

Capítulo X

De matronas y doulas

49. Brujas, hechiceras y matronas

Antes de especificar qué es una matrona y qué es una doula, no es menos pertinente traer a cuento algo que seguramente parecerá no sólo una digresión sino, tal vez, una disyunción temática. Se trata de la caza de brujas realizada a lo largo y a lo ancho de 300 años. Es imaginable que una masacre de tal dimensión histórica haya dejado sus significativos restos de terror y de, más que silencio, mudez. El silencio, por cierto, es una decisión, a veces de tal magnitud, que se convierte en el lugar casi privilegiado que sustenta el habla. En cambio, la mudez es la imposibilidad de tomar la decisión de hablar o de callar. La mudez sería, entonces, una imposibilidad (imposibilidad de consecuencias tales como el olvido de sí y de las propias capacidades); el silencio, en este sentido, una capacidad. La primera, un efecto del trauma (histórico, psicológico, etc); el segundo, una asunción del habla. Un mecanismo de mudez

acaso ocurra con muchos pueblos y saberes y con todos aquellos que estuvieron victimizados bajo el terror.

La caza de brujas se llevó a cabo en épocas de la Inquisición, institución que en su haber de “herejes” ejecutó en su mayoría a mujeres (el 80%).

La historiadora Fernanda Gil Lozano, autora, entre otros libros, de *Historia de las Mujeres*, afirma que “el periodo que abarcó la cacería de brujas coincidió con el final de la Edad Media, el Renacimiento y la primera revolución científica, lo que me impulsa a relacionar el surgimiento de la ciencia moderna con la exclusión del conocimiento de las mujeres”. Excede a este libro discurrir sobre los porqué de aquella cacería de brujas, pero muchos historiadores dan cuenta de que no había cuestiones meramente “espirituales” sino muy materiales como las importantes revueltas campesinas: matar a una mujer –en especial a mujeres que reunían varios saberes, entre ellos saberes sanadores que las hacían conocedoras, al interior de la comunidad campesina, de sus movimientos y gentes– era matar dos pájaros de un tiro: absorber información (o mejor dicho, saber) y producir terror. O tres pájaros: así las injusticias tenían un culpable, un hereje, especialmente mujeres, catalogadas de brujas y hechiceras.

“En principio, yo sostengo que los estados modernos que surgen con códigos jurídicos nos dejan a las mujeres como menores de edad. Esto es posible porque hubo 300 años que se quemaron a mujeres. Todo lo que significó la modernidad para los varones en cuanto a la adquisición de derechos, salir del linaje de la sangre que lo fijaba a un lugar social, y poder pasar a otro linaje; en fin, todo lo que significó para los varones la libertad e ir adquiriendo más derechos... para la mujer fue un paso atrás. Antes de la formación de los estados-nación, muchas mujeres podían firmar cheques, documentos, tenían propiedades, se dependía mucho del derecho consuetudinario, de las costumbres de esa región. Ellas eran el vientre, la herencia venía por ellas, no había entonces ADN. Una vez que aparecen

los derechos modernos, positivos, las mujeres pasan a ser idiotizadas, discapacitadas, dependen siempre de un varón, del padre, del marido o del hijo. Esto, aún en el orden medieval, no era así. Yo creo que la matanza de brujas quebró la solidaridad de las mujeres, las aterrorizó, las dejó absolutamente vulnerables y débiles ante el avance de los estados-nación modernos con el Derecho Positivo, pues perdieron todos los derechos. Recién a fines del XIX, donde ya aparece la idea del sufragismo, podemos encontrar nuevamente el crecimiento de una reflexión en una subjetividad femenina y positiva que pide y reclama por los derechos. Pero tuvo que pasar mucho tiempo, la represión de las brujas no fue en vano”. (FERNANDA GIL LOZANO, entrevista personal con la autora).

