

Entrevista 1.

Nicolás: yo como Nicolás, me gustaría ser papá algún día y entender un poco esto a mí como persona me puede ayudar un poco en un futuro la pregunta que quisiéramos formularle para iniciar es ¿desde su mirada usted nos ayude a entender a nosotros dos cómo fue su experiencia con la lactancia materna y su relación con los otros? ¿a partir de qué momento usted entiende la lactancia materna? ¿a partir de qué momento usted empieza a experimentar eso?.

Narradora: Pues entenderla.. entenderla.. la entiende uno desde el momento.. uno entiende la lactancia en el momento en el que nace el bebé, pero uno tiene como una preparación previa y toma decisiones previamente. Qué nos pasó nosotros desde inclusive desde antes de tener Andrés.. ¡fue un niño muy deseado! Nosotros hicimos nuestro plan de vida de casarnos esperar un tiempo y luego sí que viniera los niños entonces fue muy deseado, entonces desde el momento en que concebimos por decirlo así nuestro principal objetivo o sea desde que lo hicimos dijimos queremos lactancia materna, por muchas cosas; pues por su salud, por el desarrollo, porque fuimos creadas para eso, o sea para: el tema de alimentar a nuestros hijos porque sabemos que es mucho más saludable, por la parte económica. Porque también..uno siempre piensa toda esa cantidad de leche, pero lo que más primó fue el tema de la salud del niño..y pues estamos creadas para eso. Entonces tomamos pues la decisión se dio casi desde que Andrés nació y nos instruimos por que no teníamos ni idea de realmente cómo era. Entonces habíamos escuchado lo que uno siempre escucha: que yo si fui lechera..que yo no pude, que yo no pude, a mí no me salía., qué bueno una cantidad de cosas.. y para eso nos ayudó mucho cuando empezamos a hacer el curso psicoprofilactico igual nosotros intensos somos, entonces empezamos a leer leíamos no exclusivamente de la lactancia materna empezamos a leer sobre: crianza de los hijos y en casi todas las lecturas que hicimos apareciera el tema de la lactancia, cómo hacerlo, su rutina, como lograrlo bueno en fin, entonces empezamos a leer mucho, leímos varios libros ..no pues realmente leímos un libro nos enfocamos en un solo libro y el resto era información por internet. Cuando empezamos el curso psicoprofilactico pues ya ahí empezamos a entender realmente qué era realmente como se debía hacer porque sabíamos que queríamos pero no teníamos ni idea cómo desarrollarlo en el momento que Andrés naciera. Entonces inclusive el curso tenía obviamente pues muchos temas a tratar y de lactancia materna creo que eran dos o tres módulos era como el que más módulos tenía dentro del curso, de información dentro del curso. Y ahí empezamos a entender, nos dimos cuenta que la lactancia no es un tema de que yo doy o no doy, si no es un tema de persistencia, es un tema de hacer la tarea a pesar de, porque inclusive si nos advirtieron un poco pues todo lo que podía pasar, el dolor que se podía sentir, las molestias, las complicaciones que uno podía tener. cómo iba a ser nos pusieron un poquito en la realidad que no iba a ser la mamá feliz dándole pecho a su hijo sino que iban a aparecer muchas otras cosas que van a hacer dolorosas fuera de eso pues uno acaba de salir del parto, si era

cesárea o era el parto, entonces el dolor de la cirugía o de los puntos, y pues que eso se sumaba al tema la lactancia que íbamos a empezar, ahí empezamos a entender y dijimos definitivamente vamos a darle sólo leche materna a nuestro hijo porque es un tema persistencia no estamos a la de Dios y decir será que si voy a dar leche, será que no tomamos la decisión, la vamos a sacar porque la vamos a sacar. Entonces se hizo como toda la preparación previa que nos decían en el curso pues que mas que tomar cosas, pues era el tema de simplemente era llevar una buena alimentación y siempre nos hemos enfocado en ese tema llevar una vida de ejercicio, de buena alimentación para así mismo preparar la calidad de la leche porque también todo depende de lo que uno come durante todo el embarazo para garantizar una buena calidad de una buena leche. Entonces me cuide mucho en la alimentación, en el embarazo y ya cuando nació, ahí fue donde empezó todo Jaja... lo mas bonito, porque claro yo finalmente no pude tener mi hijo por parto natural yo venía listica para parto natural pero rompí fuente y no había dilatado lo suficiente, entonces ya pasó el tiempo y yo seguía, no estaba muy dilatada entonces tocó pasar a cirugía, por que ya se habían eliminado los líquidos..como se hizo horas después pasamos a cirugía, lloré pues porque no quería, yo quería parto natural, pero pues entendí que si era cuestión de garantizar la seguridad del niño pues tocaba pasar a cirugía, era más por el miedo a la cirugía porque nunca había entrado aun quirófano nunca entonces lloré profundamente.. mi esposo obviamente siempre durante todo el tiempo fue mi apoyo completo.. el embarazo era de los dos, nunca fue mío ni el tú verás, si no los dos, entonces el me apoyo, pase a sala me hicieron la cesarea y cuando nació Andrés pues lo primero que uno debe hacer después de que se recupera de una vez me lo pasaron, pues claro cuando ya me lo pasaron entonces ahí, ya me enfrente a la realidad ¿qué hago? ¿cómo hago?. me habían enseñado; cómo coger el seno, cómo ponerlo en la boca, como.. pero una cosa es la teoría y otra cosa es cuando uno lo lleva a cabo. Ahí claro entonces, vi esa cosita a pesar de que nació grande y esa cosita tan chiquita tan dije que hago pues nada empecé a empecé a intentar ponerle toda la teoría que ya habíamos estudiado. Y bueno pues fue, les quiero decir que fue el segundo momento más más hermoso, pues porque primero fue cuando lo vi, salió de la cesárea me lo mostraron ya luego lo cambiaron y me lo pasaron y el segundo momento más hermoso fue tenerlo ahí y ya él empezó cómo hacer su trabajo ellos vienen por reflejo de una vez (ñam) se prenden y de una vez empiezan a ellos vienen pues super aprendidos y en el tema, mira ahí surgió la incertidumbre, será que si me esta saliendo leche suficiente, será que si está comiendo, porque él succionaba, el hacia su proceso de succión y no sabía si realmente estaba comiendo, si no..(voz quebrada) en fin entonces sin embargo lo puse, empecé aplicar la teoría que decía que 15 minutos en cada seno entonces lo puse más o menos calculando el tiempo o esperar que la soltará pero no soltaba.Entonces yo decía de pronto qué tal que no haya más, mejor yo lo cambié y fue como el primer momento que lo lacte fue supremamente lindo. Ahí todo perfecto hasta ahí todo iba bien el momento de la recuperación y ya después cuando.. Pero bueno cuando uno está de primerizo siempre piensa que cuando el niño llora es porque quiere algo es porque tiene hambre a pesar de ya habíamos leído ellos lloran por una cantidad de cosas pero uno como que ese primer

instinto de lora entonces comida, lora comida. Pero sin embargo, esa primera noche que estuvimos en la clínica el niño lloró toda la noche, yo lloré toda la noche del dolor, pero sí intenté cada.. darle a libre demanda cada vez que él o que sentíamos que quería lo poníamos a lactar y ahí estuvo todo lo bonito a pesar del dolor de la cesárea y demás. ya cuando llegamos aquí a casa el niño lloraba, lloraba y lloraba, pero entonces no puede ser, ya no es hambre acabo de comer pero entonces es frío, entonces la arropamos, pero entonces una cosa la otra y ahí fue cuando entonces en medio del desespero... será que sí, será que no, será que si tiene hambre.. Entonces mi esposo dijo no yo voy a ir, voy a comprar leche, un tarro de leche y vamos a tanquear si lo tanqueamos y vemos que el niño sigue llorando entonces es otra cosa, se fue esa primera noche y compró un tarro de leche llegó y le dimos ya ni me acuerdo cuantas onzas el caso fue que le dimos artas onzas se la las tomó y quedó tranquilo. No a mí no me está saliendo leche a pesar de que sabíamos.. que la primera parte de la lactancia es... cómo es que se llama ¡calostros!. el calostro entonces sale el calostro no es mucho, entonces es una gótica lo que sale lo que se produce.. pues lo que uno tiene en su mente es que la lactancia es salir chorros de leche pero no, pero entonces uno como que en ese momento, la angustia, uno no se pone a reflexionar en eso si el niño tiene hambre, pues démosle comida en fin.. y bueno así pasó, yo igual seguía dándole ahí fue donde entendí que muchas mujeres que desisten, que dicen no definitivamente el niño tenía hambre yo no lacte, a mí no me salio suficiente leche.. Chao sigamos con el tetero. Pero hay dijimos no, vamos a dárselo como complemento a ver si queda más lleno, mientras entendimos.. mientras yo empiezo la producción completa de leche, pero para empezar la producción necesitamos hacer el ejercicio de succió, si no hay succión no hay producción, éramos súper persistentes de seguirlo poniendo y lo que les decía el otro día nos volvimos intensísimos en lo que nos decían el bebé de comer cada 2 horas y cada 2 horas (pun) lo poníamos a comer igual bajé una aplicación al celular y lo ponía 15 minutos en una 15 minutos en la otra, y si sentíamos que quedaba corto le dábamos 1 a 2 onzas de leche adicional, así duramos como creo que unos 15 a 20 días pero con el ejercicio juicioso siempre yo siempre fui lo principal, la leche de tarro fue como complemento a ese proceso de lactancia. cuando una vez vimos, que quedaba más que ya empecé a producir leche, que empieza de verdad uno que se riega la leche, entonces empecé yo con el tema de bueno primero como a los 4 días empezó el tema de la congestión el dolor. Ahí es donde empieza la parte sabrosa de la lactancia porque ahí es donde, yo creo que ese es el segundo momento donde también las mamás desisten en el segundo momento donde se congestionan se pone durísimo, hay dolor hay que hacer masajes súper fuertes, mi esposo clave en el tema, él me ponía paños de agua tibia, me ayudaba hacer los masajes, inclusive si yo sentía que se me iban a explotar o sea yo decía esto no es normal, este dolor no es normal, todo el roce todo el tiempo sentía. y ya por el tema de la succión del niño ya el pezón se empieza a quebrar, empezó a arder empezó a doler, inclusive empezó a sangrar, entonces ya ahí el dolor pero decía no, yo tengo que poder, entonces compramos las pezoneras, y al chino verraco no le gustaron las pezoneras claro no le gustaban y no entonces empezamos a utilizar el extractor. Para cada 2 horas

porque claro estaba tan adolorida, y estaba realmente rota tenía los pezones rotos empezábamos a, bueno utilizamos cosas como la aloína para lubricar, por que tengo entendido, yo sé que la saliva de ellos es súper fuerte, entonces por eso empieza como todo ese tema del pezón, y ahí entonces empecé cada 2 horas como si yo me levantara a darle al niño pero me sacaba y le daba en el tetero, también fue chocho para el tetero entonces nos tocaba como con paciencia pero sabíamos que pues no lo podíamos poner porque yo estaba muy adolorida pero si hacíamos el ejercicio, es decir cada 2 horas yo me levantaba me sacaba la leche y le daba, cada 2 horas me levantaba me sacaba y le daba o Camilo le daba. Pero en el mismo momento que tocaba como su comida yo me sacaba la leche, yo nunca fui de hacer bancos de leche, sino al mismo ritmo del niño como para no perder el mismo ritmo que también puede ser un causal de que las mujeres dejen la lactancia en cierta medida porque digamos que saquen leche y saben que esta lista el papá se las da pero pasó un muy largo período sin extraerse, entonces va bajando la producción porque no hay el mismo proceso de succión, entonces me levantaba me sacaba y le dabamos en el tetero asi duramos como tal vez unos 8 días mientras yo me recuperaba completamente del tema del pezón. Porque el tema de la congestión fue casi que, yo creo que hasta los 7- 6 meses que se congestionaba el seno, no tanto como al principio pero sí sentía duro ya después del tema de la congestión era que había congestión y además se regaba la leche, antes era que se congestionado y no había poder humano de sacarla, incluso me ponían el extractor y no salía y eso que se reventaba pero no salía entonces, ahí fue ese fue como el proceso difícil, pero en cuanto al tema físico, porque en cuanto al tema emocional era lo más hermoso que yo dándole seno a mi hijo fue un momento de conexión de conocernos porque fue ahí donde nos empezamos a conocer, donde ya yo lo observaba absolutamente todo donde ella empezó a fijarme sus ojos a mis ojos, donde ya uno empieza a reconocer y es una cosa supremamente espectacular realmente creo que uno no puede describirlo lo que uno siente en ese momento y para mi era cada osea por mas que uno esté cansado pues imaginate esos tres primeros meses es súper durísimo, porque cada dos horas y no importa la hora, el dolor, la recuperación de la cirugía pero ese momento era como para mí era mágico. Era realmente poderlo ver que el me mirara, todo eso fue espectacular. Por eso digo en cuanto la parte emocional a uno se le olvida el dolor, ya después viene cuando uno lo suelta empieza.. empieza Cristo a padecer pero si es supremamente clave e importante ese tema emocional en el momento lactar y ya después , ya uno le empieza a coger como más el ritmo, ya empieza el cuerpo adaptarse y se empieza a adecuar me empezó a pasar algo extrañísimo y es que ya era que automáticamente cada 2 horas sentía un corrientazo en los senos y en inmediateamente él se despertaba era como una conexión... total, total yo sentía como algo y yo decía el niño se va a despertar y el niño se despertaba a comer. Entonces yo decía es increíble la conexión que se da entre la mamá y el bebé, y empieza uno coger el ritmo y ya se empieza a volver algo maravilloso hay si empieza la etapa linda de la mama feliz lactando a su hijo, pero eso tuvo que haber sido yo creo que.. como tal vez dos o tres meses después, osea como que lo duro fueron digamos esos tres primeros meses no lo recuerdo muy bien pero ya de ahí empieza la parte de bonita. Ya ahi empieza lo lindo

porque ya el pezón se adaptó, ya uno conoce su cuerpo ya sabe si le duele uno pues se hace el masaje, que cuando se siente congestionado se saca, ya empieza uno a entender su cuerpo y a entender cómo es todo ese proceso de la lactancia y ahí es donde se vuelve una cosa mucho más maravillosa porque ya todo fluye, como debe fluir, y se convierte en algo completamente natural. Pero al principio entender ese proceso no es fácil como que vivirlo no es fácil y ahí entendí lo que les decía porque muchas mujeres desisten pero yo me lo propuse y como les dije ese complemento que les dije fue ponerle máximo un mes y lo complementamos después de la lactancia, además como hemos escuchado que los niños son muy comelones, qué bueno en fin.. una cantidad de cosas que decíamos bueno pues hagámosle y pues tan pronto veamos qué ya pues cortamos la leche de tarro, y así fue tan pronto vimos que la producción estaba a full. Porque además uno empiezan a pasar una cantidad de cosas divertidísimas, que además cuando uno las vive en pareja son una nota. porque entonces claro lo ponía a este lado pero la leche salía por este, entonces el succionaba por acá y entonces el choro (chhh) por acá, entonces era ponga o trapitos y yo era super delicada entonces que él protector ,pero eso nada me irritaba, entonces me tocaba el método natural trapitos, y ponga trapitos y lave trapitos, porque si ya uno se va adaptando. Y empieza a darse cuenta que el niño coge y se chorrea todo entonces trapitos para el niño, entonces empieza a uno como a ver esas cosas que van saliendo aparte del tema sólo de ponerlo y ya y come y todo es perfecto no. Sino ya empieza que se chorrea todo entonces el trapito para acá, el otro trapito para acá, entonces el masaje cuando no acabe y ya le va cogiendo como la rutina de lo que uno debe hacer pero el general, sí fue duro pero y fui una de las que .. y desde el inicio tomamos la decisión de vamos hacer lactancia exclusiva hasta los 6, entonces vamos la tarea como nos dice lactancia exclusiva hasta los 6 meses y complementaria hasta los 2 años. Obviamente hasta los 6 meses fue libre demanda pero pues entendíamos que a la libre demanda también le teníamos que poner como un control, porque.. porque también habíamos visto, habíamos escuchado que pues donde uno empieza a ver mucho la gente a su alrededor y habían muchas cosas que no nos gustan como esa dependencia entonces el niño no se duerme si no es con el seno, que entonces el niño duerme en la cama de los papás y la mamá se queda dormida dándole, hubo cosas que desde el principio se tomo decisiones y fue muy clave para tomar decisiones en este momento en que el niño llegará, no estamos de acuerdo con el colecho mucha gente lo defiende y demás. Pero colecho no, entonces a los dos nos pareció perfecto, el tema de la lactancia dijimos lactar hasta los 6 perfecto y hasta los 2 complementario pero con un orden, libre demanda pero con un orden. Nos decían uno niño necesita... los médicos, los pediatras, un niño necesita comida más o menos cada 2 horas, entonces cada dos horas lo vamos hacer, ya no es que se quede ahí pegado y entonces cada media hora otra vez, no tratamos de darle un orden. o no se si realmente haya sido a libre demanda todavía no entiendo , no sé, para nosotros fue como libre demanda, y decir no nos vamos a negar, pero si creamos en él también un hábito que era más o menos cada 2 horas que el recibiera su comida. Y se volvió así, el se dormía y cada 2 horas exactas puntoalitas él se

despertaba a comer, entonces por eso digo que fuimos muy juiciosos con la tarea de hacer lo que nos decían y pues ya finalmente la sacamos Jajaja.

