



General | Meri Raurich Moreno | Actualitzat el 04/08/2022 a les 08:00

Quan extreure't la llet no resulta tan fàcil com t'havies imaginat...

L'extracció té moltes cares, i l'entorn laboral i social sovint no ajuden

[inicicentrareport]Durant sis mesos, la banda sonora de la meua vida va ser el **soroll de l'extractor de llet**. M'incorporava al món laboral just després de cinc mesos i set dies de parir, deixant a casa una criatura que, segons les recomanacions de la Organització Mundial de la Salut, s'hauria d'alimentar exclusivament de llet.

Ni un sol dubte, que havia de seguir sent la meua, de llet. Però com aconseguir deixar a punt i a temps els tres biberons de 240ml cada un, mentre jo era fora? On quedava la idea de la lactància a demanda?

Parlar de l'**extracció de llet** és obrir un bon meló, però val la pena. Per què? Per visibilitzar que és una realitat de moltes dones que, com tota situació, **té moltes cares**. I sobretot perquè llegir experiències d'altres mares em va ajudar a escollir quin camí volia seguir, traçar el nostre recorregut.

Per algunes dones del meu entorn em consta que l'extracció va ser bufar i fer ampolles, d'altres no tant. I aquest va ser el meu cas. Malgrat no tenir mai cap problema per alletar, era posar-me l'embut, prémer el botó d'encendre i d'allà no sortia res amb prou rapidesa com per no desesperar i **patir per si l'endemà no podria alimentar la meua filla**.

Els nervis, l'angoixa, la por i tot el còctel d'emocions d'aquelles setmanes no contribuïen, ni molt menys, a la serenor. I els comentaris de l'entorn van començar a arribar: "Ara no t'obsessionis tu, tampoc"; "Si no pots, no pots, ja has fet prou". I els altres: "Mira fotografies i vídeos de la nena i veuràs com t'extreus més"; "Ara potser només has tret 50ml però veuràs que a la propera serà més".

I quina sort, d'aquests darrers. Mares, en la mateixa situació que la meua, amb qui ens enviàvem fotografies de les ampolletes i les bosses del congelador; amb qui compartíem una etapa de la nostra vida que hauria d'haver estat més tranquil·la i plàcida **si els permisos** (que quina paraula, per cert) **de maternitat fossin com a mínim fins els sis mesos de vida** del nadó. O els nou, posades a demanar, prenent de referència temporal tota l'etapa de l'**exterogestació**.

Soc incapaç de calcular les **hores** que em vaig passar enganxada a l'extractor, el que sí tinc molt presents, són els moments: la pausa del dinar a la feina (restant minuts del descans i fent-ho en qualsevol espai disponible); de matinada entre despertar i despertar de la nena posant l'alarma del mòbil per no quedar-me dormida i, sobretot, els caps de setmana a qualsevol hora, per tenir llet de reserva per si algun dia no arribava a la quantitat mínima que necessitava: 500ml diaris.

Un 23 de desembre de 2020, l'any d'inici de la pandèmia, **vaig apagar l'extractor** per no tornar-lo a encendre ni escoltar més. Començaven les vacances de Nadal i, la petita, estava a un mes i un dia del seu primer aniversari. La lluita s'acabava aquí. Amb el congelador ple, l'alimentació complementària en dansa i amb un grapat de fulls dins de llibretes amb càlculs infinits per a que la meua filla pogués alimentar-se exclusivament de mi fins que jo ho decidís.

D'aquest poder de decisió, d'aquest recolzament entre mares, de la informació buscada i contrastada, n'ha resultat una lactància materna encara viva després de més de dos anys i mig. Gaudint-la, sense projectar-ne la fi. La decisió final, aquesta vegada, serà compartida.



[ficentrareport]