Quin ha de ser el paper de la parella en la lactància materna?

Des de LactApp Clinic ens expliquen com pot ajudar el pare o mare no gestant a la parella quan està donant el pit

[inicicentrareport]Cada vegada és més habitual veure pares i parelles no gestants involucrades en el paper de la lactància materna. Tot i això, pot passar que alguns pares o parelles se sentin desplaçades pel fort vincle que hi ha entre mare gestant i criatura, tal com afirma el psicòleg Alberto Soler, i tot i que vulguin aportar el seu granet de sorra no saben ben bé com hi poden intervenir.

La mare gestant, a la vegada, intenta comunicar a la parella com pot contribuir en aquestes tasques, però no sempre aquesta comunicació és efectiva. Parlem amb Helena Àngel, Mariona Busto i Carlota Portavella, psicòlogues i cofundadores de LactApp Clinic i Alba Padró, IBCLC, cofundadora de LactApp i autora del llibre "Somos la Leche", per saber quin ha de ser el paper de la parella en la lactància materna.

[GotaVerdaPle]Què pot fer la parella per ajudar a la correcta implantació de la lactància materna?

[GotaVerdaBuit]Tasca paraigües: és a dir, encarregar-se de "protegir-la de la pluja". La tasca principal de la parella per ajudar a la correcte implantació de la lactància materna seria la cura i protecció de la mare. La mare cuida la criatura i la parella cuida de la mare perquè cuidi del nadó. És el que l'Alba Padró anomena fer la "tasca de paraigües", és a dir, encarregar-se de "protegir-la de la pluja".

[GotaVerdaBuit]Feines de gestió: quan neix una criatura, en general l'entorn vol conèixer el nadó, agafar-lo, veure a la mare? el "paraigües" hauria de gestionar tots aquests aspectes, fer d'escut i alliberar a la dona en postpart recent de totes aquestes tasques logístiques.

[GotaVerdaBuit]Implicació: un altre aspecte que és de gran ajuda és que la parella s'impliqui en totes aquelles visites o consultes mèdiques que es donen després d'un postpart. No és estrany que al tractar-se d'un tema de lactància es doni per suposat que és un tema exclusiu de la persona que alleta, però el cert és que la implicació de la parella en aquestes consultes és d'alta importància.

[GotaVerdaBuit]Recolzament i suport: durant el postpart a nivell cerebral és habitual que la persona estigui més dispersa, sovint es dorm poc, adaptar-se a tenir un nadó enganxat al pit durant moltes hores al dia de vegades costa? i en les consultes mèdiques sovint es dóna molta informació que sovint és difícil de retenir en aquell moment. És un tema tan evident com que si som dues persones les que escoltem i dos cervells integrant informació, serà més fàcil.

[GotaVerdaPle]Quins són els problemes més comuns amb els que es troba la mare lactant?

[GotaVerdaBuit]Les dificultats més comunes amb les que es troba la mare lactant són el dolor a l'alletar, la percepció de falta de llet i dubtes relacionats amb la tornada a la feina i la gestió/manteniment de la lactància en aquest moment.

[GotaVerdaPle]Com ajuda el fet que la parella s'impliqui a la mare/persona lactant?

[GotaVerdaBuit]El postpart sol ser un moment de molta fragilitat, molts dubtes (no únicament

vinculats a la lactància) i en alguns casos també acostuma a ser un moment de molta soledat. Comptar amb el suport i la implicació de la parella dóna seguretat i calma a la persona que alleta. Una mare que està passant per un postpart sense suport, ni de la parella ni de l'entorn, té més factors de risc de patir algun tipus de malestar emocional, psicòlogic o en els casos més greus, de trastorn mental perinatal.

Són importants aquestes tasques de suport per part de la parella? Per què?

Completament! L'evidència científica diu que el paper de la parella i de l'àvia materna són els punts claus de suport perquè la lactància funcioni.

[info]Podeu seguir LactApp_clinic a les xarxes o bé baixar-vos la app de LactApp[/info]

[ficentrareport]