Nicolas: me causa curiosidad sí.. que siempre está hablando de la decisión de los dos, siempre es como el acompañamiento constante de su pareja, de su esposo y aun así me surge la duda qué otros apoyos existían digamos que recuerde dentro de su experiencia?. algún familiar, vecino.. me gustaría que de pronto si hubiese una experiencia concreta de alguien que le relato algo en el curso psicoprofilactico o algo que usted diga esto me marcó mucho y eso fue muy importante para mí y me contribuyo a las decisiones que e tomado y también de pronto quiénes y cómo le indicaban que podía hacer cuando la leche no salía? cuándo, cómo hacerse los masajes? de pronto si era el pediatra o alguien más le decía o el hecho de ir a dar el seno cuando se sentía deshidratado o irritado quién le daba la información?.

Narradora: Bueno pues en cuanto al apoyo que nos dijiste aparte de de mi esposo, pues mi mamá estuvo los primeros 8 días y pues fue decisión que también tomamos como pareja, porque en principio dijimos no, nosotros solitos la sacamos mi esposo pues iba a tener su licencia gracias a Dios él trabaja desde la casa entonces como yo nunca iba a estar sola. Entonces antes de tener el niño dijimos no pues vamos a hacer los dos, vamos a sacarlo los dos, por varias razones; primero pues porque hemos sido de los partidarios qué nunca como que... no llevamos muy bien las familias pero dijimos no queremos dar el espacio a que vaya haber incomodidades o algún tema siempre hemos sido como muy respetuosos con ese tema de las familia, nos amamo, nos adoramos pero nuestras familia somos nosotros dos en este momento nunca permitimos que ni mamá o mi suegra se metieran. Entonces cuando tuvimos el niño tomamos la decisión, dijimos nosotros dos la podemos sacar pero cuando llegó el día del parto que me tocó cesárea ahí sí dijimos definitivamente vamos a necesitar ayuda y mi mami se vino 8 días que fue indispensable. Porque yo había sido muy precavida y había dejado mucha comida hecha congelada, había hecho..pero pues nuestros desayunos son rapidísimos la nutrición, Pues veía que no le iba a quedar muy pesado Camilo mientras yo estaba en el tema de la recuperación sin embargo como siempre siguió para nosotros un factor importante la nutrición, si vimos que las verduras y todo el tema tenía que ser fresco mi mamá se vino y pues ella fue la que se encargó de todo esa parte de toda la parte logística de la casa, del aseo del almuerzo, de la comida y yo me dedicaba a mi hijo, por que también tomamos la decisión cuando le dije a mi mami, mamita rico que nos puedas ayudar pero si nos puedes echar una mano con lo otro, porque yo me voy a encargar del bebé, porque también habíamos visto experiencias de que llega la mamá a querer criar el niño y tiene que hacer esto, y tiene que hacer lo otro. Para uno es incómodo cuando uno quiere experimentar seguramente habra mujeres que les gusta, bueno chévere, pero de acuerdo a nuestra personalidad dijimos no queremos,porque queremos hacerlo nosotros los que tenemos que aprender somos nosotros, lo que tenemos que aprender a conocer el niño somos nosotros,entonces dijimos mejor dicho como mamita no te metas en nada de lo del

niño ayudanos, en lo que nos puedas ayudar, pero del niño nos encargamos nosotros obviamente decía mi amor, puede ser frío.. Ya ellos con su experiencia pero nunca se metió cómo tienes que hacerlo así.. de pronto le provocaba. pero como la hablamos siempre lo hablamos al principio y ella fue súper respetuosa y finalmente eso nos ayudó a que nosotros supiéramos hacer las cosas solos, entonces fue más como ese tema por ese lado. y ya obviamente cabía una duda tampoco yo la buscaba a ella ni a mi suegra porque pues ellas hace mucho tiempo pasaron por el tema, yo le preguntaba y ella me decía mi amor no me acuerdo y en ese momento era otro cuento y pues ella sí eran las que se quedaban acostadas era de todo lo que yo no quería de lo que nosotros no queríamos que fuera nuestro proceso de lactancia. Entonces pues como que con ella no.. ni con ella ni con mi suegra conte mucho pero si conté, primero con toda la información que habíamos requerido, mi esposo es súper proactivo entonces cualquier cosa buscaba investigada buscado por internet, no mira mi amor hagamos esto, él siempre me buscaba una solución. Porque en medio de mi dolor, de mi angustia él siempre fue ese polo a tierra para decir no hay problema busquemos soluciones. Entonces él me ayuda a investigar mucho y yo también me apoye mucho en una amiga, si es una amiga mía si fue básicamente ella , en ella que ya había tenido dos hijos y estaba inclusive uno casi recién nacido y pues todo yo le preguntaba.. Pao pasó esto, esto, esto entonces qué hago ella me decía no pues ponte la alanina yo me acordaba de eso del curso, sí tienes razón entonces empecé a relacionar todo lo que ella me decía con lo que tal vez ya habíamos aprendido o me decía cosas nuevas ella por ejemplo fue la que me dijo pues intentenle dar después de la comida por que puede tener hambre .. yo tengo dos hombres y los hombres son súper tragones a pesar que ella no lacto mucho tiempo, pero como que me ayudó en ese proceso inicial ya después no sé qué pasaría ya no lacto mucho tiempo pero pues me ayudo y seguimos con la decisión que habíamos pero fue más ayuda de ella y la verdad, la verdad, pues lo hicimos muy solitos como muy del tema de investigar, de acordarnos lo de los cursos, hubo un momento en el que buscamos una asesora en lactancia pero nuestro plan complementario no tenía como tal una asesora en lactancia porque mi cuñada que también ya había sido mamá lo había hecho al principio pero finalmente ella no lacto, sí fue una asesora que le enseñó, pero ella finalmente no lacto, poco la buscamos porque no era un ejemplo, no nos podría ayudar mucho, finalmente como no la conseguimos pues nada seguimos dándole a lo nosotros buscábamos o encontraríamos o las soluciones que fuéramos encontrando, pero si fue un proceso como por las experiencias cercanas y lo que yo buscaba de mis amigas que me pudieran ayudar lo que me servía lo tomaba y lo que no pues no.

Nicolas: y digamos respecto al ejemplo concreto que nos daba que cuando entendían que no había tomado suficientemente leche y le daba biberón esto lo buscaron en internet o fue un consejo.

Narradora: eso fue lo primero fue el papá, fue instinto de papá porque fue la primera noche como les dije en vista que el niño lloraba, lloraba, y lloraba lo alsabamos lo

acostabamos, lo sentabamos, lo cogíamos mentiras no lo sentabamos, lo cogíamos lo pusimos en el moisés lo poníamos encima de la cama en medio de los dos, será frío..le colocábamos cobija y nada el niño lloré lloré se levantó todo desesperado y le traje un tarro de leche es más en ese momento yo no supe nada hasta cuando él llegó con el tarro de leche, entonces ya vino le preparó me dijo mi amor, y yo le dije perfecto demole y ahí como que lo tanqueo como dijimos y ahí se calmó un poco y ya empezó como a dormir.

Nicolas: y esa fue la primera noche acá, en su hogar.

Narradora: si esa fue la primera noche que llegamos acá y ya hay empezamos el tema de complementarle yo no me acuerdo si fue me parece mucho que fue la propia inspiración de los dos porque teníamos claro de la lactancia, pero no le vamos a dar a empezar a dar tetero pero si vamos a complementarle, terminemos y démosle un poquito a ver qué pasa y ya así fue entonces ah.. y después ya le quitamos el.. duramos muy poquitos días porque nos empezamos a acordar de lo que nos habían enseñado que al principio sale lo del calostro que ya luego empieza a salir un poquito más. pero dijimos que tal que este niño sea muy tragón y pues eso no le está alcanzando, esperemos a que pasemos a la fase, pero como les digo ya no me acuerdo, nosotros nos sabíamos la teoría perfecta, que pasa a la siguiente fase que ya empieza como a producir un poquito más y le quitamos el complemento ...en ese momento se lo quitamos pero el niño seguía como inquieto hay fue cuando yo ya me contacté con mi amiga y nos dijo no .. yo estoy segura que es hambre por que yo le daba y me ponía a arrullarlo para dormir y le ponía el chupo a ver si le ayudaba y se emberracaba se quitaba el chupo se desesperaba hasta después de mucho tiempo yo lo lograba dormir entonces ya empezó a pasar así muchos días, que yo decía dormir Andrés es una tragedia, súper complicado dormirlo el casi no se duerme, me tocaba siempre en brazos y empieza ahí uno a cambiar las cosas que había uno había tomado la decisión cuando no existía, yo decía no lo vamos a acostumar a dormir en brazos vamos.. , uno empieza a ceder no pues si durmámoslo en brazos pero pues uno no sabe cómo venga el niño que personalidad traiga uno no toma en cuenta esos factores sino uno dice no voy dejar que mi hijo haga tal y tal cosa, y pues no es tan así, si nos hemos mantenido en muchas cosas de decisiones así super estrictos que habíamos tomado desde el principio pero en el camino uno se va cediendo en algunas cosas, ahí fue donde el niño seguía inquieto y fue donde mi amiga me dijo eso es hambre y volvimos a darle el complemento y si duramos como un mesecito y se la quitamos y cuando vimos que la producción era alta ya se la quitamos y nos quedamos con la lactancia materna.

Diana: veo en lo que tu me dices que antes de tener a tu bebé tenías muchas expectativas y habían creado muchas expectativas frente al proceso de lactancia materna y frente todo el proceso y digamos estas expectativas cambiaron mucho veo que en lo que me cuentas puede que sí no sé si estoy equivocada algo que te haya marcado una expectativa que tú tenías la lactancia materna y haya cambiado o que te haya desestabilizado.

Narradora: No sabes que no de pronto lo único fue el tema de darle la leche de tarro eso fue un aspecto, porque no la tenía osea para mí no.. no era opción pero tampoco éramos ajenos a decir bueno hagámole no vamos a dejar de lactar pero si puede ayudar hagámole pero sí fue para mí... cuando Camilo llegó con la leche de tarro fue como no... ósea no yo no quiero pero en ese momento entendí, sí obvio porque ya venía muy mentalizada que yo voy a lactar voy a lactar, lactar y a mi hijo no le vamos a dar leche tarro no le vamos a dar leche de tarro, entonces pues eso fue como lo único que por decirlo así me simbornio un poquito por decirlo así porque no estaba dentro de mis expectativas darle leche de tarro.

Diana: quisiera que de pronto me pintarás cómo fue ese cuadro cuando Camilo llegó con el tarro de leche.

Narradora: no fue una noche súper tensionante había sido una noche que inclusive cuando llegamos ee.. esa noche inclusive alcanzó a ver algo de conflicto con mi esposo no que nos pelearemos, no somos de pelear, pero sí como que como dice uno estábamos rayados, estamos rayados porque claro llegamos a nuestra casa, los dos habíamos pasado una noche sin dormir de hecho yo llevaba más de 36 horas sin dormir, porque yo la noche anterior del parto me desperté como a la 1 de la mañana con esa ansiedad, ya mañana, ya mañana es y no me pude dormir era la 1:30 de la mañana y yo aquí en la sala tomando yogurt y yo decía, cómo esa ansiedad ya llegamos a la clínica y ahí fue derecho hasta el otro día. Que si yo dormí media hora fue mucho, Camilo tampoco durmió nada porque él se encargó del niño por que a mi me estaba doliendo mucho la cirugía, yo me cargaba del momento de comer pero el se encargó del niño, absolutamente de todo como de calmarlo, entonces no dormimos nada, llegamos aquí el dolor se despertó de la cesárea llegamos y entonces el niño lloré, lloré y lloré un momento realmente de angustia que si uno no tiene realmente claro el por qué, pues ahí se pueden presentar cosas feas entre la pareja. Porque cada uno en su cuento, cada uno dando lo suyo, cada uno estresado yo llegué y ya no aguante más me encerré en el otro cuarto y me ataque a llorar del dolor, y Camilo se quedó con el niño y el niño lloraba o sea trágico, tampoco esa escena maravillosa de llegamos a nuestra casa... Tratamos de hacer eso sí lo que nos habían dicho, cómo llegar a presentarle al niño la casa.. como de.. tenemos una persona. una persona que muchas veces no se toma en cuenta pero como el niño no habla.. pues venga yo le hago. Entonces no mira llegamos a tu casa le hicimos el tour esta es tu habitación, éste no sé que, este no se cuanto.. como que seguimos muy juiciosos las recomendaciones pero yo ya yo me desesperé entré al otro cuarto y me ataque a llorar y mi mamá se fue a consolarme. Entonces Camilo en cierta medida se sintió solo porque dijo claro me dejaron allá solo con el niño el niño lloraba yo no sabía qué hacer pero pues yo decía yo necesitaba en ese momento necesitaba irme porque estaba mal emocionalmente, por el tema de que el niño lloraba no sabíamos que eran y aparte me está doliendo mucho, entonces como que ya vi que necesitaba explotar y me encerré al otro cuarto a llorar y mi mamá llegó apoyarme. Y el pensando estoy solo me dejaron botado con el niño y ahí fue donde él tomó la decisión no yo me voy traigo la leche inclusive fue un

poco más tarde porque intentamos dormir y no pudimos y pues todo lo que les conté y ahí fue cuando él se fue y trajo la leche y lo que te dije en ese momento pensé no leche no de tarro no pero entonces me dijo qué más hacemos? el niño tiene hambre vamos a tanquearlo.. y ahí miramos, listo dale mi amor, pero listo no fue nada así traumático.. hay no me tomas en cuenta no, no porque además había que siempre hemos llevado una relación de que siempre tomamos las decisiones juntos pero cuando uno ve que el otro no está en capacidad de tomar las decisiones, el otro toma la iniciativa y el otro se adapta si no le gusta le dicen pero en ese momento fue lo más lógico.

Diana: Me causa curiosidad pues digamos en escena que pensabas? qué sentías?.

Narradora: No pues miedo, angustia, incertidumbre pues sí enfrentarnos a que el niño esté llorando y no tengamos ni idea... así como que hemos tratado de hacer la teoría, será hambre, será frío, será no sé qué y nada nos funcionaba. Como que uno dice Dios mío será que sí vamos a poder y empieza la duda de uno, será que si voy a poder y eso pasó durante mucho tiempo no fue solamente esa noche, si no inclusive yo tuve mis crisis no la llamada depresión posparto que también bueno no sé si opinar al respecto o no, pero también pienso que es algo, que se creó a partir de qué yo creo que de las comodidades. pienso que una mujer bueno dicen que clínicamente está comprobado que existe la depresión posparto siento que después del parto obviamente sí sentimos muchas cosas el desorden hormonal, a uno le da angustia, uno se siente lleno de miedo, no sabe cómo reaccionar o qué hace. Para mí por ejemplo desde el principio fue muy importante mantener el equilibrio entre mi esposo y mi hijo porque pues tampoco quería el tema de dedicarme solo al niño y olvidarme de mi esposo. Porque tomé la decisión desde antes del niño yo dije para mí mi esposo va a ser toda la vida y mi hijo va a crecer y se va a ir y eso lo voy a empezar a hacer desde ya, quiero que mi hijo nazca y no descuidar a mi esposo tratar de siempre estar linda tratar de organizarme, arreglarme y bueno en todo el tema entonces eran tantas cosas que yo tenía en mi cabeza. Que obviamente a uno le produce muchas cosas pero siento que ese tema de la depresión pues parte mucho de uno, porque obviamente pues es un momento muy vulnerable para una mujer, pero a veces siento que es como falta de no hacer nada pienso no sé si sea muy duro de mi parte decirlo con las mujeres que pronto hayan tenido una depresión postparto, pero me parece que a veces no hay en que ocupar la mente sino en ocupemosla en me deprimi o sea ocupemola en que esto que me está pasando es durísimo y me deprimí, en cambio de echarle vainas.. o no se como que les hacen todo.. como que no tiene en que más preocuparse o enfocarse solo en esos sentimientos de confusión que uno tiene como mujer en ese proceso. Entonces como les digo no sentí absolutamente nada de eso pero sí hubo días absolutamente críticos, hubo días en donde yo ya no me aguantaba más y lloraba y me desesperaba y mi amor cuida tu el niño y me atacaba llorar, porque pues porque sí.. unas veces estaba conmigo otras veces no, porque otras veces él también estaba en estrés, entonces lo que hacíamos era cada uno en su espacio a veces le decía te quedas aquí yo me voy al parque y me iba al parque y lloraba me desahogaba y volvía otra vez es

como buscar sus espacios para estar bien pasa y pasa mucho durante esos tres meses como les digo fue el momento más crítico donde más seguido pasaban esas situaciones

Diana: tú decías que desde el embarazo querías separar esas dos cosas según lo que te entiendo no se si estoy bien una como mamá de tu bebé y una como esposa y cómo se hace eso?

Narradora: Es muy difícil.... es muy difícil

Diana: ¿cómo lo planteaste?