El poder despojado a las mujeres tendría ya su matriz cultural en la antigua Europa, la cual era “muy misógina, en donde todos los varones tenían una solidaridad de género que atravesaba todos los estamentos jurídicos que los separaba en nobles, en siervos, en clero sacerdotal; ese orden tripartito va a converger en lo mismo: las mujeres son muy charlatanas, hay que tenerles desconfianza, evitar que se comenten cosas entre unas y otras, etc. Siempre produjo mucha desestabilización en los varones las reuniones de mujeres hablando. Esta es una antigua matriz que uno ya rastrea en los estados arcaicos, en las mitologías, en la superficie europea en donde hay mucha misoginia. Entonces, el recurso de las brujas calza perfecto. En realidad, una dice: a ésta la quemaron por esto y a la otra por aquello, pero no lo sabemos porque el discurso de ellas no lo tenemos. Posiblemente las brujas fueran sanadoras”. (Idem)¹².

12 - Las persistencias de determinados valores culturales constituyen las estructuras primigenias del *sentido común* a partir de las cuales se van incorporando las nuevas experiencias, conocimientos e ideas, estableciéndose líneas de continuidad histórica, transmitidas generacionalmente.

Las matrices de pensamiento son formas de tematización de determinadas visiones del mundo que han sido procesadas por las mentalidades sociales. (Alcira Argumedo, *Los silencios y las voces en América latina*, Ediciones Colihue, Buenos Aires 2004, citado por Gil Lozano en su artículo “Mujeres, brujas y Damas de la noche”)

En este despojamiento que sufrió la mujer, “los varones comenzaron a encerrar a las mujeres y a apropiarse de sus vidas para transferir su patrimonio sin dudas de paternidad. Si bien al principio este cambio debió cumplirse a través de actos violentos, su continuidad en el tiempo se logró con la *naturalización* (el subrayado es mío) de ciertas características femeninas que justificaban el dominio y sometimiento. Por eso, desde muy antiguo encontramos aquellas persistencias referidas a determinadas características montadas sobre las mujeres, como la locura, la envidia, la maldad injustificada, la charlatanería, entre otras, que fueron construyendo ‘un eterno femenino’ que atravesó sistemas económicos, culturales y sociales. La experiencia de las mujeres impone nuevas formas de asociación y de reflexión sobre los cambios de las sociedades a través de la historia”, concluye la citada historiadora.

Seguramente las mujeres tengamos que “reeditarle” autoridad a la escucha entre nosotras, a la palabra nuestra, tras siglos de “mudez” y encierro. Debemos volver a la matriz de nuestros saberes, muchos de los cuales los tenemos inscriptos en el propio cuerpo. Parir es uno de ellos. Y restituirles a las matronas su autoridad, hasta en el modo de nombrarlas, pues es sabido el “tono” que muchas veces se utiliza al hacerlo, entre jocoso y descalificante, “cosas de matronas” significa habladoras. Es hora, probablemente, de remontar nuestros ancestros femeninos y autorizar el rol de la matrona, que ella hable y también que guarde silencio cuando lo decida.

50. ¿Qué es una doula?

La palabra “doula” proviene del hindi (según el diccionario *Encarta*, el hindi es la lengua descendiente del sánscrito y usada en la India) y significa “mujer experimentada”.

De modo que llamamos “doula” a una mujer que acompaña a otra durante el trabajo de parto brindando apoyo emocional continuo durante este periodo. Una doula es, fundamentalmente, una experimentada “mediadora” entre la mujer y el entorno.

Los estudios que se vienen realizando desde hace dos décadas, aproximadamente, con relación al efecto positivo de las doulas en el parto y puerperio, son más que positivos y sorprendentes: menores tasas de partos operatorios (cesáreas y fórceps), menor necesidad de uso de analgesia durante el trabajo de parto, menor duración del trabajo de parto, entre otros. Se distingue que hay una mejor percepción de la vivencia del parto, mayor autoestima y menores tasas de depresión posparto, e incluso, ayuda a mejorar el apego madre hijo, de allí que mejora las tasas de lactancia materna.

El contar con esta compañía es una práctica ancestral, que aún persiste en muchas culturas primitivas. Existen estudios antropológicos que comprueban que de 128 culturas de cazadores recolectores o agrícolas, 127 cuentan con el apoyo emocional de otra mujer durante el parto.

