

TU MEJOR PARTO

Episodio #59

Confesiones de un obstetra con Javier Macías

Paula - myBabymyBirth®

Bienvenidas al episodio número 59 del podcast Tu Mejor Parto de My Baby, My Birth. Esta semana tenemos con nosotras a Javier Macías. Hola, Javier, bienvenido.

Javier

Hola, Pau, ¿cómo estás? Qué gusto saludarte.

Paula - myBabymyBirth®

Muy bien. Y yo muy feliz de tenerte por aquí. Bueno, que sepas que eres el segundo hombre que está en el podcast de 59 episodios. Ese es el segundo. Hay mucha mujer por aquí. Pero así que nada, es un honor tenerte. Pero creo que nos vas a aportar mucha información y una conversación muy bonita, te aseguro.

Javier

Guau, de verdad.

Javier

Gracias, gracias, me encanta. Tenía mucho anhelo de estar por acá desde que me enviaste toda la información. Me pareció lindísimo.

Paula - myBabymyBirth®

¡Qué guay! Pues con muchas ganas. Javier es médico cirujano por la Universidad Autónoma de Guadalajara y realizó la especialidad de ginecología y obstetricia en el Hospital General de Occidente en Guadalajara, Jalisco. Actualmente realiza la formación en salud mental perinatal por el Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal, donde nos conocimos, en Madrid. Javier es médico desde el año 2012, 12 años en agosto...

...y ha trabajado en el hospital Zoki Pan hasta el año de 2023 en Guadalajara, Jalisco. Y ahora trabaja solo en la privada por su cuenta y con algunas doulas y parteras en conjunto para el acompañamiento perinatal como grupo multidisciplinar, que me parece como superinteresante este cambio, ya nos vas a contar más también. Bueno, Javier, en el podcast...

Paula - myBabymyBirth®

Tenemos una mayoría de oyentes en España, pero también alrededor de un 11 % en Norteamérica y Sudamérica. Así es como me salen las cifras cuando miro estadísticas. Y bueno, ¿sabes qué? Que si miramos por países, de hecho, México es el tercer país que nos escucha. Así que sí, que igual con esta entrevista se incrementan los números, pero bueno...

Javier

...de verdad, qué bien.

Paula - myBabymyBirth®

...nada, que me hace mucha ilusión y me interesa mucho conocer un poco cómo funciona el contexto de la obstetricia en México. Así que si te parece, empezamos por aquí, cuéntanos un poquito más sobre esto.

Javier

Claro, por supuesto.

Paula - myBabymyBirth®

Si quieres contarnos un poquito sobre el contexto de obstetricia en México, de cómo funciona, a lo mejor las diferencias con España que sepas, lo que te apetezca en este sentido.

Javier

Sí, bueno en cuestión de la obstetricia en México, la obstetricia, la ginecología y la obstetricia acá como tal han tenido un desarrollo desde que México se va desarrollando pues no sé en el año desde la conquista hasta la actualidad. Hay como una mezcla entre la parte...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...intercultural que siempre ha estado hasta lo que se va desarrollando en cada una de las poblaciones que después se convierten en ciudades y después se comienza a instaurar más el modelo médico, el modelo biomédico. Y bueno, hablando particularmente del año más o menos 1900 para acá...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...pues México tenía una muy alta mortalidad materna y nanatal, en donde más o menos de cada diez mujeres, pues más o menos cinco, seis, o moría el bebé, o moría la mamá, o sea, era bastante, bastante alto. Entonces, bueno, México siendo un país que está...

Paula - myBabymyBirth®

Wow.

Javier

...trabajando por tener un desarrollo y mostrar ante el mundo que su capacidad es buena para... O sea que está tomando medidas de acción para evitar la muerte materna y no natal, pues tiene un desarrollo importante o bueno, intentan hacerlo lo mejor posible en cuestión médica, ¿no? Entonces van pasando los años y...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...y el enfoque médico se va puntualizando cada vez más, más, más. México tiene una particularidad, acá como tal no tenemos matronas y hay parteras, pero las parteras es una minoría, yo creo que del 1 % de la población de los profesionales de la salud, o sea, es muy, muy, muy pequeña y se encuentra solo en ciertas regiones. Y esto, pues, hace que...

Paula - myBabymyBirth®

Wow.

Javier

...que todo quede en manos del cuerpo médico. Y, bueno, nuestros sistemas de salud se encuentran muy saturados, tienen una demanda muy alta, tienen necesidades muy altas y esto vuelve como a los hospitales como unas máquinas de tener que resolver cuestiones médicas. Y esto establece o favorece que...

...que haya un modelo tecnocrático de la atención del embarazo, el parto, el posparto, en donde sí se alcanza a desvirtuar esta parte de ver a la mujer como un ser humano, una persona que siente que está atravesando el embarazo con toda su sensibilidad como tal, pero además todo...