Narradora: Yo lo planteé en el tema decir no.... O sea tengo que buscar los espacios para no dejar a un lado mi esposo... ¿Si? O sea como decir no todo el tiempo estar pendiente mi bebé si no también buscar un espacio estar pendiente de él de atenderlo no sé, una palabra bonita, pero no es fácil. No sé Pienso que obviamente es mucho más fácil cuando uno se lo propone a cuando no. Pienso que uno realmente cae en el error de dejar absolutamente al lado el esposo, si uno no se lo propone. Porque realmente un niño demanda de todo y uno se le olvida absolutamente todo el mundo, sino ahorita su prioridad en ese chiquitín y... y... pero sí pues uno toma la decisión antes, pues se puede ir manejando una que otra cosa y se va sacando, O sea no se hasta qué punto... Tocaría preguntarle a él?... qué tan satisfecho o insatisfecho estuvo? pero... pero... si lo tenía claro y si lo intente. Por eso digo no se si funciono o no funciono... pero si lo tenía claro que sí Y si lo intente no sé por eso digo No sé si funcionó, no funcionó pero si en mi cabeza siempre estuvo y es muy lleno y está, está y ahí sigue. Porque cada etapa de los niños pues van siendo diferentes, obviamente hemos tenido momentos en donde no nos ha funcionado muy bien. No sé como que uno dice no, de pronto yo lo estoy dejando muy solo o de pronto siento un cambio actitud de él entonces como que yo soy yo. Y de pronto me estoy enfocando mucho niño, o incluso a veces me lo ha dicho o cosas pero lo tenemos Claro que tenemos que cultivar esto.... que somos nosotros, que somos solo nosotros. Además que le vamos a enseñar al niño si no estamos Unidos y no estamos a la mejor forma, de demostrar familia es con el ejemplo.... Ahí seguimos en la lucha... total... haciendo ajustes.

Diana: Hay una cosa que tu dijiste, que me causo mucha curiosidad y quisiera que me ayudaras a entenderlo... y es.. Fuimos creadas para eso? o sea quisiera que me explicaras mas sobre lo que quieres decir frente a esa frase.

Narradora Pues...Para mí también influye mucho la parte la parte lo religiosa sino pues como de espiritualidad, para mí Dios creó a la mujer ¿sí? o inclusive para la parte de la ciencia o sea fue creada para tener para poder tener un hijo en su vientre, hacer un hijo en su vientre y por lo tanto como Dios ha hecho todo tan perfecto nos hizo creadas para amamantarlo o sea como la naturaleza, lo normal de naturaleza, la vaca tiene su ternero y amamanta su ternero, así todos los mamíferos, entonces como que Dios nos escogió a nosotros para esa labor, al hombre en su labor importantísima de fecundar, no podríamos

ser mamá sin un nombre... Obviamente. Pero el desarrollo de ese hijo está nuestro vientre. fuimos diseñados para eso... Dios o lo que cada uno quiere creer, nos diseñó para eso. Entonces es un tema muy normal, pero si... así como una vaca tiene su ternero y le da leche así como no sé qué y le da leche pues uno también, pues nace su bebé y le da leche, o sea es así tal cual... y pues por algo también siento que Dios nos dotó de muchas otras cualidades, que los hombres tienen infinitas y tienen las de ellos, pero cada uno tiene su rol y parte de nuestro rol como mujer y cuando procreamos es ese, para mí, para mi punto de vista, es ese... amamantar. Porque física y ideológicamente... pues nos crearon así. Creo que...

Diana ¿Dentro de esa ideología ¿Que más involucra? Por que tu dices que es una parte ideológica ¿No?

Narradora: Y de ciencia, o sea física, de una parte física... por eso el hombre no produce leche, somos nosotras... ¿entonces quien tiene que lactar? Pues nosotras. O sea físicamente y científicamente es nuestro rol... por eso nosotras producimos leche. Porque físicamente lo podemos hacer... también no solamente desde la parte ideológica, sino desde la parte física.

Diana: Okay. y digamos viendote desde afuera? en el proceso que tuviste de la LM ¿cómo lo hiciste? ¿Cómo lo viviste? ese proceso... frente a ese rol... frente a esa posición digamos que tienes que lactar porque es natural, porque eres mujer y lo puedes hacer.

Narradora: Con todo el compromiso. O sea creo Que tener claro esa convicción que lo que me hizo no desistir en el camino sino decir no o sea o sea no Cómo actuar presión sino actuar frente a lo que a lo que yo pienso y creo que estoy diseñada para hacer, y qué es mi rol además, mi rol como mamá es que tengo que hacerlo, porque el papá no le puede dar leche... Entonces otro no hay chance porque fue la decisión que tomamos y porque sé que físicamente es eso y marcaba también mi parte ideológica. yo Se que además o sea que Dios me creó para amamantar y para ser mamá y por eso nos dio otras cualidades como la ternura bueno otro tipo de roles dentro del hogar diferentes a los roles tan importantes que también tienen los hombres pero son diferentes. Entonces cómo que no tengo que asumir mi rol y este es mi rol y lo voy a hacer y lo voy a sacar. Obviamente todo el tiempo con él, pero pero era más como mi pensamiento interno y de mí, de yo con yó, es más yo me miraba al espejo yo me hacía a terapia, yo soy yo creo que a través de mí de mí de mi carrera y de lo que hago he aprendido mucho trabajar en mi misma, yo sé, sí, yo puedo hacerlo si puedo sacarlo... me encanta leer muchos libros de crecimiento personal, he estudiado mucho el tema entonces como que digo esto no me va a quedar grande o sea yo no sé qué entonces Miraba el espejo y decía, no yo puedo, yo puedo, hágale, pero partió mucho de esa fuerza interior. de decir... y obviamente el apoyo de él, de decirme, no dale lo vamos a hacer ¿que te ayudo? ¿que hago? ¿Como lo pongo? ¿Como te lo pongo? ¿como te lo acomodo? ¿Cómo te sientes mejor? entonces también es como un...

Diana: Okay... en esas escenas donde tu nos decías, que yo puedo! y que te hacías masajes como nos lo ilustraste ahorita... Pues me imagino que... o no se si estoy equivocada esas expectativas como que volvieron otra vez? cambiaron? se transformaron? o no? o siguen siendo lo que me dijiste ahorita?

Narradora: No, o sea como tal las expectativas, obviamente las expectativas cambiaron... porque ya uno vive la realidad ¿si?

Diana: Ammm Okay!

Narradora: Aún así sabíamos que no iba a ser fácil o sea porque ya como que nos habíamos instruido y sabíamos que no iba a ser el catálogo bonito sino que sabíamos que iban a venir cosas duras... lo que pasa es que uno no es consciente de eso hasta que no las vive... entonces momento de vivirlas obviamente cambiar un poquito las expectativas pero si uno tiene la decisión Clara... y el Para dónde va Claro pues expectativas no son pasajeras... cómo qué fue una situación y ya. Pero para mí no cambia el hecho, o sea no me va hacer cambiar mi decisión... qué era de esta, que era que quería lactar. Entonces cómo que no marcaron una diferencia, en cuanto a la decisión que ya habíamos tomado ¿Si? fueron ehh.. situaciones que se vivieron, y obviamente pues no los esperamos así o en fin... pero no marcó para nada nada, no, no fue un factor determinante para tomar alguna otra sesión o cambiar de rumbo... no, si no cómo para secarse las lágrimas y seguir... porque no había de otra.

Nicolás: A mí me gustaría volver sobre la pregunta que hacía antes Diana y es... Usted nos indica, Pues que están dotadas físicamente y.. y.. pues es de Dios o lo espirituales para poder ofrecer lactancia al niño... hay otra experiencia distinta a está? hablar con alguien? conversar con alguien? alguna experiencia que usted tenga previo a estar embarazada o ofrecer lactancia a su hijo? que le haya permitido construir eso adicional? alguien que de pronto sea muy significativo en su vida?

Narradora: Pues... de entrada mi esposo. O sea los dos como que siempre hemos compartido, no solamente la ideología sino pues como les decía la toma de decisiones, entonces como que con el siempre... porque pues... al final nosotros, pues toda nuestra familia, nosotros cuando nos casamos nos vinimos a cajicá y toda nuestra familia se quedó allá, entonces nunca permit... permitió generar un vínculo muy de hablar todo, dialogar todo, compartir creencias, Además siempre lo hemos hecho como que desde que éramos novios, el tema de formarnos espiritualmente... ehh.. entonces pues como que eso también no ha encaminado a llegar a esas conclusiones ¿si? el tema de la formación yo pienso... que más ha sido en el tema sido que lo te decía ideológico o espiritual, la formación espiritual que de pronto hemos podido o yo he podido llegar a tener. Pero también todo ha sido como de lo que hemos hablado los dos y, y obviamente mucho de las experiencias que uno ve alrededor familiares, amigos, conocidos. Que no todos son ejemplos, Es decir, a

todos los hemos tomado como ejemplo de advertencia, Entonces para nosotros a nuestro alrededor hay muchas personas, muchos amigos, muchos conocidos, muchos familiares. Que sin ánimo de criticar lo hemos tomado una como una advertencia, es decir, cuando nosotros seamos papás, o... no nos gustaría hacer tal cosa, que vemos en comportamiento otra persona, sin juzgarlo, sino nosotros, tomándolo... como (Tose) *perdón* cómo enriquecer en nuestra labor de crianza y demás. No nos gustaría tal cosa que hace tal, listos ¿si? ¿si?¿si? tu estas de acuerdo? si, si, si, no, no, no y tal, oye y chevere! esto que no se que hace Pepito... o sea alrededor hemos tomado tales experiencias de nuestros amigos, conocidos y familiares... también como para tomar esas decisiones, inclusive lo hablamos, cuando vamos a algún lado... vemos ¿viste que tal y tal cosa? ¿tu que harías? no... tal cosa. Sí yo estoy de acuerdo, yo creo que yo también haría lo mismo... entonces como que ya vamos enfocados como que si nos llega a pasar...no todo sale al pie de la letra, obviamente! en el camino uno tiene que ir cediendo y cambiando y demás... Pero en lo posible hemos tratado de ser... y eso que yo he sido mucho más laxa, mi esposo si ha sido mucho más firme a las... a las decisiones que se tomaron y a la convicción de lo que uno cree que es lo mejor... yo creo que yo si he sido más...

Nicolás: y dentro de esas experiencias que nos menciona... hay alguna en particular? que usted haya dicho... bueno... pues... con relación a lactancia... esta experiencia me marcó... de esta persona y producto de esto tome tal decisión?

Narradora: No, sabes qué no, sabes que de las experiencias externas fueron todas advertencias, O sea todas fueron lo contrario a lo que nosotros queríamos, creo...

Nicolas: o bueno... alguna advertencia que usted diga, no me parece tan idónea esta manera

Narradora: esas fueron muchas...

Nicolás: Pero algún ejemplo respecto a la lactancia... recuerda uno?

Narradora: ¿algún ejemplo particular? mmmm No, tal vez mi hermana y mi cuñada que las dos ya habían tenido hijos y ninguna de las dos lacto. ¿si? si no que como que... nada se fueron.. Haber nosotros siempre lo pensamos que fue, que es la fácil, que la forma fácil es la leche de tarro no sé... ¿Si?por eso digo no me puedo meter en la.. en la parte física una mujer. Pero para mí, o sea yo pienso que es la fácil o sea porque claro uno no sufre lo que sufre en el pezón, la congestión, la no sé que, la ta ta ta. O sea uno deja de sentir muchas cosas a lo mejor que son más fáciles, es más fácil preparar... es más fácil que uno está dormido y nos turnamos la preparada del tetero a la madrugada... es más fácil para uno como mujer a lo mejor es más fácil. Deja el tetero al lado de la cama y cuando uno se despierta se lo pone y ya. No se tiene que despertar, sentar. O sea es más fácil, me parece a mí... entonces sentimos que esa decisión siempre fue lo más fácil. pero para nosotros lo más fácil y no siempre lo fácil es lo correcto, entonces pues como que. Y ahí, en eso nos hemos enfocado en muchas cosas de la crianza con Andrés... Es fácil poner a un niño, bebe al

televisor por qué se emboba, pero decíamos, no para nosotros no cabe esa posibilidad, hasta que no cumpla cierta edad, no lo vamos a dejar ver televisión y no es fácil, no es fácil... porque... porque uno llega momentos de desespero que dice... tome que esto es lo fácil, y porque somos seres humanos y entonces, siempre cuesta más mantener esas decisiones más difícil es lo que te digo en particular creo que son dos experiencias fueron como advertencia ¿sí? no queremos eso, no queremos eh... eh... darle leche de tarro, primero pues obviamente y lo que le decía y también partía mucho la parte económica, decíamos uy no que renta con esos teteros y esa leche y no que renta tan berraca sabiendo que podemos y que es mejor pues hagámosle, pero sí creo que influyo o sea creo que esas eran para mí las dos razones fundamentales que sabíamos que era lo mejor para nuestro bebé y la mejor comida... y el tema económico Ojalá lo saquemos porque sino que rentica y porque sabíamos que era... Entonces esas dos experiencias fueron como las que... pero lo que te digo fue como mas de advertencia, porque sí hemos visto que.... Bueno es que es que yo no sé que otras.... ah bueno mi otra amiga que te dije... que fue la que me la que me daba consejos y demás... Paola, ella tampoco, ella también fue leche de tarro, entonces como que yo veía, hoy la gente se va más como por lo fácil o qué Porque como es posible que ahora entonces ninguna mujer puede lactar, entonces antes Cómo hacían? y hemos sido muy de eso, de decir cualquier cosa antes antes Cómo hacían? entonces nuestros papás como hacían? con muchas cosas que creo que hoy en día se han ido como... cómo inventando, cambiando. Inclusive en la crianza de los niños, osea que Uno dice y entonces antes que como entonces pues como que decimos Bueno no pero como ahora todo es mas fácil y llevamos una vida más... con menos esfuerzo. De hecho para nosotros pues tomar la decisión de que yo me dedicara 100% a nuestro hijo esos primeros dos años, pues obviamente eh... no fue tan fácil, porque era de que yo dejara... Gracias a Dios mi actividad me lo permite, pero yo no puedo estar activa como tal haciendo haciendo la actividad y pues obviamente eso marco el tema económico y muchos amigos nos veían cómo Los chiflados... O sea cómo es que Tatiana está dedicada al niño y porque hoy en día la guerra es otra, la guerra es laboral... pero para nosotros siempre siempre ha sido fundamental como el tema de sembrar en el niño.... Bueno... somos como chapaditos a la antigua, pero modernos y cheveres... pero rescatando muchas cosas de lo que funcionó antes que nos parece que por eso es que ahora está como tan degradado todo.

Nicolás: y hay otra... pues volviendo al relato inicial que nos contaba... usted decia que sentia un corrientazo en los senos y el niño inmediatamente sentía hambre... para mi es una forma.. si le interpreto bien, de conexión y de un vínculo entre ustedes.

Narradora: Sí... Total.

Nicolás: y de la misma manera usted decía al principio el dolor y bueno me dolia mucho cuando... cuando tuve... o fue la cesárea... pero después al ver al niño y poderlo lactar fue una experiencia muy bella para usted. ¿cómo se construye ese vínculo? ¿como usted lo

sintió? ¿como fue la manera en que..se construyó. ¿fue algo a primera vista? o fue...
¿Como, como lo sintió usted?

Narradora: Yo creo que las dos, fue algo que nació a primera vista por qué pues... nada todo lo lo que uno siente... Porque obviamente es algo que nace a primera vista uno ve esa cosita que salió de uno... su pedacito además... entonces nace a primera vista. Pero sí obviamente después se empieza a construir... entonces, en cada... en cada toma de seno, la experiencia era diferente uno además ya tiene más confianza, en solo el hecho de cargarlo, por qué uno al principio es super inseguro por más de que... por ejemplo ya había tenido uno sobrinos y ya los había alzado y demás, mi esposo por ejemplo, los hombres son como mas... eh... les da como mas “cosita” eso... entonces a pesar que él ya tenía un sobrino pero pues nunca así tan chiquitico... Bueno en fin, como cosas así. Entonces a uno le pasaba que cuidado el bracito, entonces como que todo es como muy rígido, entonces al principio existe como esa conexión inicial... Amor a primera vista.. por decirlo así. Pero después se va construyendo, porqué? Por qué uno ya va con mas confianza, entonces uno ya le habla, empieza uno a mirarlo, le coge aquí, le coge allá, lo esculca, tal... entonces sí? se va construyendo ese vínculo en el proceso ya uno sabe pan! lo mira, entonces ya uno sabe que si lo coge así se ríe... entonces ya empieza uno como... como a generar a construir esa conexión que luego se va volviendo mas chevere, por que ya hay como más confianza, además se va sintiendo uno más confiado no solo del niño, sino que ya nos conocemos más, sino que ya estamos...o sea ya somos mas panas.. entonces como que... ya empieza a cambiar el tema. Pero creo que sí nace... Pero como que uno pues como que lo construye, pero yo creo que eso es absolutamente natural.

Nicolás: Pero... pero digamos respecto al proceso con la lactancia... o sea, eso contribuye a que se fortalezca el vínculo? ¿Cómo lo experimentó usted?

Narradora: Si.... Total... Si... yo creo que sí... O sea, yo creo que sí por qué de los momentos que yo... (silencio) inclusive yo soy super susceptible... de los momentos en que yo miraba a mi hijo y lloraba, eran los momentos en que yo lactaba (Silencio) Si o sea era el momento como que yo era consciente de decir Dios mío! Dios, es perfecto, miren esta belleza, nació además completo entero, además el culicagado es divino. Fue en ese momento de lactar... O sea como que yo decía y sentía que lo tenía indefenso y sintiendo que yo era indispensable para el, por que si yo no estaba ahí, no iba a comer, entonces... en esos momentos es donde realmente yo... donde me sentía mas conmovida ¿Si? o sea como que yo sentía que, obviamente había muchos, cuando jugaba, cuando hacía cualquier... (Cara), que se reía, pero en ese momento era cuando realmente me tocaba todas las fibras, a mi como mamá, y es mas donde yo... desde mi parte espiritual, lo cogía y ahí oraba, y decía Dios mío, Ayúdame y dame la fuerza para ser una buena mamá, para no se que... para tatata... era en esos momentos, creo que en esos momentos mas lindos fueron ahí, en el momento de lactar y lo que te digo... ya después se va volviendo uno más relajado, entonces uno ya, yo me venía y empezaba a buscar otros sitios, me venía a la sala, tomaba

el solecito, estaba con él, ya empieza uno a generar ese vínculo, le cantaba, tal cosa hablado con él, le decía cosas bonitas, pero sí haciendo... ahora... ahora me haces caer en cuenta de eso, que los momentos de verdad más... más especiales fueron esos momentos de lactancia, inclusive ya grande... inclusive ya grande, yo lo veía como tan indefenso, como que mi chinito como se me ha crecido y era ahí en el momento de la lactancia donde exista esa conexión súper especial.

