



General | | Actualitzat el 16/10/2020 a les 09:16

7 mites sobre l'embaràs desmentits per la llevadora Laia Casadevall

L'activista, divulgadora i llevadora Laia Casadevall ens desmenteix alguns dels mites més habituals que circulen sobre l'embaràs

[inicicentrareport] Parlem amb la Laia Casadevall, activista, divulgadora, escriptora i llevadora per tal que ens faci arribar informació objectiva, veraç i científica per poder prendre decisions informades.

Avui ens ajudarà a entendre, comprendre i desmentir alguns mites que històricament s'han dit i hem escoltat sobre l'embaràs.

[GotaVerdaPle] Un dels mites/fets és que l'embaràs es tracta com una malaltia. Per què? Què cal fer i què cal controlar?

[GotaVerdaBuit] Vivim en una cultura on l'embaràs i el part son tractats des d'una visió molt medicalitzada i de patologia. El mateix sistema sanitari té un punt de vista molt paternalista, autoritari i medicalitzador. I en realitat, l'embaràs i el part són esdeveniments normals i fisiològics en la nostra vida sexual i reproductiva.

Quan estem embarassades no estem malaltes i parir no és una urgència mèdica. El punt de vista que tenen països del nostre voltant amb millors resultats materns i perinatals és basat en la normalitat. Normalitzar els nostres processos reproductius i entendre que la majoria d'embarassos i parts passen sense desviacions de la normalitat. No ens hem de focalitzar en el petit percentatge que requereix intervenció mèdica, sinó en la majoria que són o serien embarassos i parts saludables.

L'OMS estima que al final de l'embaràs al voltant d'un 80% de dones embarassades haurien de ser considerades de baix risc, res més lluny de la realitat en el nostre entorn, on bàsicament els percentatges estan pràcticament invertits. Tot això no significa que no siguin necessaris els controls prenatals, ho són. Però l'excés de proves a l'embaràs tampoc es tradueix en millors resultats materns o neonatals. Segons evidència científica, és important realitzar almenys dues analítiques i dues ecografies obstètriques (setmana 12 i setmana 20) en un embaràs normal i saludable i controls habituals amb una llevadora.

[GotaVerdaPle] Quins serien aquests mites de la cultura patriarcal que ens fan optar encara ara a la majoria de dones per un part medicalitzat?

[GotaVerdaBuit] Fer-nos creure que necessitem la medicina i els metges per gestar o parir o que soles no podem. I repeteixo, en la majoria d'embarassos i parts els nostres cossos funcionen a la perfecció. I no necessitem gaires proves ni intervencions. Gestem i parim la majoria de vegades sense problemes i només necessitem l'acompanyament d'una llevadora respectuosa que ens acompanyi en els nostres processos i controli que no hi ha desviacions de la normalitat.

[GotaVerdaPle] Cal trencar bossa de les aigües abans de les contraccions? Per què es té aquesta idea?

[GotaVerdaBuit] No, no cal trencar bossa. De fet es pot parir amb la bossa íntegra i popularment es consideren nens afortunats. El percentatge de dones que trenquen bossa de forma espontània i sense inici de contraccions ronda al voltant del 12 %. Normalment la majoria de dones començaran espontàniament el treball de part en les següents 24 hores, és per això que les guies de



referència internacional NICE de Regne Unit recomanen donar aquest marge abans d'intervenir. I respectant aquest marge aconseguim molts més parts d'inici espontani i es redueixen els percentatges de cesària sense que hi hagi un augment dels riscos.

[GotaVerdaPle] Com afecten les hormones masculines/femenines que es produeixen al cos de la mare gestant? Hi ha algun canvi en l'embaràs segons el sexe de naixement del fetus? Afecta per exemple a la forma de la panxa o de la cara?

[GotaVerdaBuit] No hi ha diferències en les hormones depenent del sexe del bebè. Popularment es diu que les panxes o cares són diferents, però són simplement mites sense base científica.

[GotaVerdaPle] És cert que si un nadó neix o ha de néixer amb volta de cordó, natges etc.. s'hagi d'intervenir mèdicament?

[GotaVerdaBuit] No, les voltes de cordó no estan associades a més resultats desfavorables. De fet, un de cada tres nadons neix amb una o més voltes de cordó. El cordó té una gelatina anomenada Wharton que protegeix els vasos sanguinis del seu interior. Per molt que es facin voltes o nusos, la circulació no es veu afectada gràcies a aquesta gelatina protectora.

Sobre parts de natges, durant molts anys s'han atès només per cesària i això ha provocat dos problemes grans. El primer la pèrdua de destresa professional per atendre aquest tipus de parts i el segon la por cultural envers els parts de natges. Evidència científica recent ens està confirmant que el part vaginal de natges atès per professionals amb experiència i sota certs criteris de seguretat és igual de segur que el part per cesària pel nadó però molt més segur per la mare. Els països nòrdics ja estan apostant pel part vaginal de natges vertical com a primera opció davant la presentació de natges amb resultats molt bons. S'està veient que els nadons nascuts per part vaginal de natges no tenen més riscos a llarg termini que els nascuts per cesària.

[GotaVerdaPle] És cert que no et pots quedar embarassada donant pit? O quan encara no ha aparegut la primera regla?

[GotaVerdaBuit] No és cert. Sí que pots, bàsicament perquè no saps quan serà la primera ovulació, i durant aquells quinze dies posteriors ets fèrtil sense que hagi tornat la regla. Ara bé, durant els primers 6 mesos, si la mare no té la regla, el nadó només pren lactància materna a demanda i no existeixen interferències com xumets, biberons, etc... les probabilitats són molt baixes.

[GotaVerdaPle] L'acidesa o altres problemes digestius durant l'embaràs tenen a veure amb la quantitat de pèl? Quines hormones ens afecten i de quina manera durant l'embaràs i quines llegendes urbanes hi ha que no són certes? (Com per exemple els antulls)

[GotaVerdaBuit] No, no té res a veure amb això, és un altre mite popular. [ficientreport]