La modernidad, al sacar a la mujer de su hábitat de parto, de su entorno íntimo entre mujeres, al trasladarla al hospital, eliminó la importancia del acompañamiento mujer con mujer.

En definitiva, las doulas cumplen uno de los roles femeninos más antiguos de la historia. Aunque con diferentes nombres, una doula es la mujer que, habiendo parido una o varias veces, comprende cuáles son las necesidades de las mujeres durante el parto y después, en el puerperio. Esa experiencia les permite asistir a las nuevas madres, ofreciendo un sostén afectivo y material que favorece el proceso de tener un hijo.

No interfiere con la comadrona o partera, su rol es algo así como la extensión de los deseos y necesidades de la mujer. Es su cálida guardiana, en el fondo del ser de la mujer, ocupa aquel lugar de la madre, ayudándola tanto en las tareas hogareñas, como mediando en lo social y siendo un importante enlace entre la mujer y el equipo de asistencia al parto.

Pero... es más que esto, es una “presencia”.

51. Características de una doula

1. Ser mujer

La respuesta femenina ante el estrés, a diferencia de la masculina que es “luchar o huir”, es la tendencia a agruparse o asociarse y cuidarse. Este contacto, especialmente si es con otra mujer, reduce el nivel de estrés. Para una mujer, el parto, en un lugar y con personas desconocidas, es una situación que le genera temor y estrés. Como ya se ha dicho, pero vale la pena recalcar, esto produce liberación de un tipo de adrenalínicos que pueden demorar el trabajo de parto, reduciendo el flujo sanguíneo hacia el útero, placenta y feto, y alterando la frecuencia cardíaca fetal. Todo esto puede llevar a la necesidad de mayores intervenciones médicas. La presencia de una mujer que le asegura que va a permanecer a su lado, que se preocupa de su bienestar y que actúa de intermediaria con el equipo de salud, reduce el nivel de temor y estrés.

Ahora bien, ¿qué mujer sirve mejor como doula?

- Una mujer de la comunidad, aunque no capacitada como doula, está capacitada por su entrega y por el vínculo que tenga con la mujer.
- Una doula capacitada: existen voluntariados de doulas. (Ver anexo Páginas Web de Parto Natural).
- Parientas de la mujer, amigas, etc.
- Enfermeras y matronas pueden eventualmente ocupar un rol de doula
- Toda aquella mujer que, sensiblemente, sepa que no debe ser la protagonista sino la acompañante. Y más que acompañante, en realidad, que tenga claro su rol de “mediadora”.

2. Presencia continua hasta después del parto

Después del nacimiento del bebé ayuda en el establecimiento temprano de la lactancia materna o colabora en el cuidado de la casa y de los demás hermanos para tranquilizar a la nueva madre y liberarla de carga. Le transmite a ésta los cuidados del puerperio, la apoya en lo que necesite y en lo acordado entre ellas. En general, las doulas, luego del nacimiento, suelen quedarse las primeras dos semanas con la madre asistiéndola. Pero cada doula y madre hacen sus propios acuerdos: es que entre ellas se crea un particular, íntimo y cómplice universo.

3. Apoyo emocional

La doula ofrece apoyo incondicional, uno a uno, sin juzgar, felicitando a la mujer por sus logros, se atreve a tocar, masajear, según lo que sea cómodo y aceptable a la madre y usa las palabras con mucha delicadeza y cuidado. El rol de la doula en su apoyo emocional es estar presente en todas las necesidades de esa mujer para permitirle ser la protagonista en ese momento crucial de su vida, de manera que ésta sea una experiencia positiva. Si bien las publicaciones muestran toda una gama en la variedad de doulas, su capacitación se centra en la aceptación incondicional de la mujer, en el cuidado con el lenguaje, siempre usando palabras positivas, pudiendo utilizar técnicas de relajación. Aprenden también técnicas para el manejo del dolor como masajes y otras alternativas, y a hacer un manejo del ambiente (nivel de luz, aromas, música) apropiado a los criterios fisiológicos del parto. En situaciones con presencia de muchos familiares, es la doula la que privadamente consulta a la madre si necesita regular las visitas. También, la que muestra al padre u otros acompañantes cómo ayudar y respetar a la madre.