Diana: Relacionado con lo que decía Nico... tú decías, que nos empezamos a conocer... ese fue el momento como... propicio como para empezar a conocerte con tu bebé ¿no? o...

Narradora: Sí, Sí yo creo que sí. Obviamente todo lo que pasaba ajeno a la lactancia sumaba, ¿Mmmm? Por que obviamente pues todo... lo que hacía, lo que movía, lo que manito, lo que miraba. porque obviamente uno se empieza a fijar absolutamente en todo si miraba, sino miraba... si miro hacia arriba... si sonrío, O sea, todo pero..... pero sí creo que en los momentos donde más sentí que nos conocíamos era ahí, y el solo hecho de su mirada fija mis ojos, O sea, como que esa mirada ya lo dice todo, O sea cómo que cuando él ya empezó a fijar su mirada en mí, porque el principio, ahí todos dormidos... y todos... y ya cuando él empezó a abrir ojitos y me miraba y no uno ya ahí uno empieza a sentir que cada cosa es otro cuento.

Entrevista 2.

Diana: La primera pregunta sería... ¿queremos saber qué significados y que sentidos tuvo... digamos, pues recibir ese... ese apoyo? entonces no sé si quisieras empezar por parte de tu esposo...

Narradora: No..., total... O sea, primordial, yo creo que... claro una mujer sola, yo estoy segura que lo puede hacer, O sea es... es... indiscutible que lo puede sacar adelante... Pero... Pues Como en el... en el... panorama romántico... que nosotros lo teníamos de tener un hijo criarlo y demás. Pues fue un apoyo total... no solo por el tema del cansancio físico... porque finalmente uno sale del parto, sale cansado... eh bueno, en fin, ese apoyo de él pues como que como tal no tiene que ver con la lactancia, pues porque él no tiene nada que ver con el tema de amamantar... pero si el apoyo logístico. el apoyo emocional, el apoyo... pues en todo, en estar con el niño, en estar pendiente, en hacer... en consentirlo a uno también, porque era lo que yo les decía cuando uno se congestiona, entonces él me ponía las toallitas, él me hacía el masaje. entonces pues como que también lo hacen mucho más íntimo, es un proceso mucho más... bonito por decirlo así, desde mi punto de vista, por lo que yo soy casada y es como... el eje fundamental es mi familia como tal, entonces si fue para mi primordial, importantísimo y ese decir... como esa fuerza motivacional ¿no? porque uno lo tenía claro, pero decir... no mi amor vamos, dale ponlo ¿que te ayudo? voy y te compro las pezoneras... voy te compro el... la ¿que? la analolina, qué es el que para qué... para qué no se agrietaran... no se que... entonces... pues también ese acompañamiento y ese amor, que uno siente pues en ese proceso, entonces fue, pues para mi fue fundamental y clave, creo que fue... creo que fue el mejor apoyo que recibí en el proceso de la lactancia, fue el de mi esposo... porque el resto claro, todo el apoyo externo, como lo que les decía, los cursos psicoprofilácticos, todo eso fue como informativo para... pues para hacer la ejecución en ese momento, pero el apoyo como tal... fue... el primordial fue el de mi esposo. fue el principal.

Nicolas: Digamos que usted, también nos contaba que había una toma de decisiones ¿SÍ? quisiera saber en qué momento específico ustedes toman esas decisiones y deciden cuándo se van a apoyar... previo al embarazo? durante el embarazo? en qué momento.

Narradora: No, como tal el método de apoyo fue durante la experiencia, o sea durante el día día ya del momento de la lactancia, obviamente él me expresó su apoyo completo mucho antes, desde el momento... desde antes de que quedáramos embarazados tomamos la decisión pues si Dios nos concedía el... el... don de la vida... era... que íbamos a lactar, entonces pues tomamos la decisión juntos... pero ya las decisiones de cómo me apoyaba o como lo hacíamos... pues ya se dio en el proceso... porque que además los dos fuimos a los cursos, los dos teníamos información y pues uno piensa más que dos. Entonces uno se acordaba más de ay!! tal cosa ay!! tal otra... yo soy mucho de tomar notas entonces como que yo buscaba ay! venga que hacer cuando... tal cosa o él buscaba en internet... o él se acordaba y entonces me decía hagamos esto, hagamos lo otro... entonces si fue cómo en el proceso.

Nicolás; Y... digamos... pues yo reconozco un poco la dinámica, de ustedes incluso usted ahorita no la acaba de comentar, que usted a veces hace como labores... que está en su trabajo y hace labores de apoyo a su esposo. por ejemplo como me lo comentaba ahorita, en ese momento que de pronto no podía apoyarlo... el cómo? ¿cómo lo hacía? alguien lo apoyaba a él? usted lo seguía apoyando de alguna manera en el trabajo?

Narradora: Mmmmm bueno es que lo que pasa es que nosotros pues considero yo que tenemos una relación diferente... bonita. y... como que los dos estamos muy involucrados en las cosas de los dos tanto en el trabajo, como en obviamente en las cosas del hogar y de la familia, y entonces pues en ese momento, esperate pienso... no, pues yo creo que sí siempre estuvo ese apoyo por parte y parte entonces... pues es que además es que el trabaja desde la casa, entonces pues evidentemente está el apoyo por parte y parte. entonces digamos él... nos pasaba mucho, él... tiene muchas videoconferencias, muchas cosas y pues yo estaba en la casa y obvio el recién nacido, yo lo que hacía era... respetar al máximo... me decía voy a llamar a mi jefe, voy a tener una conferencia... pues yo me encerraba con el niño ¿sí? no se si era masomenos a lo que te referías... ahhh Okay! entonces pues sí todo el tiempo... la pregunta no me... no mee... porque para nosotros es normal, ¿si me entiendes? o sea cómo qué... apoyo incondicional, de lado y lado, o sea como que... de él para mi con el niño y él para mi en mi trabajo y de mi para él en el trabajo también, entonces como que siempre hemos... ¿en que te ayudo?

Nicolas: apoyo recíproco.

Narradora: Total, total, entonces en el trabajo... yo no tengo mucha idea de lo qué él hace, pues de cómo tal la publicidad, demás. Pero sí... digamos... mi amor tal cosa, mira tengo que hacer esto, hagamos esto ta, ta, ta, con las cosas de él, o alguna cosa de mi trabajo, mira tengo que ta, ta, ta, noo mira hagamos esto, esto, esto. Entonces siempre es como eso y las cosas del niño mucho más.

Nicolás: en ese momento el apoyo de su parte se veía un poco limitado respecto a ese apoyo.

Narradora: Si claro... total. Sí claro. Aunque... aunque lo que te digo... el apoyo mio con el en su trabajo no ha sido mucho físico, sino como ideas, de tal cosa, por qué pues no tengo como apoyarlo mucho físicamente, si de pronto en lo que... bueno en lo que acabo de pasar, donde fui le traje algo... evidentemente pues en ese momento estaba super limitado, el apoyo era al contrario, él era el que me traía todo por qué pues dure cuarenta días, además que... como dicen guarde la dieta completa, dure los cuarenta días en la casa.. sin salir, entonces pues él era el que proveía todo y al principio mi mamá también esos primeros ocho días él fue también la que nos ayudó... también con ese tema, pero de resto sí en el aspecto como físico de ayudarle... pues no.. no, porque yo estaba dedicada cien por ciento al niño, entonces en el trabajo no fue mucho el apoyo.

Diana: nos.. nos ampliante que realmente qué fue lo que significó y sentiste en ese momento... sobre recibir el apoyo de tu esposo... y tocaste también un tema y es el curso...

digamos ¿Qué sentido tuvo haber asistido a este curso? ¿haber recibido información por parte de profesionales? ¿Significó algo? ¿Dejo algo en tí? ¿Qué... digamos ¿qué involucro en el proceso de la lactancia?

Narradora: Total... Para nosotros fue clave, o sea yo a todo el mundo a ojo cerrado le recomiendo el curso que lo haga, porque además... uno no tiene ni idea, uno jamás va a estar preparado para ser papá o mamá, Nunca, o sea por más que uno diga, No... esperemos y vamos hablando... uno nunca va a estar preparado, entonces uno dentro de todo lo que siente es miedo, o sea miedo a lo que va a pasar y que como voy a hacer y si vamos a ser papás y así... y esa cosita tan chiquitita y cómo lo vamos a bañar y cómo le vamos a cortar las uñas y cómo lo vamos a cambiar y cómo lo vamos a lactar, eh... entonces para nosotros eso fue fundamental, el curso fue... no nos perdimos ni una sesión, íbamos juntos a todo, las disfrutábamos, aprovechábamos... pues porque también hay mucha gente que va y las toma y jum! tomábamos notas, en fin... pero si es... para nosotros sí fue fundamental haber tomado... ese curso, en todo, no solamente en la lactancia, si no cómo para todo el tema del manejo con el niño, pues porque manejan muchos temas, inclusive el más profundo es la lactancia, eran como dos o tres módulos a diferencia de.. de los otros temas... que era un solo módulo... un solo módulo... por decirlo así, entonces sí fue clave... eso y lo que les digo, que nosotros somos súper intensos buscando información, entonces somos súper proactivos, buscando una cosa, buscando otra, entonces lo que les dije... compramos un libro, nos basamos en un libro... buscamos por internet, O sea todo el tiempo cómo adquiriendo información para tener un poquito más de confianza, por qué pues a la final no....

Diana: y... en particular para ti, digamos ¿Qué criterios? o digamos ¿Qué buscas en ese apoyo? ¿sí? ¿Como específicamente en el curso? y aparte en la búsqueda de información

Narradora: Mm Okay! La verdad... ¿Qué buscamos? La realidad... Porque lo que les he dicho, todo el... el tema de tener un hijo, es a veces tan romántico, qué no se muestra la realidad, o sea realmente lo que a uno le pasa, entonces pues es muy chevere que a uno en cierta medida.. lo preparen, para decirle sí tener un hijo es maravilloso, pero... ud va a pasar, por esto, usted por otro, si a usted le hacen parto entonces, si su parto es natural, entonces va a pasar esto... esto y esto, sí usted cesarea entonces esto... esto y esto y la lactancia es esto, esto y esto, esto le va a doler, esto le va arder, esto se le va a rajar, esto, ¿Sí? o sea cómo encontrar la realidad, o sea no un tema tan lindo ¿sí? tan hermoso, que obviamente es tener un hijo, pero si... pues que lo aterricen a uno un poquito, de qué es lo que va a suceder para uno poderse preparar tanto emocional, psicológicamente, eh... físicamente, saber uno que tiene que tener, que no tiene que tener, que es necesario, , que sobra.. por decir así, y de las cosas qué uno debe tener para su niño, entonces... realmente, lo que buscábamos la verdad.. de lo que sucede y uno poderse ajustar a la realidad, y saber y estar preparado para lo que venía...

Diana: y si encontraste la realidad? digamos en el curso, las personas que dictaban el curso.. sí....

Narradora. Sí, yo creo que sí, obviamente, pues para cada persona, la experiencia es diferente, o sea yo te hablo basado en mí... porqué seguramente a otra mujer, no le paso nada, no se le abrió el pezón, no le paso nada, pero... pero... si siento que la persona que nos dio el curso, nos dio cómo.. cómo... o las personas que nos dieron el curso.. si fueron como muy.. muy... como muy... nos basaron como en lo que podía suceder y sí, es más me acuerdo en este momento, qué decía ella “esto de la lactancia... no es así romántico, como lo ven en las fotos y qué el bebé” entonces sí cómo que nos... nos... pusieron un poquito en la realidad, creo que lo máximo qué se podía, porque ya después.... como qué cada quien lo hace desde su propia experiencia. Pero sí creo que fue... fue...

Diana: Y aparte de esa realidad, y de qué cómo que les contaran la verdad como tu lo dices, ¿Qué más buscabas? o sea tú ¿como mujer? ¿como persona?

Narradora: Ganar un poquito... pues tener información, para ganar confianza, yo pienso que una persona, ehhe como dicen el que tiene la información, tiene el poder, entonces entre más información, uno pueda tener, obviamente acertada o real, pues uno gana confianza, autoconfianza, ehhe prepararse un poquito en cierta manera y pues saber a que está uno, que está uno dispuesto a hacer y qué no, porque también puede pasar que en ese proceso claro... cómo se habla de la realidad entonces uno dice definitivamente yo no me voy a aguantar eso, no lo hago, entonces, también influye en la toma de decisiones, para nosotros no influyó, porque ya lo teníamos claro y decidida, pero seguramente, para una mujer, otra mujer de otra característica o de otra personalidad seguramente la realidad la asusta y dice; “no yo ya no quiero lactar” ¿Sí? puede pasar, pero yo pienso que eso va muy... eso es un abanico de acuerdo a las personalidades... pues de las personas, valga la redundancia, pero... pues a mí me gusta eso, porque yo soy directa, soy pues.. como que me gusta eso, pero seguramente a otra persona, le asusta entonces, si toda esa información puede jugar... puede, toda esa información puede, puede llevarlo a uno a una toma de una decisión, qué a nosotros no por lo que te digo, eso ya era una convicción, pero pues puede suceder....

Nicolas: Hubo una información que a ustedes les ofrecieran en el curso psicoprofiláctico, que ustedes dijeran, esto es muy importante...

Narradora, creo que sí... la verdad no recuerdo en este momento... pero seguramente sí... ya no me acuerdo ni de donde salió, si de aquí o allá, pero seguramente sí encontramos y aún seguimos encontrando, porque ahora pasa cualquier cosa y buscamos por qué Andrés tiene este comportamiento? Por qué tal cosa? aún... y creo que lo seguiremos haciendo.

Nicolás: hay algún criterio que ustedes digan.... no pues buscamos está organización o buscamos tal empresa...

narradora: Sí, sabes que nos basamos mucho en una aplicación que se llama “babycenter” porque como que lo acompañan a uno en todo el proceso del embarazo, de hecho fue una aplicación, entonces su bebé es así, está así, he viene así, tal, tal semana pasa esto, y desde que nace entonces también como que es normal que tenga este comportamiento, es normal

que no se que... ta, ta, ta, entonces como que hemos basado, buscamos en todo, pero cómo que, siempre en lo primero que buscamos “babycenter” ahí buscamos.

Nicolás: Y se ajusta a la realidad de lo que ustedes vivieron?

Narradora: Sí, sí.. sí. Si nos ha pasado, yo creo que por eso desde el principio, como que confiamos mucho en toda la información que nos dan, que aparece ahí de “babycenter” en todos los ámbitos, en el desarrollo del niño, lo que te digo y siguen acompañando, es más... todos los... a mi todas las semanas me llega un boletín , “tú hijo tiene tantas semanas, tantos años y tantas semanas y esta semana el comportamiento no se que” a veces digo uy es increíble, es igualito, o sea Andrés está pasando por esto, no se que. Entonces... cómo manejarlo... cómo ... o que tips o en fin... entonces todavía los dos recibimos esos correos, un correo semanal, como de... tu hijo tiene tanto podría estar pasando o presentando tal cosa en su comportamiento, no se qué, entonces puedes hacer esto, puedes hacer lo otro, entonces como que seguimos consultando frecuentemente esa información.

Nicolas; Y vuelvo nuevamente a esa pregunta... ¿qué significado tuvo eso para usted? o sea ¿cómo lo vive?

Diana: ¿Qué papel jugó esa aplicación? que es la central ¿Que jugó... ehh ehhh ¿que papel jugo en ese momento?

Narradora: Total de sentir confianza y decir ahh bueno sí es normal, o sea cómo de tranquilizarnos y decir ahh bueno es normal y de saber qué hacer, entonces pasó tal cosa... ahhh bueno no mira podemos hacer esto, y ya con base a lo que leíamos, pues podíamos tomar una decisión, si si hacerlo o no hacerlo, porque hay muchas otras cosas en las que no compartimos.. eso es mucha... es una aplicación de las que, de la nueva era de educación, entonces qué, no... no... le hable duro a sus hijo, no los reprenda, no no se que y nosotros somos de otra filosofía, o sea no de la filosofía de darle duro y demás, pero sí ser estrictos, poner muchas normas, que sí tocó hablarle fuerte, toca hablarle fuerte, entonces como que... em.. empezamos a discernir, en lo que nos servía lo tomábamos, en lo que no, no. Pero si nos da, nos ha dado como una guía, como un guía, acerca de qué hacer en cada momento... en el momento.. pues en el proceso de la lactancia y pues en el proceso de criar al niño.

Nicolás: Yo se que no... o pues difícil recordarlo, pero digamos ¿hay alguna pagina o algún recuerdo que usted tenga, que encontró en internet que eso no fue tan así? ¿tan acertado? ¿No fue tan importante para ustedes? ¿No lo vivieron así? o lo practicaron...

Narradora: Yo creo que muchas, creo que muchas, pero más con respecto al tema de la crianza ¿Sí? no... respecto a la parte como.. operativa, del momento de... de... del bebé, de la cómo lactar, de... como cambiar el pañal, cómo hacer esto...cómo bañarlo, como... por que en general todo eso es cómo la información es muy... igual, o sea es igual.

