

La periodista cuenta sobre su proceso a 6 meses de haber sido madre

Soledad Onetto habla de su lactancia: "Nos costó con Borjita"



Onetto pide no romantizar el período de lactancia pues tiene sus complicaciones.

"Hubo momentos frustrantes, debido a que no lográbamos el acople", afirma la conductora que considera esta etapa "maravillosa".

MELISSA FORNO

La conductora de Canal 13 Soledad Onetto publicó en su cuenta de Instagram (@soledadonetto) una reflexión sobre los primeros seis meses junto a su hijo Borja, contando cómo ha sido la experiencia de amamantarlo.

"Fueron meses difíciles, pero hoy miro sus fotos y lo extraño", redactó. Luego explicó que la especialista Blanca Ossa, de la página de Instagram @apechugachile, la aconsejó en el período de lactancia para acoplarse mejor con su hijo. "Hoy lo lindo de la lactancia es nuestra conexión. Cuando Borja me mira, ríe y sé que está disfrutando y fortaleciéndose. ¿Cuánto más durará?, el tiempo lo dirá", escribió.

Contactada por LUN, la periodista habla de este período tan íntimo.

¿Le ha costado mucho?

"Creo que la lactancia, siendo un tema tan universal, es extremadamente personal. La decisión de cada mujer debe ser libre, pero también informada, sobre todo, basada en la experiencia. Hay muchas que cuando comienzan les duele demasiado, se cansan, no les resulta o, por el contrario, les gusta y tienen suficiente leche. Son demasiados los factores que influyen en esta decisión. Hay varias personas que conocen del tema y transmiten su experiencia. Cómo fue en mi caso, al final es una cuestión personal, porque es la mujer la que se entrega en alma y en cuerpo a la guagua".

Muchas personas tienden a entregar sus consejos a las mamás primerizas...

"Hay varias posiciones. Por ejemplo, que no es bueno estar a contrapelo, ni a la fuerza, para hacer el proceso más llevadero posible. Sólo puedo hablar, no aconsejar. Nos costó con Borjita, hay momentos frustrantes, debido a que no lográbamos el acople, no fue fácil. Además, no sabía si él estaba o no con hambre, por qué lloraba. Todas esas respuestas las hemos ido encontrando en el camino.

¿Quién le ayudó en el proceso?

"Estuvimos muy bien acompañados por (la terapeuta) Blanca Ossa,

que nos ayudó a acoplarnos mejor y a encontrar las posiciones correctas para que no duela y se pueda alimentar mejor. Como le pasó a muchas, con el tiempo el acople fue cada vez mejor. En mi caso, Borja ya se ríe. No hay que romantizar la lactancia, es un momento duro, difícil, maravilloso, pero combinado todo esto, es extremadamente personal. Siempre es importante informarse, leer, porque hay demasiados mitos, muchos dicen que lo estás haciendo mal, que, por ejemplo, tu leche no alimenta.

¿Cómo lo ha hecho con la vuelta al trabajo?

"La maternidad es difícil, es un descubrimiento con cada hijo. Es muy fascinante, pero también es demandante. La lactancia requiere de dos temas que hoy son difíciles: el tiempo y el compromiso, y no porque nos hayamos transformado en malas madres, sino porque en el mundo actual escasea el tiempo y el compromiso. Leyendo los comentarios en mi Instagram, volver a trabajar para muchas se transformó en una carrera loca, bien angustiante y frustrante. En mi caso, también tengo que mantener un orden, dejar la papa lista, darle la última (antes de irse al canal), luego en el trabajo sacarme la leche y para eso se requiere comprensión y privacidad. Muchas veces, las mujeres lo viven en malas condiciones, es bien ingrato, corren de un lado para otro".

Blanca Ossa es la consultora de lactancia, certificada por la International Board Certified Lactation Consultant (@apechugachile) que trabajó con Onetto, lo que más le cuesta a las mujeres es tener una red de apoyo para amamantar tranquilas, aunque reconoce que actualmente muchas parejas están siendo más apoyadores. "Muchas mujeres siguen viviendo este proceso de forma solitaria. Está la idea errónea, y la presión, de que tienen que asumir esto solas. Sin embargo, es algo que se aprende mirando a otras mujeres", precisa Ossa.

Según Camila Salas, pediatra de Clínica Alemana mencionada por la periodista en su posteo, "no existe la maternidad ideal, ni perfecta".

"Hay muchos tipos de mamás. Es algo súper personal. Por supuesto que la lactancia es preciosa, es una excelente forma de nutrir a los niños, pero no es la única forma de apego, también se puede dar mamadera. Hay mujeres que no logran (dar pecho) por distintas causas y muchas veces se sienten juzgadas y presionadas. Eso las estresa más y no se sienten buenas madres".