemente al pezón de la madre.

De éste modo nos aseguramos de que el niño esté suficientemente alimentado durante el periodo que necesita la mama para desarrollar una producción suficiente de leche, a la vez que el pezón de la madre recibe el máximo de estímulo.

También hay estudios sobre fármacos e incluso alimentos que podrían favorecer la producción láctea (galactogogos), aunque no parecen totalmente concluyentes en inocuidad y eficacia.

He querido contaros este caso sobretodo como información, pero también para llamar vuestra atención hacía una observación que me hizo la mujer que preguntaba.

Ella había planteado la misma pregunta a su ginecólogo y a su matrona porque había encontrado información sobre ello en Internet y quería contrastarla con "especialistas". Su ginecólogo le había contestado que esto no era posible. Su matrona le dijo que no se esforzara, que no valía la pena.

Cuando la gente me cuenta estas cosas me siento triste. Sinceramente, no se me ocurre nada qué decir para justificar a algunos de mis compañeros.

*Celia Gutiérrez Pasalodos (matrona)*

### CURSO TERAPIA CRÁNEO-SACRAL I PARA MATRONAS. VALLADOLID

Fechas Posibles de Celebración Del 30 de Marzo al 2 de Abril 2006

Duración del Curso: 30 Horas Lectivas Número de Alumnos Máximo -36 Alumnas.

Acreditación del curso por la Junta de Castilla y León en trámites.

ORGANIZADO POR LA ASOCIACIÓN CASTELLANO-LEONESA DE MATRONAS IMPARTIDO POR THE UPLEDGER INSTITUTE ESPAÑA