Nicolas: Estándar.

Narradora: Es estándar... ¿sí? mientras que ya en las filosofías de crianza, hay muchas filosofías de crianza ¿sí? entonces hay muchos que hablan, eh de jamás le hables fuerte a tu hijo y nosotros pues no... entonces creo que más ha sido nooo, o sea están locos que yo voy a hacer esto, están locos con que voy hacer... por la forma en que pensamos nosotros y... y ... pues estamos criando a Andrés, pero lo que te digo en la parte operativa y demás, no, siento que todo es como muy... muy igual, es cómo todo muy... la información que uno encuentra es muy... como muy igual. Ehh mmm a bueno por ejemplo en el tema del colecho, también, nosotros nunca hemos estado de acuerdo y ahorita hay mucha información acerca de eso, entonces leíamos, que no, que eso es lo mejor que les afianza la confianza, que...

Nicolás: El colecho es que?

Narradora: dormir con ellos,

Nicolas: Ahh Okay!

Narradora: dormir con ellos, entonces que, como que decíamos...igual fue otra decisión que tomamos, como la lactancia, desde antes, no el niño, no va a dormir con nosotros, eh pues a menos que algo suceda, pero pues, la decisión es que no... igual, tomamos la decisión igual que con la lactancia, entonces claro nos llegaba mucha información, y en babycenter y en todo lo que buscábamos acerca del... no pues decía que era lo mejor, que era... inclusive nos bombardearon de información, nuestras personas alrededor, entonces mi cuñada me decía, “no mire por que es bueno el colecho, vea porque es bueno que usted duerma con él porque...” No, no, no no lo vamos a hacer, no lo vamos a hacer, entonces yo creo que ha sido más la información que hemos dicho, no, no... no nos interesa, es en el tema de la crianza y en el, en el...

Nicolás: en la entrevista anterior, si bien lo recuerdo usted, hablaba que el niño de pronto fuera... comiera mucho ¿sí? uso una palabra que ahorita no la recuerdo... y...

Narradora: Libre demanda...

Nicolas: Exacto y que después eh... habían estado en el curso psicoprofiláctico, que les habían dicho que venía el calostro... y... y que en ese momento había poca... poca... poca producción, la idea que un niño, digamos que el calostro, no es suficiente, Por qué digamos desde la OMS, desde todas las organizaciones internacionales, dicen... no eso es suficiente así sea poquito, ¿de donde surge la idea de ustedes de decir no...? Por qué menciona a Paola, que ella le dice no eso es hambre... y... y... ¿hay otro lugar? ¿una página de internet? alguna otra experiencia que le diga, no de pronto el niño tiene hambre entonces más bien demosle una fórmula en ese momento...

Narradora: Uy... no se me corchaste, por que no me acuerdo... porque me acuerdo que fue más o sea que la decisión... fue más cómo el desespero... y lo que les conté... el papa, que

dijo no yo me voy, traigo el tarro de leche y... lo tanqueamos y el niño se calmó... yo no sé si fue que quedó tan lleno que se quedó dormido... o que paso, no tengo ni idea, pero si fue como un tema de... desespero en ese momento, pues de no saber.

Nicolás: De la vivencia como tal...

Narradora: sí, y por más que sabíamos, que eso iba a pasar, es más, ahí nos decían, yo no sé cuantos milímetros de... de lo que a uno le sale de calostro, pero pues nada y nada, entonces... y cómo uno no sabe si, si le sale, si no le sale... entonces, fue más por desespero, de verdad que tal no este saliendo... no sabemos eso fue una decisión por desespero, o sea, no porque lo hubiéramos visto, no, no. Es más hasta ahí, quisiera había sido Paola, la que nos había dicho, si no fue el desespero, porque fue la primera noche, entonces fue más cómo el desespero y ya más adelante fue cuando hable con mi amiga y ella me dijo, y... y pues funciono, el tema funcionó.

Diana: Hay algo que dijiste tú y es que te bombardearon de información ¿no? que llegaba mucha información de tu contexto, y decías lo que me servía lo tomábamos ¿como hacían para tomar sus decisiones? o ¿Para filtrar esa información? de esas diferentes fuentes de...

Narradora: Por qué ya habíamos tomado decisiones juntos, previamente, inclusive lo que les digo, durante todo el embarazo, era nuestro plan favorito, nos íbamos, a tomar algo, siempre hemos sido de salir mucho juntos, entonces no íbamos a tomar algo y mientras, inclusive nos íbamos a leer juntos, entonces nos íbamos para Juan Valdez y nos sentamos a leer y leíamos el libro y íbamos tomando decisiones, entonces ya cómo todo estaba, la decisión estaba tomada, además, no solo por respetar el uno al otro, si no porque de verdad estábamos de acuerdo, o sea yo creo que a mi no me tocó ceder en ninguna... o sea no me acuerdo de decir, ahg! yo quiero pero pues bueno está bien, yo cedo, No. Sino cómo que congeniamos completamente en todas la decisiones que tomábamos, entonces cuando llegaba la información... es más cómo que nos reíamos, ay! vea estos diciendo... que no hombre! que no vamos, que no vamos a dormir con el niño, que no se que, entonces como que... ya... ni siquiera influía, si no que decíamos... bueno tan lindo todo el mundo, que esa es otra, todo el mundo quiere, todo el mundo quiere... quiere opinar, y de ahí aprendí cómo... cómo cómo hacerlo con otras personas, a mi alrededor, que es muy incomodo que tu estés con tu hijo y lleguen... a bombardearte, no pero es que has esto, es que tienes que hacer esto, es que mejor hazlo así, uno como que ay! que desespero, soy yo, ya la que lo estoy haciendo, entonces cuando está una mamá en esa situación, no le digo nada, si no que le ofrezco.. mira si quieres saber algo, si no se que... me avisas me cuentas y yo con mucho gusto te ayudo, pero no... no opino absolutamente nada, por que es incomodo para uno, o sea cómo que... ya si yo quiero le pregunto, o si no ya, ya, omite la información por que es desgastante, todo el mundo, dándole a uno la, el consejo que uno no ha pedido, ya... más...

Diana: y respecto a tú mamá? Qué significado tiene haber recibido esa ayuda?

Narradora: No total... total con mi mami, además por lo que les decía mi mami es tan supremamente respetuosa y como nos sentamos con ella y hablamos con ella, pues con mi mama fue un tesoro completo... tenerla porque ella, no opinaba, a menos que yo le preguntara, entonces no fue una... fue un apoyo total, o sea incondicional, porque ella hizo la labor, que nosotros esperábamos que ella hiciera... y ya pues el apoyo, durante todo el proceso, ha sido, increíble, pero ella respeta completamente y eso cualquier cosa que yo le pregunto, pues de una está ahí para apoyarme, decirme. Igual lo que les digo ella, habían muchas cosas en ese tema particular, que ella no recordaba, cómo fue que fue hace tanto años, que; “Uy mi amor, la verdad yo no me acuerdo”, o me decía; “uy cómo ha cambiado, todo, yo me acuerdo, qué en mi época, ehhh yo me acuerd... uno podía durar horas, ahí el chino pegado y uno durmiendo ahí al lado, y no se que. O sea como que, como que nos dimos cuenta, nos ayudó a descubrir cómo ha cambiado todo el tema de criar un hijo, porque en esa época era otro cuento, nosotros somos supervivientes, claro, porque no estaban los cuidados necesarios, entonces ella le asombraban muchas cosas que nosotros... precauciones que nosotros tomábamos, entonces... porque los que les digo todo al pie de la letra, entonces... que no, porque fuimos, porque fuimos inclusive a un congreso de babycenter, que yo me metí y nos dieron una boletas gratis, VIP, para ir a un seminario en el Dann Carlton en Bogotá y nos dieron varios temas, entonces uno de los temas era la seguridad, entonces era que la cuna, que mejor no ponerlos, acolchaditos de los lados, porque muchas veces pequeños se pueden meter debajo de un acolchado y puede.. pues... asfixia, que no se que, que tal, entonces mi mamá cómo que era muy asombrada, ella fue un proceso de asombro, durante todo el proceso que decía; “uno no se imaginaría que todo esto pasa, no es que”, entonces también decía; “ es que ahora son muy intensos... pero no... pero de pronto por eso, pues han disminuido las muertes de los niños”.

Porque me decía: “yo me acuerdo que en mi época, era como ay! tuvo diez y se le murieron dos, no se ahogó con el tetero, no, no se que”, o sea cómo que era a lo animalito, ¿sí? ahora pues ya... entonces sí nos dimos cuenta de ese proceso generacional y de cómo han cambiado, pues todo el tema de la crianza, la información, y demás del momento en que ella fue mamá, al momento en el que yo fui, entonces cómo que ella, calladita... fue un apoyo más cómo emocional. Se me aflora a mí el amor por mi mamá, eso sí uno es mamá y uno, “mi mamá es lo máximo” yo me acuerdo que cuando pasaba noches sin dormir, yo la llamaba “mami te amo, te adoro porque... no, todo lo que tú tuviste que vivir y además éramos tres y tres seguiditos y no se qué” entonces ahí que... admiración, ahí admire.. siempre he amado y admirado a mi mamá, pero en ese momento dije; “mi ma es una dura” ¿sí? o sea cómo que se le aflora a uno el amor y la gratitud, decir todos los esfuerzos que hizo mi mama por uno, pues si yo lo estoy viviendo con este chiquitín y pues imagínate todo lo que... y en esa época que no tenían el apoyo del esposo, qué o sea que las condiciones, de pronto... eran mucho más difíciles. Entonces uno decía bueno... para mí fue un apoyo emocional increíble.

Nicolás: dentro de la teoría dicen; que hay tradiciones... usted me dice que su mama no recuerda muy bien... pero hay el tema de la toma de aguas... algo que se le proporciona al niño para que se le abra el apetito, ¿alguna recomendación de ese estilo le ofreció su mamá?

Narradora: No, no tal vez en mi alimentación, de pronto entonces me decía... eh... como ella era la que nos cocinaba toda esa... en, en ese tiempo, entonces, me hacía cremitas de verduras, que porque eso le ayudaba a uno a recuperarse mejor, me daba todo el tiempo agua, jugos. igual como siempre hemos estado, como en el tema muy de la nutrición y demás, pues ella... pero sí más cómo de tradición como tal, Mmmm no.

Diana: O algo que ella tenga en particular, que conozca frente a ese tema de alimentación, algo que te hubiera servido, durante ese proceso...

Narradora: No, no como más de... no, cómo más de cuidar la alimentación, eso de que hay que tómesela la agüita de... no ella no. Realmente no. Mas mi suegra... mi suegra sí pero yo no le hice caso, la verdad...

Nicolás: Y hay algo que recuerde de ella?

Narradora: Sí, ay! que tómesela la agüita de enojo que eso le ayuda a... a... que le baje mas leche que no se qué... ta, ta, ta. pues mi esposo y yo como que; “ah bueno sí mamita” y ya... no le... que de hecho me acuerdo mucho cuando... mi cuñada, porque yo tuve al niño y después mi cuñada, o sea la hija de ella tuvo, la bebe y ella sí fue y le trajo el enojo, pues claro era su mamá, fue le trajo el enojo, le hizo el aguita y me llamó después Diana; “no esa vaina me dio una diarrea terrible” no sé qué. Entonces yo era toteada de la risa, pero, pero sí fue más por parte de... ella, que me... ahhh bueno por ejemplo un día, en esos 40 días yo ya desesperada por el encierro, salí a misa, fui a misa y cuando volví no mi suegra... casi mejor dicho “como así que salió... pero sí son 40 días en la casa... que no se que... pues le hizo el comentario a mi esposo, y ya yo; ay! ya!. ya o sea cómo que en lo que no... pero ella es más de... ese tema. Lo que pasa es que mi mami tiene como una mentalidad muy... ella no es ni tradicionalista, es muy... bacana, entonces ella es muy moderna, y lo que te digo, no cree como en muchas cosas, ahh bueno sí, ella es muy fresca... es muy fresca, mi suegra sí es más tradicional, más... pero la verdad, cómo que.. todo lo ignoramos.

Nicolás: ¿y habían otras personas, que le dieran indicaciones? Por ejemplo haga esto, esto y esto...

Narradora: Ahhh sí muchas, muchas... que tome pony malta, ¿Como voy a tomar Pony malta? para que me dé más leche, o sea eso es... ilógico, ¿Sí? entonces... pero sí, sí, recibimos alrededor mucha información, no recuerdo ahorita, ni cómo, ni quién, pero era solo hacer el comentario y no mamita haga esto y hágase esto y él no se que.

Nicolás: Y en internet algo que haya encontrado, así como también, cómo... cómo no muy confiable que... respecto a la lactancia... si quiere producir más leche... o si quiere...

Narradora: Sí se veía mucha información de eso tradicional, que la agüita de enojo, qué la pony malta, que... no es que no me acuerdo ahorita que... qué otra cosa... no sé así que uno dijera que realmente, que realmente la vi en internet, no, no se así que otra cosa, que otra

cosa pudiera ser, pero sí, si me acuerdo que sí vi, cosas de ese estilo, lo de las abuelitas como de mucho tiempo atrás.

Diana: Ehh bueno... digamos que nos preguntamos... ¿cómo era ese filtro? si tú buscabas en el apoyo social o es lo que tu decías... la verdad, la realidad ¿como hacías para filtrar? Porque en internet se puede encontrar de todo...

Narradora: De todo... Pues como que trataba que fueran páginas, dedicadas a tal tema ¿Sí? por ejemplo en este momento recuerdo... es que... mi pediatra online, o sea como fuentes que uno dice bueno esta puede ser una fuente segura, nos gustaba mucho leer foros también, pues en los foros estan diferentes opiniones, y hay uno ve que tan cierto puede ser, porque en los foros hay de todo, entonces cómo que uno decía, no ta, ta, ta en este foro, pero la mayoría de personas dicen está, con su... responden pediatras o responden profesionales o... entonces como que... por ahí era que filtraba, como que siempre igual, resultamos escogiendo uno o dos o tres... tampoco nos quedabamos horas, sino tal tema pum, pum pum, primero pum babycenter, tal cosa ¿no? Ahhh bueno, entonces ¿Que otra? Mi pediatra online... ehho cómo que ya teníamos algunitas... sí sí que sabíamos esto puede ser información... confiable, sí por eso mismo, porque como siempre hemos sido, intensos entonces, nos ha gustado filtrar la información, porque sabemos que hay de todo.

Diana: y el ser intensos ¿es buscar mucha información? ¿cuando tengan dudas? o sea ¿cuando tuvieron dudas?

Narradora. Eh no la verdad, desde... desde antes, sí desde antes... ahhh

Diana: pero más o menos es la idea... para que podamos entenderte el ser intensos, es buscar información...

Narradora: Ahhh sí sí, el ser intensos en buscar información, buscar información, buscar información, que pues tampoco no todo el mundo está acostumbrado a eso, mucha gente, es más creo que el menor porcentaje de la gente busca la información, si no que espera a que le lleguen o le digan o alguna cosa, nosotros no, nosotros buscamos aquí, buscamos allá, de hecho todo eso yo se lo he aprendido a mi esposo porque, mucho de lo que él sabe hacer en su vida, es porque le gusta investigar mucho, entonces, no sabe hacer algo y no... y no... no pregunta si no que él mismo empieza a buscar, y autodidactamente aprende lo que necesita hacer. Entonces pues creo que sí. Por que yo era muy de no sé hacer esto amor... me ayudas? “¿Ya buscaste? ¿Ya miraste cómo se hace?” ya no se qué, bueno chevere, entonces eso me ha gustado mucho, para mi y obviamente para Andrés, porque yo era así, ay! mi amor me ayudas con esta cosa en el computador, “y ya buscaste ¿cómo es que se hace? ¿Ya miraste cómo es que se hace? Ahí hay mil tutoriales...hay ahí mil...” - Sí señor, claro y no es porque no me quiera ayudar, si no porque pues no, me quiere, me quiere hacer mejor,

Diana: bueno y tu amiga?

Narradora: mi amiga Paola.

Diana: fue esa persona que digamos en algún momento te ayudo, te escucho... te dijo puede ser esto, puede ser esto, qué significó para ti en ese momento esa ayuda?.

Narradora: Pues mira que con ella fue un como una ... fue chévere porque fue una ayuda informativa. eee..con ella fue.. no fue como mi amiga del alma... Que con ella yo me desahogaba... ¡no! fue como oiga Paola tal vaina tal otra... ¡no mira intentale por tal lado, y por tal otro!... Ah listo! listo! listo! entonces como que me servía para darme ideas, bueno de que debo hacer, ensayemosle si si; ensayemole si no; y ya punto. Ese fue como el apoyo de ella en ese momento, eee... Ya en el tema emocional como tal estoy pensando, quién fue! Pero creo que fue mi mami;... Sí fue como esas dos personas una como informativa y demás pero no fue como mi amiga ¡ay! que yo le contaba... Todo lo que me pasaba era como más... Inclusive ni siquiera ese aspecto fue como muy... muy hermético; con mi esposo, pues es que me quedé pensando en eso que me dijiste y tu amiga; no sé que.. como que dije; pues generalmente alguien tiene alguien al lado con el que se desahoga, yo no tuve como tal una amiga así; para decir no... fue más como información. Fue un tema informativo, y ya.

Diana: Y tu esposo sí fue un apoyo emocional?