La doula se compromete a permanecer con la madre durante todo el proceso del parto, independientemente de la duración de éste. Esta certeza le ofrece a la mujer una seguridad incalculable, reduciendo su nivel de estrés.

4. Apoya tanto a la mujer como a su pareja

Una pregunta frecuente que surge cuando se menciona el apoyo emocional de la doula, es si el padre puede ofrecer uno similar. La respuesta de quienes trabajan en “maternaje” es no. Y no lo puede hacer porque está emocionalmente involucrado.

Las experiencias con doulas, además, demuestran ser un verdadero aprendizaje para la pareja, en lugar de que el hombre se sienta relegado. Es que al estar la doula concentrada dentro del campo femenino, dentro del campo extensivo del cuerpo femenino, posibilita, por el contrario, que el hombre *comprenda* –y en la medida que la mujer va ganando *afirmación* en su propio territorio– su valorable lugar de sostén masculino y, algo muy importante: al estar delimitados los lugares gracias al apoyo de la doula (desde cuestiones domésticas, trámites, visitas, estados anímicos que quedan en el lugar íntimo de las mujeres, etc.), el hombre tiene mayor posibilidad y “permiso” para *ver, contemplar y sostenerle la mirada a la mujer*, facilitando de este modo la fusión mamá-bebé, como algo propio y no amenazador.

De hecho, cualquier animal (no olvidemos que aún en el puerperio estamos en el ciclo sexual de la reproducción) cuando su pareja tiene cría, tendrá una fuerte actitud de guardián. Y ¿qué hacen los guardianes? Contemplar, vigilar, mirar, celar aquello que quieren. Los padres pueden tener más claro, así, el rol de *resguardar el nido*.

Este óptimo “enraizamiento” del vínculo mamá-bebé-papá promoverá –si va asociado a otras coordinadas íntimas y relacionales de la pareja– que más tarde el papá, además de sostener a esos seres fusionados, se sienta con la integridad, madurez y autoridad para, suavemente, ir separándolos de esa fusión. Será, a su vez, el tiempo en que el bebé irrumpa con su Yo. Con su ser separado de la madre.

La importancia de la doula se extiende aún cuando ella ya está ausente, afirman quienes tienen marcada experiencia en el tema. Tal es la eficacia de su generosa “presencia”.

5. La doula es mediadora entre el equipo de salud y la mujer.

Las especialistas chilenas en obstetricia Verónica Valdés y Ximena Morlans, quienes han realizado informes y estudios sobre las doulas en hospitales de su país, así caracterizan a una doula como mediadora, ya que ella es quien irá “explicándole (a la mujer) lo que va ocurriendo y transmitiendo las necesidades de la mujer al personal de salud. Una de las cosas que asustan a una mujer durante el proceso del parto, es no saber lo que está pasando, no entender lo que hablan los expertos.

La doula es quien interpreta, en el lenguaje de la mujer, lo que está ocurriendo o hace las preguntas que ella no se atreve a hacer. (OJO CON SU TAF EL VIGILAR DE MAMA)

Cuando una doula o un programa de doulas aparece en un hospital, este suele ser visto con suspicacia por el personal de salud, temiendo invasión en sus roles. Pero, al comenzar a experimentar la ayuda que a ellos mismos ofrecen las doulas, las valorizan y solicitan.

En un hospital con mucha presión asistencial, esto facilita la tarea del personal de salud, al cual no le es posible permanecer solo con una madre”.

52. La presencia de la doula

Entre otros beneficios, vale la pena volver a nombrar algunos que han registrado las investigadoras antes citadas, con sus datos particulares y correspondientes:

La presencia de una doula reduce la duración del trabajo de parto

En 3 estudios realizados en escenarios diversos, observaron una reducción del tiempo de trabajo de parto de 2,8 horas en un 95% de los casos.

La presencia de una doula reduce la necesidad de anestesia o analgesia

Con doulas capacitadas, dividieron a las mujeres en 3 grupos, uno que recibió el apoyo de la doula, otro que contaba con la presencia constante de otra mujer en la habitación, pero a la que no le estaba permitido hablar con la madre, y un grupo control sin la presencia permanente de otra mujer.

