

Compartir un aprendizaje. Así puede resumirse la intención de la psicóloga Natalia Bruna para llevar adelante el taller [«Bitácora creativa de la gestación»](#), que -esencialmente- propone el desarrollo de un registro creativo del embarazo, a través del cual se origine una instancia de exploración y descubrimiento que nutra y fortalezca el proceso.

«La idea nace cuando estaba gestando a mi hija. Quise hacerle un libro o diario de vida ilustrado, para contarle el origen de su historia y de cómo fue mi embarazo, para que ella encontrara respuestas cuando las quisiera buscar. La rutina me comió y nunca logré avanzar más de la primera página, pero mi compañero me regala acuarelas y con eso se abre una instancia de exploración que nunca me había dado la oportunidad de tener», cuenta la profesional.

El taller busca que las futuras madres puedan reencontrar y desarrollar su creatividad única, a medida que se revisan experiencias de vida personales, para plasmarlo en un cuaderno que queda como recuerdo para ella y para su hij@. Así, a través de una bitácora se potencia el proceso de maternidad desde la autorrealización de tomar el rol de creadoras.



«Pasan cosas muy profundas cuando nos enfrentamos a un proceso creativo, es una oportunidad muy valiosa de autoconocimiento y que impulsa un sentimiento de realización muy potente. Siento que cualquier cosa que diga sobre el proceso se queda corta, pero este tipo de técnicas son una herramienta invaluable para el acompañamiento a partir de la psicología», enfatiza Bruna. Y subraya: «De cierta forma, quise compartir con otras mujeres este aprendizaje, para que puedan contar con estas herramientas durante su propio proceso de gestación, que les sirva para entenderse y crearse a ellas mismas».

Comenta que en el proceso conoció a Astrid Gutiérrez, directora de Neuroartes Chile, y July Macuada, destacada ilustradora nacional, «mujeres maravillosas que me guiaron en un proceso de descubrimiento personal a través de la pintura y el dibujo, significando toda una revelación para mí».



***¿Cuáles son los principales cambios que se producen hoy en el proceso maternal, comparado con tiempos anteriores?***

- Convertirse en madre y maternar involucra innumerables desafíos para la mujer, independiente del contexto histórico o cultural. Para la madres en la actualidad, partiendo por la famosa conciliación de la vida laboral y la crianza, y por supuesto, sobrevivir íntegras o con un mínimo de calidad de vida personal después de eso.

Estamos siendo permanentemente exigidas a tener un redimiento impecable con la familia y también en el trabajo, sin oportunidad a falla, ni reclamo, con el costo de abandonarnos a nosotras mismas para lograrlo. Si bien se ha logrado conquistar un espacio en el mundo laboral, se ha hecho invisibilizando el trabajo, el tiempo y el esfuerzo invertidos en crianza, dejándolo en tierra de nadie, pero que finalmente recae en la

mujer.

Por otro lado, y esto como aspecto positivo, hay un cambio de paradigma que apunta a revalorar las capacidades innatas de las mujeres para matinar, a confiar en nosotras mismas como expertas en nuestros hijas e hijos. Por supuesto que esto es un proceso, y puede que recién esté comenzando, pero nuevamente volvemos a confiar en la lactancia materna, en el colecho, y menos en los dictámenes de médicos, que en su enorme mayoría son hombres que desconocen de amamantar y de criar.

Lo esencial aquí es la posibilidad de elección; que si decide no amamantar sea por una preferencia personal y no porque algún profesional de la salud lo dictaminó así, retomar el poder sobre nuestros cuerpos, por lo menos en este ámbito aunque falte un montón más por lograr.



***Y en sentido, ¿cómo se observa el papel del hombre en este nuevo proceso?***

- En cuanto participación paterna en la gestación y crianza, si bien se trata de una tendencia en aumento, aún se produce de manera muy tímida. Hay un buen número de hombres dispuestos a comprometerse e involucrarse realmente en la crianza, y que comprenden que tienen un rol fundamental, pero no me atrevería a decir que sea la mayoría, y que en muchos casos, cuando ocurre, es aún de forma incompleta.

Estamos frente a un proceso de cambio, en el que los roles masculinos comprenden la importancia de la presencia emocional, tanto para la madre como para la hija o hijo, pero me parece que es el comienzo del cambio y nos falta mucho por transitar como sociedad.

***¿De qué forma la pandemia suma o no nuevas implicancias al proceso de maternidad?***



- La pandemia expone a la vista social las dinámicas que se dan en la intimidad familiar, dejó en evidencia el enorme trabajo y carga mental que llevamos las mujeres en el rol de madres. Al no haber instancias que apoyen el cuidado materno, sin jardines infantiles, ni colegios, y al trasladarse el trabajo a los hogares, quedó al descubierto la vulnerabilidad de las mujeres trabajadoras, y lo más fuerte de todo, es que se sigue haciendo la vista gorda y ni hablar de plantear soluciones.

Para el caso de las madres de bebés la situación es aún más trágica, y tienen que decidir entre mantener el trabajo o exponer a sus hijas e hijos al virus. Es gravísimo porque, además de las consecuencias que tiene para el bienestar de la familia en términos económicos, el impacto en la carrera laboral de las mujeres es irreversible, considerando lo difícil que es insertarse en el mundo laboral luego de tener un hijo o hija.

La situación de angustia en que están miles de familias es grave, tiene un impacto económico, en la salud mental de la madre y en el desarrollo de ese bebé, y es realmente duro que hasta el momento el gobierno no dé soluciones frente a esto. Es negligente, es violento, no sólo con las madres, sino que con los niños y niñas que debería proteger. En la actualidad el movimiento Postnatal de Emergencia busca hacer presión y concientizar sobre esta situación para que, al fin, se garantice la salud de las familias de bebés pequeños.

Hace unos días, representantes del movimiento junto con la diputada Maite Orsini fueron a dejar una carta al Ministerio de Salud, sin embargo el ministro no quiso hablar con la comisión. ¿Cómo se debería leer esto, sino como un desinterés del gobierno por proteger la primera infancia?



- **Más detalles del taller se encuentran en el Instagram [@fuerza.materna](#) y para información más precisa (valores, contenidos, horarios) se puede escribir al correo [natalia@fuerzamaterna.cl](mailto:natalia@fuerzamaterna.cl)**