Narradora: Sí claro pero también, por ejemplo espérate... Con mi mamá fue, porque obviamente durante ese proceso hay muchos roces de pareja, ya por que.. por que no es el idilio total.. Porque los dos estamos cansados, porque los dos tenemos sueño, eee... El ambiente cambia, ahí sentí yo, porque muchas parejas se separan; en ese proceso de los hijos, porque no es fácil y para uno no es fácil mantener a su marido contento, o ha su esposo contento, y a su hijo bien, o lo que les decía el otro día, descuidar uno ha su esposo y entonces sólo se centren en su bebe, o al revés que el se centre solo en el bebé y me descuide a mí. Entonces obviamente si yo me cargaba de muchas cosas con respecto a mi esposo, yo siempre... no; pero bueno; pero porqué; pero la verdad creo que creo que mi hermano, con mi hermano fue qué ese proceso de desahogo... Porque siempre hemos sido de a nuestras mamás nada ósea a nuestras mamás no les contamos nada de lo que nos pasa a nosotros, por mantener una buena relación y demás, cada uno tira para su lado, entonces nuestras mamás nada. Pero mi hermano, además es nuestro padrino de matrimonio entonces creo que con él fue el que.. Camilo tal cosa;... Camilo tal otra;... A estoy mamada... Ah no se.. Con él creo qué fue como ese apoyo mira que no me acordaba de él, en esa parte emocional de lo que uno vive cuando nace un hijo del conflicto que existe entre la pareja.

Diana: Y te ayudaba desahogarte, el cómo te ayudaba?

Narradora: Él me escuchaba.

Diana: Simplemente el te escuchaba?

Narradora: Porque además no era una persona siempre he sido muy selectiva, para verte quien reciba un consejo o no, sí o sea yo no puedo ir a preguntarle a mi amiga separada cómo mantener un matrimonio, pues porque no; por ahí no es... Yo no puedo ir a preguntarle a mi tío él quebrado como... como tener un negocio exitoso no; que creo qué es lo que pasa mucho en el mundo tradicional dónde nos asesoramos de personas qué no... No quiere decir que sea una persona buena una persona mala si no tenemos que buscar la fuente de dónde viene la información que queremos recibir, y creo que pasa mucho le pedimos consejo a una persona que pronto no es la idónea para darnos un consejo. Entonces yo sabía que mi hermano, mi hermano es soltero, es más mi hermano es homosexual entonces como que decía de él no viene, o sea el consejo que yo necesito (risas) pero si necesito, pero si me servía de desahogo, entonces yo no... Me pasó esto; esto; esto; y él pues tampoco me da ningún consejo porque él sabe que no tiene Cómo...

Nicolas: No tiene la experiencia...

Narradora: Exactamente eso la experiencia y sabe que yo soy muy selectiva en el tema o sea decir usted cómo venir a opinar del tema si usted ni siquiera tiene marido, pues sí entonces como qué el fuente de apoyo de escucharme, de ello desahogarme, de contarle lo que me pasaba y ya, lo único que me decía no nena tranquila, entonces como que me calmaba, y ya no fresca ustedes son una nota, ustedes eso es temporal, entonces como que me daba ánimo y ya, pero fue como el apoyo de esa aparte emocional desahogarme mas no de decir o aconsejarme porque no.

Diana: Okay y otros profesionales de la salud, que recuerdes que haya sido un apoyo, cómo marcado el proceso, que digas?

Narradora: No... Pues sabes qué de pronto pues el pediatra en ese momento pues inclusive rotamos por muchos pediatras al principio porque bueno la primera qué encontramos que era en chia nos pareció muy chévere, entonces como que le contábamos todo, entonces es como la guía, pero así como apoyo psicosocial, no sabes qué no, no tuvimos y creo que tampoco lo buscamos...

Diana: Y les hubiera gustado haber recibido asesoría?

Narradora: Si sabes qué hubiera sido muy bueno en ese momento seguramente si yo si tengo a la mano o la disposición de decir no Mira tú puedes contar con tatatan, seguramente yo lo hubiera hecho porque pues a me sirvió lo que te decía por la parte de psicosocial no fue mucho, sino más bien fue por la parte espiritual, entonces de pronto yo... Bueno aunque en

ese momento yo me aísle mucho de toda mi tema de la formación espiritual, pero seguramente sí salía y iba a la iglesia, iba a la misa, hablaba con el padre me tranquilizaba, seguramente si yo hubiera tenido a la mano un apoyo profesional o psicosocial o seguramente él hubiera... Pero mira que no, ni lo pensé en dilo busqué.

Diana: Si te hubiera gustado, digamos que recibí de esa persona, qué hubieras esperado recibir?

Narradora: Uy pues no sé; es que es depende como del momento, en qué lo hubiera necesitado pienso yo, un ejemplo para mí de pronto el tema más difícil fue ese tema emocional, cómo manejar ese tema emocional de el equilibrio, de estar bien con mi esposo, porque además hay otros factores la falta de sueño, como que la va cargando a uno entonces, como que para mí eso fue lo que más mi cargo en ese proceso, más que el tema físico más que... Sí no más que como... Entonces cómo poder desahogarme con alguien que me hubiese podido dar una orientación como haber hecho lo de mi hermano, ese desahogo, pero que me hubiera dado ese consejo, hubiera podido recibir un consejo de que hacer o no hacer, porque inclusive yo en ese proceso buscaba (internet), qué pasa si el esposo no se que... Cómo hacer para tatata; tal vez Si hubiera tenido esa persona, ese profesional ahí pues no hubiera tenido necesidad de buscar, si no le cuento.. Esa persona de pronto me...

Diana: Orientado;

Narradora: Me hubiera orientado, exactamente.

Diana: Hubiera dado la respuesta a esa pregunta?

Narradora: Seguramente; oh me hubiera dado alternativas de cómo manejarlo y yo hubiera intentado diferentes formas de hacerlo, una orientación... Ahora que lo dices; si hubieras ido muy provechoso en ese momento cómo de carga emocional qué fue lo que más me afectó.

Nicolás: Y algún profesional comprendía esto? Como sé si emocionales que puede sentir cualquier persona, pero en especial en este proceso de un recién nacido, de una mamá?

Narradora: Pues seguramente, lo que yo hubiera pensado seguramente claro recibir apoyo de un profesional, seguramente que me hubiera gustado recibir un apoyo bueno de un profesional que; fuera mamá y fuera mujer, sí seguramente me hubiera gustado que, ese apoyo por lo que les digo me gusta buscar a través de experiencias de otros, entonces claro tiene toda la información, digamos un psicólogo una psicóloga toda la información, pero pues no ha tenido la vivencia, me gustaría una persona que haya tenido la vivencia.

Diana: Si te logro entender tú buscas un modelo que haya vivido que haya experimentado y que según eso sí tú le crees como que la verdad está en él porque lo ha vivido o lo vivió.

Narradora: Sí, sí, yo soy más de de modelos sí sabes... yo soy como más de modelos quedé que de otra cosa, me parece que puede ser mucho más acertado, sin dejar la parte profesional alado porque obviamente un profesional en cualquier área ha estudiado toda su vida, pero lo puede direccionar a uno muy conceptualmente, pero como qué la mejor forma de aprender es a través de las experiencias de otros, pues seguramente me hubiera parecido como más, cómo más acertado.

Diana: Y le hubieras creído un poco más yo veo qué le crees más a la persona que tiene la experiencia;

Narradora: Seguramente una persona que no me serviría mucho por todo el tema de... psicológico o por orientarme, por guiarme, pero ahs; sabes que también el tema de... Ay no O sea como que si me entienden no sea como qué Puede ser relativo porque ahora que me lo dices me acabo de acordar de mi pediatra la nueva pediatra llegué hace como un mes, porque la pediatra que teníamos y nos encantaba se fue, bueno entonces y ahora... Y fuimos a las nueva y pues es mamá de un niño de seis meses, entonces como que me pregunto Desde cuando duerme solo y yo le dije desde los 3 meses. Ay no... o sea como que, si me entienden... listo si tiene la experiencia pero... Cómo que decía ella es pediatra mamá pero tiene otra onda de aprendizaje, entonces como que yo digo es muy, lo que pasa es que uno tiene que tener muy clara como la convicción para discernir o si no uno se vuelve un "saperoco" de información, este me dice esto? este me dice lo otro?. Entonces le creo a mi pediatra y es mamá y no sé qué, pero?, sí pues sí entienden es como una confusión mental.

Diana: Es como... tú te paras desde tus conocimientos desde tu convicción , ves modelos y seleccionas.

Narradora: Sí, sí exactamente, que me parece más acertados si de pronto han vivido la misma experiencia pero pues seleccionó de acuerdo a mi convicción que es que es lo que me sirve y qué es lo que no me sirve.

Diana: Y es de donde se fundamenta esa convicción? Te pregunto desde donde se fundamenta está convicción?

Narradora: Sí Ah okay; pues yo creo que es de todo... Desde mi pasado, desde mis creencias... Desde lo que yo quiero cambiar para el futuro, desde lo que yo viví como niña, y quiero de pronto que no se repita para mi hijo, desde lo que diálogo con mi esposo, desde lo que los dos queremos, desde lo que los los pensamos en fin... creo que como qué, es una

recopilación de todo el ejemplo y la advertencia de nuestras propias vidas y de lo que queremos para el futuro también la información que hemos podido recibir, creo que es eso... todo todo lo que formó esa gran caneca conocimiento para de ahí tomar esas decisiones y pues cosas que uno ya siente desde el fondo de su corazón

Qué son las convicciones más profundas que ya vienen insertadas ahí están Y ahí se van a quedar.

Diana: Yo quisiera saber más a fondo que convicción que tienes o tuviste frente a la lactancia materna, qué fue lo que... porque tú decías desde el principio super de acuerdo en pareja y a favor de la lactancia materna Pero qué fue lo que más te movió a estar firme detener una lactancia materna?

Narradora: Pues varias cosas lo primero fue lo que te decía la otra vez, fuimos diseñados para lactar o sea Dios nos creó de tal manera que nosotras, vamos amamantar a nuestros hijos tenlo por seguro... Tenemos la capacidad de darles. Segundo que es la mejor comida que ellos pueden recibir puede ser un niño mucho más saludable puede estar mejor, eee... tercero la parte económica también Creo que es fundamental porque pues en leche de tarro se gasta mucha plata y demás sabiendo que podemos hacerlo y es mejor pues porque no... eee...

Obviamente ese sentimiento profundo de hacer ese vínculo con el bebé, que es ese momento, que yo les decía los momentos más lindos que yo he tenido con el... Han sido en ese momento de la lactancia entonces en esa información que ahí se generan vínculos pues más que quisiera yo, qué entonces fue como esos aspectos en general que nos hicieron tomar esa decisión y en el curso para mí fue clave el curso porque fue ahí donde entendí que una mujer no es que sea más lechera que otra, o sea si puedo hacerlo al principio era una incertidumbre como que si, a mí me gustaría lactar pero pues yo no sé qué tal que no me salga leche... que tal... que porque creía ese mito de que uno si son lecheras y otras no, cuando fui al curso y entendí que realmente no es así, entonces dije ahí la hicimos¡... Esta es, por aquí fue y así va a ser, pero fueron como que todos sus aspectos no sé si por alguna razón física y demás nos toca, Pues nos toca, pero venía y pues creo que desde hace muchos años cómo que no contemplaba otra forma de... otra manera de alimentar a mi hijo sino lactancia a menos de que no pudiera, pero cuando tuve toda la información de que se podía hacer, si lo hacíamos bien, pues hagamosle¡.

Nicolás: Dentro de lo que yo entiendo un poco, es muy importante lo espiritual desde su visión, yo creo que muchas cosas se fundamentan desde ahí, tal vez alejándonos un poco del tema la lactancia como es creencia? cuénteme un poco acerca de lo que usted cree?

Narradora: si, si... En lo que creo... Bueno pues si soy, muy espiritual... en una búsqueda de no mucho tiempo. A ver les hago una breve historia, yo estoy en un colegio de monjas y cuando salió el colegio de monjas como que me encontré... Eee.. yo decía que qué pereza no sé qué... Nunca más volví a nada muchos años después ya después de haber vivido una vida medio loca (risas)... No nada grave, no nada grave, pero desorden... eee.. Empecé como en esa búsqueda espiritual pasé por todo lado; por iglesias cristianas, iglesias... por todo lado. Hasta que me encontré a gusto de nuevo con iglesia católica, yo hago parte de un movimiento que se llama Opus Dei, no sé si lo han escuchado, y me encantó su filosofía que es santificarnos en nuestras labores diarias, O sea no tenemos que ser religiosos y religiosas para ser santos para ganar el cielo. Porque creo que uno se gana el cielo, uno viene a la tierra a ganar el cielo a través de sus buenas obras; sin hacer a nada extraordinario, eso fue lo que me gustó de la filosofía de la obra, que no tienes que hacer nada extraordinario sino en una vida ordinaria ganarte el cielo. Cómo mama, como profesional, es mas en la obra exigen a todas las personas que nos forman que sean profesionales, que tengan sus hogares, como muchos ámbitos. Vuelvo al tema de decir de practicarlo y hacerlo, como en de en base a su experiencia poder guiar a otras personas, entonces ahí me encontré súper agusto. Eso fue ya hace como unos 10 años, más tal vez, más de 10 años; y bueno Me encantó empecé. Como a formarme, ahí pues ya me conocí con Camilo, entonces pues como empezar ese proceso con Camilo y empezamos a hacer el camino juntos; de siendo novios íbamos a misa todos los domingos y empezamos a formarnos en el tema de la fe, a afianzar la fe, porque él había pasado lo mismo, había salido de un colegio de curas perdido en el mundo y lo obligaban a ir a misa cuando chiquito entonces pues ya le cogió pereza. Pero cuando nos encontramos empezamos a alimentar esa parte espiritual y pues entendimos que íbamos a poner a Dios como centro de nuestro hogar que éramos realmente tres; que éramos él, yo, Dios, él y yo qué estábamos en ese hogar y que si realmente nos basábamos obviamente en ese amor que nos teníamos el uno al otro, pero si los dos realmente nos encargamos en amar más a Dios... pues nuestro matrimonio iba a funcionar mucho mejor entonces como que para nosotros siempre ha sido fundamental es el tema espiritual y creer en Dios... creer en Dios que es la base de todo Bueno. Finalmente que él fue el que nos concedió a nuestro hijo que él, es el que nos guía, y en momentos difíciles créame la primera ayuda que yo busco es espiritual, yo estoy triste y demás me voy para la misa. También tomó lo bueno y lo malo, porque hay mucho de la iglesia católica, que no estoy de acuerdo; pero si es mucho más; manejo elite, Pero bueno digo a la final eso no tiene que afectar lo que yo creo simplemente tomó lo bueno y lo que no lo ignora, pero sí tratamos de tener esa formación en la fe, y se la inculcamos todo el tiempo

a Andrés, soy una fan número uno de la Virgen María, entonces le enseñado lo mismo a mi hijo y mi esposo también, rezamos el rosario juntos, hacemos oración juntos, vamos a misa todos los domingos juntos, yo voy más misas a la semana... yo, pero tratamos de que como ese centro de nuestro hogar, sea Dios... Entonces también me he basado mucho en la Biblia, por ejemplo en muchas cosas, cosas que se dicen el hombre fue creado para proveer a su familia, llenarla de amor, la mujer también, entonces he bajado mucho mi concepto de familia en la sagrada familia y busco eso... inclusive le pido mucho las virtudes de María cómo hizo esa mujer, tan dura, para llevar un hogar, y para que le diera a mi esposo... San José y demás. Entonces como que trato, quiero asimilar a mi familia a la sagrada familia es como mi objetivo principal para ser una familia ejemplar, no solamente para nosotros para las personas alrededor para que también podamos hacer apostolado sin estar hablando en versículos y demás a la gente sino que podamos ser lo de una luz para otras familias alrededor pienso que es como nuestro o es mi convicción así me gustaría hacer el apostolado, enseñar a otras personas a través de nuestro ejemplo por decir así que obviamente estamos lejos pero ahí vamos por buen camino.

Nicolás: dentro de la historia que me cuentas Hay algún referente o alguna persona... párroco que a usted le haya dicho... que ahora sí lo vinculamos con la lactancia materna... es importante, lo debes hacer.. O mira este ejemplo de María o alguna escritura o algo?

Narradora: No... no... Puntualmente con la lactancia no... sabes qué no; no ni lo recibí... ni no, creo que yo lo fui descifrando sabes... porque yo no me imaginaba a la Virgen María dándole tetero a Jesús, tal vez fue cómo y ni siquiera lo pensé, ni siquiera como lo que lo asocie a decir no es que a mi Dios me dice que tiene que lactar, si no no.. si, no como nunca lo vi de esa forma cómo que a mí en mi desarrollo espiritual me dice qué tengo que lactar y debo lactar no... si no como que me lo imaginé, como que yo...

Diana: lo Supusiste

Narradora: si lo supuse.

Nicolás: Yo no me refería tanto eso sino como algún referente... o alguna persona que encuentres en el camino significativo qué te dice: oye sería chévere hacerlo y por lo mismo que tú me decías ahorita...

Narradora: Sabes que pudo haber pasado en la obra hay muchas mamás que es más... ahora tengo una amiga que acaba de tener su décimo bebé (risas) entonces ahí muchas mamás, porque es por eso que me ha gustado mucho, porque hay muchas personas alrededor, que viven lo mismo y demás y yo les preguntó venga; a su hijo qué tal; y pues ya tiene diez... tal

vez tiene la experiencia del mundo. Ya sabe más o menos.. y va encaminado a lo que yo también quiero... que es la formación en la fe o sea veo, que es como una fuente de la cual a mí me gustaría recibir un consejo, sí porque tiene como los aspectos que para mí son importantes ya es mamá, tiene la experiencia,pero además se basa desde un ámbito católico y espiritual.Entonces pues como que las veía con su chinis ahí y una le daba; a sí como que... o sea lo que te digo no fue para mí motivo de inquietud, sino como que fue como ese mensaje subliminal; que se va incorporando de acuerdo a lo que uno va viendo, entonces yo las veía todas lactaban, como que todo era tan normal, esto es natural;Esto es lo que..; pero si nunca que alguien me haya dicho, no...