A las mujeres se les preguntó sobre su dolor y si necesitaban anestesia periódicamente.

Las que optaron por anestesia epidural fueron: un 7,8% de aquellas acompañadas por la doula; un 22,6% de las que sólo habían sido observadas y un 55% de las mujeres que vivieron el manejo habitual (profesionales de la salud atendiendo a varias mujeres y permitiendo visitas esporádicas de familiares).

La presencia continua de una doula reduce la incidencia de cesáreas

Los estudios al respecto encontraron una reducción del 51%¹³ de las cesáreas, siempre que la presencia de la doula sea continua, no intermitente.

Los partos naturales son más frecuentes en las mujeres que cuentan con la presencia de una doula

En un estudio¹⁴ encontraron que tuvieron parto natural sólo un 12% de las mujeres que hicieron su trabajo de parto con el manejo habitual (medicalizado), y que un número mucho mayor, el 55% de mujeres que tuvieron el apoyo de una doula, fueron las que tuvieron parto natural.

13 - Klaus MH, Kennel JH, Klaus en 'Mothering the Mother, How a Doula Can Help You Have a Shorter, Easier and Healthier Birth' (Mimando a la madre, cómo una doula puede ayudarte a tener un nacimiento más corto, fácil y sano), (1993)

14 - Klaus MH, Kennel JH, Klaus

Efectos psicológicos y a largo plazo en la mujer, por la presencia de una doula

"El parto es de las pocas experiencias en la vida de una mujer que la pueden marcar tan profundamente, positiva o negativamente, dado que es un período muy sensible, en el que ella está abierta al cambio. El cuidado que reciban ella y su hijo tiene impacto a largo plazo en su autoestima, en su relación de pareja, y en cómo va a cuidar a su hijo y en su bienestar.

Cada vez existe más información que apoya lo que se ha llamado 'Período Sensible'. Durante este período la madre está especialmente abierta a mejorar su futura relación con el niño, dependiendo del cuidado y ambiente que la rodea durante el parto. Existen estudios que muestran que el cuidado de la madre y el niño, afectuoso, personalizado y con las prácticas recomendadas en la Iniciativa del Hospital Amigo de la Madre, tales como el permanecer piel con piel, amamantar dentro de la primera hora, habitación conjunta, lactancia a libre demanda y, posiblemente la presencia del padre en el parto, han resultado en un menor abandono de recién nacidos en el hospital, en una disminución de las tasas de maltrato infantil, lactancias más exitosas durante todo el primer año y mayor participación del padre en el cuidado del niño.

Diversos estudios demostraron que el recuerdo del parto sigue vivo en la mujer al menos por 20 años y que estos recuerdos están determinados por el cuidado ofrecido por quienes la rodeaban, y no tanto por el parto mismo. Por ejemplo, un parto vaginal, rápido y sencillo podría ser recordado negativamente si la mujer fuera dejada sola sin saber lo que está pasando; por el contrario, un parto prolongado, complicado, que incluso podría haber terminado en cesárea, podría ser recordado como una experiencia muy positiva si se sintió acompañada, informada y respetada. La presencia continua de la doula puede hacer la diferencia en la experiencia y en el recuerdo de la mujer.

Una de las pocas publicaciones, sobre los efectos a largo plazo de la presencia de una doula, es un estudio realizado en Johan-

nesburgo con 198 madres. La mitad de ellas fueron acompañadas por doulas de la comunidad a quienes se capacitó para dar apoyo emocional a las madres. El grupo con doulas, comparado con el grupo que tenía manejo habitual, presentó diferencias positivas significativas al ser entrevistadas, veinticuatro horas después del parto, en los siguientes aspectos: menor puntaje en el test de nivel de ansiedad, menos mujeres consideraron un nivel alto de dolor durante el parto, siendo el índice total de dolor muy inferior.

El mismo estudio entrevistó a las madres, seis semanas después, y las diferencias significativas fueron las siguientes: consideraron que convertirse en madres era fácil, se manejaron bien con el recién nacido, estuvieron con lactancia materna exclusiva teniendo horarios flexibles para amamantar.