Nicolás: Si no era tanto como preguntando sí pero entonces algo inducido por por la religión, sino porque pues pienso si ha tenido alguna experiencia relacionado con eso..

Narradora: Sí... no... pienso que fue realmente qué fue eso, pues las mamás con las que yo me formó, porque además eso me gusta, vuelvo al tema de la obra y es que nos formamos por grupos, entonces las que son casadas, las que son solteras, las universitarias, entonces hay diferentes grupos, en dónde reciben formación diferente. Entonces como que a mi alrededor cómo estaba en ese grupo de mamás pues me servía o me iba entrando así como...

Nicolás: Y se naturalizo

Narradora: Sí se naturalizó el tema.

Diana: Creo que ya abordamos todo el tema, todas las fuentes de apoyo... pero quisiera que me dieras un concepto dentro de tu experiencia sobre ese apoyo o sea.. en general viéndolos a todos los personajes, personas, instituciones.. Que estuvieron dentro de ese proceso qué aportaron a ti, para que te sirvieron, qué significado recibir ese apoyo, por esas diferentes fuentes en ese momento?

Narradora: Pues yo creo que fue clave, desde el punto de vista del apoyo de cada uno, así fue como un grupo... lo que te digo de pronto me hubiera gustado recibir ese apoyo; psicológico, emocional y demás creo que sería como el eslabón-sito que le pudo haber faltado al tema.Pero pienso que es clave y fundamental para tener uno de sus diferentes canales de ayuda o de apoyo en diferentes momentos de nacimiento del hijo, la crianza, de la lactancia, y demás.Porque cada uno cumple un papel diferente, como que va sumando, como que esté suma, este suma,este suma,este suma, y le va ayudando a tener a uno más confianza, más seguridad,eee... a estar más tranquilo, en cierta medida saber que va por buen camino o por mal camino... o sea como que evaluar, también uno; voy bien, qué puedo mejorar, y más cuando uno quiere basarse en un continuo mejoramiento... Sí porque a la final sí... Quisiera ser una persona que no quiero mejorar, para qué busco información de cómo estar mejor con

mi marido, o para que buscó apoyo, pues no... Eso fue lo que me tocó y bien si le gusta... y si no... le gusta pues punto ... y Si, no pues abrase... pues no¡, entonces como que sí, para mi fue fundamental recibir ese apoyo, desmenuza-dito por diferentes partes, porque... porque sí porque le ayuda a uno como que ahh¡.. tener la fortaleza de salir más rápido o a tener la seguridad de que... la seguridad en uno mismo, que uno está cumpliendo su labor bien, por que es, pues porque uno se llena... creo que lo que uno mas siente cuando nace un bebé es miedo, de saber si lo va hacer bien,de si lo va hacer bien,saber si va a poder hacer, si no lo va a poder hacer sí... que pues finalmente uno se llena de valor y dice obvio que voy a poder hacerlo... pero será que sí lo voy a hacer bien? será que... uno dice la sacó, y será... y lo quiero hacer bien... si porque también me pasa mucho y no lo hago con ánimo de criticar a nadie, sino con el ánimo de lo que les decía de ver advertencia, yo veo que mucha gente tiene hijos, pero el camino fácil es el mejor, veo bebés de dos meses, un mes de nacido, y que los ponen a ver televisión.y entonces digo no, es fácil pero no es lo que yo quiero... Porque inclusive eso puede complicar más el tema de la crianza porque cuando tú tienes una convicción de hacer las cosas, lo que para ti son bien, sí¡ pues cuesta más trabajo, cuesta más trabajo, no dejar ver a tu hijo televisión, qué dejarlo y que se embobe y tú poder hacer las cosas,entonces es más fácil, es más fácil, pero qué tan sano es para él que a los dos meses este viendo ya una pantalla... Sí Entonces como qué... no sé porque llegué allá (risas) pero sí... pero para mi fue clave todo ese apoyo... de diferentes fuentes creo que sin eso es muy difícil, creo que sin eso es muy difícil que uno logre salir ¡cuerdo¡ adelante, sí o que los vacíos sean más grandes,pues porque obviamente uno sale pues lo que te digo seguramente uno lo saca... pero quién sabe qué vacíos quedaron en el intermedio; si realmente fue una experiencia linda la lactancia si realmente fue linda, la experiencia de tener un hijo, si realmente si... pues de hacerlo uno lo hace, pero no sé qué tan bonito pueda ser para cada persona, sin recibir ese apoyo de diferentes ámbitos qué tan traumático o qué tan duro o qué tan difícil.

Nicolás: Dentro de su experiencia, es que hubo una parte qué me perdí; huno algún apoyo espiritual, que digamos su esposo le ofreciera el periodo de lactancia ?

Narradora: No... sabes que no.. porque en ese período pues estuve mucho tiempo en la casa, pues fue más como el apoyo que yo tomaba de orar, de leer la Biblia, de leer libros espirituales, a mí me gusta mucho leer; entonces de leer libros, pero fue como más un auto... Pues sí, fue Dios ayudándome... fue dios ayudándome todo el tiempo, o sea en mi relación él, conmigo y mía con él, lo que me ayudó... porque de resto no tuve como contacto externo. por lo que te dije no podía ir a mis clases de formación,no podía ir a mis retiros, no podía ir a

nada, pues porque estaba dedicada a mi bebe, entonces fue más... relación personal de Dios y yo.

Nicolás: Y dentro de su profesión... y dentro de lo que conoce respecto a todo este tema la alimentación y nutrición, hubo algo que influyera dentro de su decisión, también de lactar.

Narradora: Si total, si, para mí.. sí porque entendí que es clave que un niño, una persona es lo que come; y si desde pequeño le damos lo mejor, que para ese momento era la leche materna, pues sí va a ser un niño... adulto más saludable de hecho e sido súper cansona con el tema, mi hijo no comió dulce hasta después de... el primer dulce que se comió fue su torta de cumpleaños del primer año, si e sido súper cansona con el tema de que tome agua, Andrés Camilo no toma gaseosas, no le doy... e sido intensa porque sé, que de como yo lo forme ahorita, va a ser su salud en el futuro, y voy a ver un niño enfermo o voy a tener un hijo saludable, entonces para mí sí... yo soy intensa con el tema, sin ser mamona pero sí cuido mucho el tema de la alimentación total, de bebé... yo a los 3 meses lo empecé a llevar a cursos y yo ya veía que gente a los tres meses les daban cosas a los niños yo no, no... terminé clase y camine para la casa y le daba... yo fui de las que siempre dicho si a mi hijo le da hambre, le doy... pero no fui de la onda de me despecho frente a todo el mundo y lo hago, que es como lo que uno ve ahorita; pues tengo derecho.. y sacó la "pucheca" Y le doy donde sea, si...en un centro comercial... que se ha visto mucho esta onda sale la mujer con el escote. así divina, pero ven a una mujer lactando entonces hay.. terrible!.Siento que es algo natural obviamente, pero pues que va más en algo que es de uno, el pudor,pues a mí no me gusta mostrarle mi "pucheca" a todo el mundo es más... yo siempre lacte sola, o sea o con mi esposo, pero si estábamos... en la sala y estaba mi familia reunida, yo me iba al cuarto y lactaba no por un tema social, sino por un tema personal, o sea yo no le quiero mostrar mi "pucheca" a todo el mundo, si le estoy dando comida a mi hijo y es natural, pero no... no... Sencillamente no se la quiero mostrar a todo el mundo punto.sí que es un tema,que está ahorita en controversia, sí porque ahorita se ve mucha publicidad me la sacó aquí en el centro comercial y le doy, y que! hay mujeres que sí perfecto, me parece lo más normal del mundo, pero yo... se; i lo tome como muy recatadamente pero más por un tema, mío... de mi cuerpo y de respetarme y de no generar malos pensamientos a otro, porque uno no sabe que uno esté ahí lactando, y pase el tipo morbosos y pues, pues.. para qué? Para qué soy motivo de generarle algo alguien? cuando no... no tengo porqué hacerlo, entonces Porque llegamos allá;... entonces para mí sí fue clave todo ese tema entonces dije eso es lo mejor que le puedo dar a mi hijo, además porque la leche es un producto procesado y le pueden generar molestias digestivas y es tal cual, cuando uno hace la comparación y ve la mayoría de niños que toman

leche de tarro son súper estreñidos... no sé qué.. pues entonces yo no quería generar eso en mi hijo y de ahí partió... de ahí también para influyó mucho tomar esa decisión por el tema nutricional.

X	Categorías	Subcategorías	Palabras claves	Texto codificado	Análisis o meme
apoyo social en la experiencia de la LM?	Apoyo social en LM	Fuentes de apoyo percibido	Personas de confianza e íntimas ASPP		
				<p>Diana: Y les hubiera gustado haber recibido asesoría?</p> <p>Narradora: Si sabes qué hubiera sido muy bueno en ese momento seguramente si yo, si tengo a la mano o la disposición de decir no mira tú puedes contar con ta!ta!tan!, seguramente yo lo hubiera hecho porque pues a me sirvió lo que te decía... por la parte psicossocial no fue mucho, sino más bien fue por la parte espiritual, entonces de pronto yo... Bueno aunque en ese momento yo me aísle mucho de toda mi tema de la formación espiritual, pero seguramente si salía y iba a la iglesia, iba a la misa, hablaba con el padre me tranquilizaba, seguramente si yo hubiera tenido a la mano un apoyo profesional o psicossocial o seguramente él hubiera... Pero mira que no, ni lo pensé en nilo busqué.</p>	
				<p>Diana: Si te hubiera gustado, digamos que recibí de esa persona, qué hubieras esperado recibir?</p> <p>Narradora: Uy pues no sé; es que es depende como del momento, en qué lo hubiera necesitado pienso yo, un ejemplo para mí de pronto el tema más difícil fue ese tema emocional, cómo manejar ese tema emocional de el equilibrio, de estar bien con mi esposo, porque además hay otros factores la falta de sueño, como que la va cargando a uno entonces, como que para mí eso fue lo que más mi cargo en ese proceso, más que el tema físico más que... Si no más que como... Entonces cómo poder desahogarme con alguien que me hubiese podido dar una orientación como haber hecho lo de mi hermano, ese desahogo, pero que me hubiera dado ese consejo, hubiera podido recibir un consejo de que hacer o no hacer, porque inclusive yo en ese proceso buscaba (internet), qué pasa si el esposo no se que... Cómo hacer para tatataj, tal vez Si hubiera tenido esa persona, ese profesional ahí pues no hubiera tenido necesidad de buscar, si no le cuento..</p> <p>Esa persona de pronto me...</p> <p>Diana: Orientado;</p> <p>Narradora: Me hubiera orientado, exactamente.</p> <p>Diana: Hubiera dado la respuesta a esa pregunta?</p> <p>Narradora: Seguramente; oh me hubiera dado alternativas de cómo manejarlo y yo hubiera intentado diferentes formas de hacerlo,una orientación... Ahora que lo dices; si hubieras ido muy provechoso en ese momento cómo de carga emocional qué fue lo que más me afectó.</p>	<p>Dentro de la vivencia del nacimiento, la LM y demas procesos, se contruyen gran variedad de momentos dentro de la nueva familia , y están allí momentos de carga emocional, en donde la narradora reconoce que no recibio apoyo profesional de tipo psicossocial. Mas bien se encamino en la busqueda espiritual y el alivio que le proporcionaba esto, sin embargo, manifiesta lo provechoso que hubiera sido buscar, tener o recibir el apoyo por parte de un psicologo para el manejo emocional de las circunstancias que surgian dentro del proceso , recalando lo importante de poder desahogarse y recibir un consejo.</p>
			Atención profesional ASPA	lo que te dígo de pronto me hubiera gustado recibir ese apoyo; psicológico, emocional y demás creo que sería como el eslabón-sito que le pudo haber faltado al tema	
			Comunidad ASPC		
			Fuentes de apoyo recibido	Personas de confianza e íntimas ASRP	<p>Pues mira que con ella fue un como una ... fue chévere porque fue una ayuda informativa. eee..con ella fue.. no fue como mi amiga del alma!... Que con ella yo me desahogaba... ¡no! fue como oiga Paola tal vaina tal otra!... ¡no mira intentalé por tal lado,y por tal otro!... Ah listo! listo! listo! entonces como que me servía para darme ideas,bueno de que debo hacer, ensayemosle si! si! ensayemole si!, no! y ya punto. Ese fue como el apoyo de ella en ese momento ,eee... Ya en el tema emocional como tal estoy pensando, quién fue!. Pero creo que fue mi mami;... Si fue como esas dos personas una como informativa y demás pero no fue como mi amiga ¡ay! que yo le contaba... Todo lo que me pasaba era como más... Inclusive ni siquiera ese aspecto fue como muy... muy hermético; con mi esposo, pues es que me quedé pensando en eso que me dijiste y tu amiga; no sé que.. como que dije; pues generalmente alguien tiene alguien al lado con el que se desahoga, yo no tuve como tal una amiga así; para decir no... fue más como información. Fue un tema informativo, y ya.</p>
	Personas de confianza e íntimas ASRP	<p>Entonces obviamente si yo me cargaba de muchas cosas con respecto a mi esposo, yo siempre... no; pero bueno!, pero por qué!, pero la verdad creo, que creo que mi hermano, con mi hermano fue que, fue ese proceso de desahogo... Porque siempre hemos sido de a nuestras mamás nada ósea a nuestras mamás no les contamos nada, de lo que nos pasa a nosotros, por mantener una buena relación y demás, cada uno tira para su lado, entonces nuestras mamás nada.Pero mi hermano, además es nuestro padrino de matrimonio entonces creo que con él fue el que.. Camilo tal cosa;...Camilo tal otra;... A estoy mamada... Ah no se.. Con él creo qué fue como ese apoyo mira que no me acordaba de él, en esa parte emocional de lo que uno vive cuando nace un hijo, del conflicto que existe entre la pareja.Diana: Y te ayudaba desahogarte...;el cómo te ayudaba?</p> <p>Narradora: Él me escuchaba...</p>	<p>una fuente de apoyo resaltable es su hermano quien se convirtió en una fuente de apoyo emocional, sobre todo de escucha de las situaciones que generaban en la narradora malestar emocional.</p>		
		Ya en el tema emocional como tal estoy pensando, quién fue!. Pero creo que fue mi mami;			
	Atención Medica profesional ASRA	<p>Diana: Okay y otros profesionales de la salud, que recuerdes que haya sido un apoyo, cómo marcado el proceso, que digas?</p> <p>Narradora: No... Pues sabes qué de pronto pues el pediatra en ese momento pues inclusive rotamos por muchos pediatras al principio, porque bueno la primera qué encontramos que era en chia nos pareció muy chévere, entonces como que le contábamos todo, entonces es como la guía, pero así como apoyo psicossocial, no sabes qué no, no tuvimos y creo que tampoco lo buscamos...</p>	<p>En relación a un apoyo social proporcionado por una fuente formal , dentro de su experiencia estuvieron en contacto con muchos profesioanles pediatras y dentro de esta experiencia resalta a una profesional con quien establecieron una relación de confianza .</p>		
	Comunidad ASRC				

¿Cuáles son los significados sobre el ?

Fuentes de

		Percepción del apoyo social	<p>Pues yo creo que fue clave, desde el punto de vista del apoyo de cada uno, así fue como un grupo. Pero pienso que es clave y fundamental para tener uno de sus diferentes canales de ayuda o de apoyo en diferentes momentos de nacimiento del hijo, la crianza, de la lactancia, y demás. Porque cada uno cumple un papel diferente, como que va sumando, como que esté suma, este suma, este suma, este suma, y le va ayudando a tener a uno más confianza, más seguridad, eee... a estar más tranquilo, en cierta medida saber que va por buen camino o por mal camino... o sea como que evaluar, también uno; voy bien, qué puedo mejorar, y más cuando uno quiere basarse en un continuo mejoramiento... Si porque a la final sí... Quisiera ser una persona que no quiero mejorar, para qué busco información de cómo estar mejor con mi marido, o para que buscó apoyo, pues no... Eso fue lo que me tocó y bien si le gusta... y si no... le gusta pues punto ... y Si, no pues abrace... pues no, entonces como que sí, para mi fue fundamental recibir ese apoyo, desmenuza-dito por diferentes partes, porque... porque sí, porque le ayuda a uno como que ahij... tener la fortaleza de salir más rápido o a tener la seguridad de que... la seguridad en uno mismo, que uno está cumpliendo su labor bien, por que es, pues porque uno se llena... creo que lo que uno mas siente cuando nace un bebé es miedo, de saber si lo va hacer bien...de si lo va hacer bien...saber si lova ha poder hacer, si no lo va ha poder hacer sí... que pues finalmente uno se llena de valor, y dice obvio que voy a poder hacerlo... pero será que si lo voy a hacer bien? será que... uno dice la sacó, y será... y lo quiero hacer bien... si porque también me pasa mucho y no lo hago con ánimo de criticar a nadie, sino con el ánimo de lo que les decía de ver advertencia, yo veo que mucha gente tiene hijos, pero el camino fácil es el mejor, veo bebés de dos meses, un mes de nacido, y que los ponen a ver televisión. y entonces digo no, es fácil pero no es lo que yo quiero... Porque inclusive eso puede complicar más el tema de la crianza porque cuando tú tienes una convicción de hacer las cosas, lo que para ti son bien, sí; pues cuesta más trabajo, cuesta más trabajo, no dejar ver a tu hijo televisión, qué dejarlo y que se embobe y tú poder hacer las cosas, entonces es más fácil, es más fácil, pero qué tan sano es para él que a los dos meses este viendo ya una pantalla... Sí entonces como qué... no sé porque llegué allá (risas) pero sí... pero para mí fue clave todo ese apoyo... de diferentes fuentes creo que sin eso es muy difícil, creo que sin eso es muy difícil, que uno logre salir ¡cuero! adelante, sí o que los vacíos sean más grandes, pues porque obviamente uno sale pues lo que te digo seguramente uno lo saca... pero quién sabe qué vacíos quedaron en el intermedio; si realmente fue una experiencia linda la lactancia, si realmente fue linda la experiencia de tener un hijo, si realmente si... pues de hacerlo uno lo hace, pero no sé qué tan bonito pueda ser para cada persona, sin recibir ese apoyo de diferentes ámbitos qué tan traumático o qué tan duro, o qué tan difícil.</p>	Entendiendo el apoyo social como un conjunto de provisiones proporcionadas por distintas fuentes y entendiendo su papel fundamental en el desempeño de cualquier rol, es primordial rescatar la vivencia de nuestra narradora frente a lo cual describe este apoyo como un equipamiento que brindo de acuerdo a los momentos vivenciados apoyo emocional, informativo, e instrumental .Lo cual brindo durante la vivencia; confianza y seguridad para el desempeño de su nuevo rol como madre, y herramientas para la toma de decisiones y la evaluación constante del proceso lo cual es muy significativo a nivel personal.
		Concepción de la LM CLM		
		Vivencia de LM VLM	<p>Sí claro pero también, por ejemplo espérate... Con mi mamá fue, porque obviamente durante ese proceso hay muchos roces de pareja, ya por que.. por que no es el idilio total.. Porque los dos estamos cansados, porque los dos tenemos sueño, eee... El ambiente cambia, ahí entendí yo, porque muchas parejas se separan !, en ese proceso de los hijos, porque no es fácil y para uno no es fácil mantener a su marido contento, o ha su esposo contento, y a su hijo bien, o lo que les decía el otro día, descuidar uno ha su esposo y entonces sólo se centren en su bebe, o al revés que el se centre solo en el bebé y me descuide a mí.</p>	Dentro del proceso de LM se presentan situaciones que generan cambios en los roles y en la interacción entre los diferentes actores, en este caso la narradora manifiesta momentos vividos con su pareja que refleja los cambios que genera un nuevo miembro de la familia y así mismo el paso de una familia sin hijos a una con un hijo.
		Tradiciones Familiares y culturales frente a la LM TFCLM		
		Significados / Sentido de LM SSLM	<p>de bebé... yo a los 3 meses lo empecé a llevar a cursos y yo ya veía que gente a los tres meses les daban cosas a los niños yo no, no... terminé clase y camine para la casa y le daba... yo fui de las que siempre dicho si a mi hijo le da hambre, le doy... pero no fui de la onda de me despecho frente a todo el mundo y lo hago, que es como lo que uno ve ahorita; pues tengo derecho.. y sacó la "pucheca" Y le doy donde sea, si...en un centro comercial... que se ha visto mucho esta onda sale la mujer con el escote.</p> <p>así divina, pero ven a una mujer lactando entonces hay.. terrible!. Siento todo es algo natural obviamente, pero pues que va más en algo que es de uno, el pudor, pues a mí no me gusta mostrarle mi "pucheca" a todo el mundo es más... yo siempre lacte sola, o sea o con mi esposo, pero si estábamos... en la sala y estaba mi familia reunida, yo me iba al cuarto y lactaba no por un tema social, sino por un tema personal, o sea yo no le quiero mostrar mi "pucheca" a todo el mundo, si le estoy dando comida a mi hijo y es natural, pero no... no... Sencillamente no se la quiero mostrar a todo el mundo punto. sí que es un tema, que está ahorita en controversia, sí porque ahorita se ve mucha publicidad me la sacó aquí en el centro comercial y le doy, y que! hay mujeres que sí perfecto, me parece lo más normal del mundo, pero yo... se? Y lo tome como muy recatadamente pero más por un tema, mío... de mi cuerpo y de respetarme y de no generar malos pensamientos a otro, porque uno no sabe que uno esté ahí lactando, y pase el tipo morbosos y pues, pues.. para qué? Para qué soy motivo de generarle algo alguien? cuando no... no tengo porqué hacerlo, entonces.</p>	La figura de la mujer que lacta para la narradora es algo natural "normal" , sin embargo, mostrar su pechos va en dirección opuesta a lo que ella concibe como las acciones para el respeto a su cuerpo, por tanto, durante su periodo de lactancia llevaba a cabo la tarea de amamantar en privado, en un momento donde solo se involucraba ella y su hijo y en ocasiones su esposo, de igual forma manifiesta que mostrar los pechos en el momento de la lactancia puede generar en los otros, especialmente en los hombres malos pensamientos. Por tanto con esta conducta restringe esta posibilidad.
		Toma de decisiones TD		
		LM como discurso LMD		
Categorías emergentes				
		Palabra clave	Texto codificado	Meme

			<p>Porque además no era una personasiempre he sido muy selectiva, para ver de quien recibo un consejo o no, sí... o sea yo no puedo ir a preguntarle a mi amiga separada cómo mantener un matrimonio, pues porque no; por ahí no es... Yo no puedo ir a preguntarle mi tío él quebrado como... como tener un negocio exitoso no; que creo que es lo que pasa mucho en el mundo tradicional donde nos asesoramos de personas que no... No quiere decir que sea una persona buena ,una persona mala, si no tenemos que buscar la fuente de dónde viene la información, que queremos recibir, y creo que pasa mucho le pedimos consejo a una persona que pronto no es la idónea para darnos un consejo.</p> <p>Narradora: Pues seguramente, lo que yo hubiera pensado seguramente, claro recibir apoyo de un profesional, seguramente que me hubiera gustado recibir un apoyo bueno de un profesional que; fuera mamá y fuera mujer, sí seguramente me hubiera gustado que, ese apoyo por lo que les digo me gusta buscar a través de experiencias de otros, entonces claro tiene toda la información, digamos un psicólogo una psicóloga toda la información, pero pues no ha tenido la vivencia, me gustaría una persona que haya tenido la vivencia. Diana: Si te logro entender tú buscas un modelo que haya vivido que haya experimentado y que según eso sí tú le crees como que la verdad está en él porque lo ha vivido o lo vivió.</p> <p>Narradora: Sí, sí, yo soy más de de modelos sí sabes... yo soy como más de modelos quedé que de otra cosa, me parece que puede ser mucho más acertado, sin dejar la parte profesional de lado porque obviamente un profesional en cualquier área ha estudiado toda su vida, pero lo puede direccionar a uno muy conceptualmente, pero como que la mejor forma de aprender es a través de las experiencias de otros, pues seguramente me hubiera parecido como más, cómo más acertado.</p> <p>Diana: Y le hubieras creído un poco más yo veo qué le crees más a la persona que tiene la experiencia;</p> <p>Narradora: Seguramente una persona que no me serviría mucho por todo el tema de... psicológico o por orientarme, por guiarme, pero ahs; sabes que también el tema de... Ay no O sea como que si me entienden no sea como qué!.Puede ser relativo porque ahora que me lo dices me acabo de acordar de mi pediatra la nueva pediatra llegué hace como un mes, porque la pediatra que teníamos y nos encantaba se fue, bueno entonces y ahora... Y fuimos a las nueva y pues es mamá de un niño de seis meses, entonces como que me pregunto . desde cuando duerme solo? y yo le dije desde los 3 meses. Ay no!... o sea!... como? que... !, si me entienden... listo si tiene la experiencia pero... Cómo que decía ella es pediatra, mamá... pero tiene otra onda de aprendizaje, entonces como que yo digo es muy..., lo que pasa es que uno tiene que tener muy clara como la convicción para discernir o si no... uno se vuelve un "saperoco" de información, este me dice esto? este me dice lo otro?. Entonces le creo a mi pediatra... y es mamá! y no sé qué, pero?, si pues si entienden es como una confusión mental. Diana: Es como que ... tú te paras desde tus conocimientos desde tu convicción , ves modelos y seleccionas.</p> <p>Narradora: Sí, sí exactamente, que me parece más acertados si de pronto han vivido la misma experiencia pero pues seleccionó de acuerdo a mi convicción que es que es lo que me sirve y qué es lo que no me sirve.</p>	
			<p>Sabes que pudo haber pasado en la obra hay muchas mamás que es más... ahora tengo una amiga que acaba de tener su décimo bebé (risas) entonces ahí muchas mamás, porque es por eso que me ha gustado mucho, porque hay muchas personas alrededor, que viven lo mismo y demás y yo les preguntó venga; a su hijo qué tal; y pues ya tiene diez... tal vez tiene la experiencia del mundo. Ya sabe más o menos.. y va encaminado a lo que yo también quiero... que es la formación en la fe o sea veo, que es como una fuente de la cual a mí me gustaría recibir un consejo, sí porque tiene como los aspectos que para mí son importantes ya es mamá, tiene la experiencia.pero además se basa desde un ámbito católico y espiritual.Entonces pues como que las veía con su chinos ahí y una le daba; a sí como que... o sea lo que te digo no fue para mí motivo de inquietud, sino como que fue como ese mensaje subliminal; que se va incorporando de acuerdo a lo que uno va viendo, entonces yo las veía todas lactaban, como que todo era tan normal, esto es natural;Esto es lo que..; pero si nunca que alguien me haya dicho, no... que alguien me haya dicho, no...</p> <p>Nicolás: Si no era tanto como preguntando si pero entonces algo inducido por por la religión, sino porque pues pienso si ha tenido alguna experiencia relacionado con eso..</p> <p>Narradora: Si... no... pienso que fue realmente qué fue eso, pues las mamás con las que yo me formó, porque además eso me gusta, vuelvo al tema de la obra y es que nos formamos por grupos, entonces las que son casadas, las que son solteras, las universitarias, entonces hay diferentes grupos, en dónde reciben formación diferente. Entonces como que a mi alrededor cómo estaba en ese grupo de mamas pues me servía o me iba entrando así como...</p> <p>Nicolás: Y se naturalizo</p> <p>Narradora: Sí se naturalizó el tema.</p>	
			<p>Entonces yo sabía que mi hermano, mi hermano es soltero, es más mi hermano es homosexual, entonces como que decía de él no viene..., o sea el consejo que yo necesito (risas) pero si necesito, pero si me servía de desahogo, entonces yo no... Me pasó esto; esto; y él pues tampoco me da ningún consejo porque él sabe que no tiene cómo.. Nicolas: No tiene la experiencia...</p> <p>Narradora: Exactamente eso la experiencia y sabe que yo soy muy selectiva en el tema osea decir usted cómo venir a opinar del tema... si usted ni siquiera tiene marido, pues sí entonces como que el fuente de apoyo de escucharme...</p>	
		Referenciación del apoyo RA		La narradora dentro de su relato manifiesta realizar un proceso de selección para las personas de quien busca y recibe apoyo, el eje central se basa en que la información se base de una experiencia o vivencia que se encuentre enmarcada dentro de una convicción, lo que puede llevar a que esta experiencia se convierta como ejemplo o advertencia. Es así que busca que su fuente de apoyo "modelo" cuente con: un solido conocimiento, la experiencia o la vivencia y que de manera armoniosa se enmarque dentro de sus convicciones.

			<p>si, si... En lo que creo... Bueno pues si soy, muy espiritual... en una búsqueda.... no mucho tiempo. A ver les hago una breve historia, yo estoy en un colegio de monjas y cuando sali del colegio de monjas, como que me encontré... Eee.. yo decía qué pereza no sé qué... Nunca más volví a nada, muchos años después ya después de haber vivido una vida medio loca (risas)... No nada grave, no nada grave, pero desorden... eee.. Empecé como en esa búsqueda espiritual pasé por todo lado; por iglesias cristianas, iglesias !... por todo lado. Hasta que me encontré a gusto de nuevo con la iglesia católica, yo hago parte de un movimiento que se llama lupus Dei, no sé si lo han escuchado?, y me encantó su filosofía que es santificarnos en nuestras labores diarias, O sea no tenemos que ser religiosos y religiosas para ser santos para ganar el cielo. Porque creo que uno se gana el cielo, uno viene a la tierra a ganar el cielo a través de sus buenas obras; sin hacer nada extraordinario, eso fue lo que me gustó de la filosofía de la obra, que no tienes que hacer nada extraordinario sino en una vida ordinaria ganarte el cielo. Cómo mama, como profesional, es mas en la obra exigen a todas las personas que nos forman que sean profesionales, que tengan sus hogares, como muchos ámbitos.</p> <p>vuelvo al tema de decir... de practicarlo y hacerlo, como que en base a su experiencia poder guiar a otras personas, entonces ahí me encontré súper agusto. Eso fue ya hace como unos 10 años, más tal vez, más de 10 años; y bueno me encantó empecé. Como a formarme, ahí pues ya me conocí con Camilo, entonces pues como empezar ese proceso con Camilo y empezamos a hacer el camino juntos; de siendo novios íbamos a misa todos los domingos y empezamos a formarnos en el tema de la fe, a afianzar la fe, porque él había pasado lo mismo, había salido de un colegio de curas perdido en el mundo y lo obligaban a ir a misa cuando chiquito entonces pues ya le cogió pereza. Pero cuando nos encontramos empezamos a alimentar esa parte espiritual y pues entendimos que íbamos a poner a Dios como centro de nuestro hogar que éramos realmente tres; que éramos él, yo, Dios...., él y yo que estábamos en ese hogar y que si realmente nos basábamos obviamente en ese amor que nos teníamos el uno al otro, pero si los dos realmente nos encargamos en amar más a Dios... pues nuestro matrimonio iba a funcionar mucho mejor entonces como que para nosotros siempre ha sido fundamental es el tema espiritual y creer en Dios... creer en Dios que es la base de todo bueno!, finalmente que él fue el que nos concedió a nuestro hijo, que él es el que nos guía, y en momentos difíciles créanme la primera ayuda que yo busco es espiritual !, yo estoy triste y demás me voy para la misa.</p> <p>También tomó lo bueno y lo malo, porque hay mucho de la iglesia católica, que no estoy de acuerdo; pero si es mucho más; manejos élite, Pero bueno digo a la final eso no tiene que afectar lo que yo creo, simplemente tomó lo bueno y lo que no lo ignoro, pero si tratamos de tener esa formación en la fe, y se la inculcamos todo el tiempo a Andrés, soy una fan número uno de la Virgen María, entonces le enseñado lo mismo a mi hijo y mi esposo también, rezamos el rosario juntos, hacemos oración juntos, vamos a misa todos los domingos juntos, yo voy más misas a la semana... yo!, pero tratamos de que como ese centro de nuestro hogar sea Dios... Entonces también me he basado mucho en la Biblia, por ejemplo en muchas cosas...., cosas que se dicen el hombre fue creado para proveer a su familia, llenarla de amor, la mujer también, entonces he trabajado mucho mi concepto de familia en la sagrada familia y busco eso... inclusive le pido mucho las virtudes de María... cómo hizo esa mujer tan dura para llevar un hogar?, y para que le diera a mi esposo... San José y demás... Entonces como que trato, quiero asimilar a mi familia! a la sagrada familia es como mi objetivo principal para ser una familia ejemplar..., no solamente para nosotros para las personas alrededor para que también podamos hacer apostolado sin estar hablando en versículos y demás a la gente sino que podamos ser una luz para otras familias alrededor pienso que es como nuestro, o es mi convicción así me gustaría hacer el apostolado, enseñar a otras personas a través de nuestro ejemplo por decir así que obviamente estamos lejos pero ahí vamos por buen camino (ES).</p>
			<p>Nicolás: dentro de la historia que me cuentas Hay algún referente o alguna persona... párroco que a usted le haya dicho.. que ahora sí lo vinculamos con la lactancia materna... es importante, lo debes hacer.. O mira este ejemplo de María o alguna escritura o algo?</p> <p>Narradora: No... no... Puntualmente con la lactancia no... sabes qué no; no ni lo recibí... ni no, creo que yo lo fui descifrando sabes... porque yo no me imaginaba a la Virgen María dándole tetero a Jesús, tal vez fue cómo y ni siquiera lo pensé, ni siquiera como lo que lo asocie a decir no es que a mi Dios me dice que tiene que lactar, si no no.. si, no como nunca lo vi de esa forma cómo que a mí en mi desarrollo espiritual me dice qué tengo que lactar y debo lactar no... si no como que me lo imaginé, como que yo... Diana: lo Supusiste</p> <p>....</p> <p>Narradora: si lo supuse.</p>
			<p>No... sabes que no.. porque en ese período pues estuve mucho tiempo en la casa, pues fue más como él apoyo que yo tomaba de orar, de leer la Biblia, de leer libros espirituales, a mí me gusta mucho leer; entonces de leer libros, pero fue como más un auto... Pues sí, fue Dios ayudándome... fue dios ayudándome todo el tiempo, o sea en mi relación él, conmigo y mía con él, lo que me ayudó... porque de resto no tuve como contacto externo. por lo que te dije no podía ir a mis clases de formación, no podía ir a mis retiros, no podía ir a nada, pues porque estaba dedicada a mi bebe, entonces fue más... relación personal de Dios y yo.</p>
			Espiritualidad
			Causas del abandono de LM
			Incertidumbre I