Otros investigadores analizaron, en el mismo estudio, las tasas de depresión a las seis semanas posparto; y encontraron que las mujeres acompañadas con doula tenían índices de autoestima positivos altamente significativos comparados con las de cuidado habitual y, al practicar los tests de depresión (*Pitt Depresión Inventory* y Escala de Edimburgo), los resultados también fueron altamente significativos, ya que observaron que quienes habían tenido una doula tenían un puntaje total menor. Es que ninguna tenía un puntaje muy alto, y sí tenían significativamente un menor puntaje de riesgo de depresión". (VERÓNICA VALDÉS y XIMENA MORLANS).

La licenciada Laura Gutman, especialista en Maternidad y en Grupos de Crianza, plantea que la doula ocuparía, hacia el interior del imaginario femenino, la representación arquetípica "de la 'Gran Madre'".

Según esta autora, "su principal función es la de *maternar a la madre* para que, entonces, pueda *maternar al hijo*. Creo que las doulas, como institución, pueden convertirse en un sostén fundamental para las mujeres del siglo XXI. Este es el esquema que propongo dentro de la cadena de sostenes:



Una doula, en un sentido elemental y profundo, en definitiva, no es sólo la que ayuda con el bebé o con las cosas de las casas (si bien esto también es así) porque si así fuera bastaría con una empleada doméstica o de dar buenos consejos (dado que allí podría estar una buena amiga u otra persona).

* Esta 'mujer experimentada' es la que interpreta la 'experiencia interior' de la madre, la que acompaña la zambullida en el universo *yin*, el universo femenino".¹⁵

53. Una doula "capacitada" se presenta

"No somos sanitarias, ni comadronas, ni enfermeras. No tenemos criterios médicos ni tomamos decisiones que no nos corresponden. No somos familiares ni amigas. Tenemos la información y formación que hemos descubierto en nosotras mismas, en nuestra maternidad, y aspiramos a ayudar a las mujeres a retomar este saber, que siempre nos ha acompañado y que hace que sea más sencillo el camino de la crianza. Creemos que podemos mirarnos a los ojos como ^{mujeres} madres y darnos respuestas.

Hasta hace no muchos años una partera tenía a su lado la familia (madre, tías, hermanas...) que la ayudaban en el trabajo del parto y post-parto de una manera natural; muchas veces vivían en la misma casa, y el trabajo de la casa y el cuidado de los niños se repartía entre todas. Los hijos mayores veían ama-

15 - *Puerperios y otras exploraciones del alma femenina*. Laura Gutman, Ed. Del Nuevo Extremo.

mantar a sus madres, a sus tías y algunos hasta a sus abuelas; crecían aprendiendo de forma natural el proceso de la lactancia y los cuidados al bebé. Así, la comunicación y el aprendizaje entre mujeres era tan natural como espontáneo.

Con el tiempo, esta forma de funcionar ha ido cambiando; la familia se estructura de una manera más individual y a menudo la mujer se encuentra distante de las referencias de la madre o abuela. Esto la puede llevar a un aislamiento que se agrava después del parto cuando encara la soledad de criar a un hijo sin contar con el apoyo familiar y habiendo perdido la experiencia visual y anímica de antaño. Las nuevas madres posiblemente no han vivido la experiencia de una lactancia materna larga, y seguramente tampoco lo han visto en sus hermanos; se encuentran solas en casa con un bebé sin saber si serán “capaces” de ser madres y muchas veces llenas de miedo. Dudando de esta capacidad como madres, se desbordan por la nueva situación (desde los aspectos más prácticos del hogar hasta la adaptación al nuevo ser) y se llenan de angustia.

Prendemos que las DOULAS asuman este papel de soporte que antes hacían las mujeres de la familia de forma natural: que ofrezcan a la madre una ayuda tanto a nivel práctico como emocional, con una actitud de respeto y amor a toda nueva realidad familiar, lejos de los condicionantes emocionales de la propia familia y de las presiones sociales.”

(Reconstruyendo el tejido social en torno a la maternidad, Asociación de Doulas en España).