...todo lo que se le suma como situaciones en donde pueda haber pobreza, donde pueda haber violencia, donde pueda haber dificultades, ya sea de familiares, de pareja, o que tienen una gran cantidad de hijos, mil y un cosas, ¿no? Entonces esto vuelve todo el tema de la obstetricia como...

Paula - myBabymyBirth®

Adiós.

Javier

...hace todavía unos 30 o 40 años, pues la perspectiva era muy complicada porque las pacientes eran pacientes con... Bueno, las mujeres se encontraban con altos factores de riesgo. Aquí en México hay muchos... muchos... trastornos hipertensivos en el embarazo, diabetes, problemas tiroideos, entre muchas otras cosas...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...y las mujeres en realidad no tenían un abordaje directo por parte de alguien. Ya no digo médico, partera, o sea alguien. Alguien que estuviera ahí. Pues muchas poblaciones no tenían acceso y solamente llegaban a tener el parto y el parto muchas veces estaba complicado. Yo lo veía desde la perspectiva médica de decir, bueno, pues sí, a lo mejor...

Paula - myBabymyBirth®

Vale. Mmm.

Javier

...una hipertensión que se pudo haber prevenido o atendido en su momento. Pero ahora con la perspectiva de la salud mental perinatal me doy cuenta que eran mujeres que estaban viviendo además situaciones sociales, emocionales y psicológicas muy complejas y que al final llegaban a los hospitales con miedo, con...

Paula - myBabymyBirth®

Detectado, claro.

Javier

...aspectos que de alguna u otra forma generan complicaciones al momento del nacimiento. Y, pues bueno, en la actualidad nuestra perspectiva sigue siendo un modelo muy tecnocrático, muy biomédico, muy como hacer el enfoque en las ecografías, en los estudios de sangre.

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Javier

Y a la vez no es tan profundo, o sea, no es como, bueno, revisó tus estudios, pero este, cómo estás, cómo te encuentras. Y es muy curioso porque las pacientes en México, las mujeres en México, son, sobre todo en el embarazo, o sea, son mujeres muy nobles que...

...que se abren, que te comparten, que con poquito que les preguntes cómo has estado, qué ha ocurrido, ellas te comparten todo y te dicen es que me da miedo esto o en mi casa mi mamá me presiona con hacer esto, a veces cuestiones culturales, a veces ideológicas, a veces...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...pues es que mi esposo le molesta esto y te empiezan a contar sus sus miedos, sus incertumbres o los miedos con respecto al embarazo, ¿no? Como es que yo perdí un bebé y tengo miedo a perder este bebé, es que a través de esta mala situación o mi hermana perdió un bebé o no sé, conforme te van diciendo ya te vas encontrando como a...

Paula - myBabymyBirth®

Que se arme a los...

Paula - myBabymyBirth®

...claro. Mmm.

Javier

...que esto es lo que le está generando miedo, lo que puede comprometer a lo mejor el parto, lo que puede influir. Y ya comienzas a platicar y comienzas a esclarecer las dudas y lo empiezan a ver sencillo y todo cambia.

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Paula - myBabymyBirth®

Claro, de todo lo que hemos dicho es como hay muchos puntos que podríamos tocar más, ¿no? Pero una de las cosas que me ha como llamado la atención es que al final sabemos, ¿no? En los últimos años, o sea, antes, no sé, 300 años atrás, 200 años atrás, ¿no? Las mujeres parían en casa y en general había menos, o sea, los partos eran bastante seguros, claro que pasaban cosas.

Javier

Ya, no.

Javier

Sí, claro.

Paula - myBabymyBirth®

Pero en general los partos eran seguros. Después los partos fueron al hospital y al principio también habían muchas infecciones, porque no habían las medidas higiénicas. Pero sí que sabemos hoy en día que una de las cosas que, por ejemplo, el parto en casa es seguro, lo que pasa es que una de las cosas de la medicina que ha avanzado mucho, que ha ayudado mucho en el sentido de mejorar...

Javier

Verán.

Paula - myBabymyBirth®

...las estadísticas y la seguridad para mamás y bebés, es el seguimiento y las pruebas en el embarazo. Justamente lo que has dicho tú, que muchas mujeres no tienen que llegar al parto, igual no se les ha hecho ninguna ecografía, ningún análisis, ninguna prueba, y entonces puedes encontrar alguna patología o alguna dificultad que han tenido de por medio que no se ha detectado. Y sabemos hoy en día que si se detecta, por ejemplo, una diabetes gestacional, pues con una buena dieta...

...en muchos casos se puede encarrilar y no pasa nada, puedes tener un parto seguro. O otras dificultades o patologías que se pueden ir controlando, pero si no hay ese seguimiento, qué difícil que lleguen allí al parto sin toda esta información, que entonces tienes estos riesgos.

Javier

Claro. Claro. Claro, claro.

Javier

Necesito verlo.

Javier

Sí, y aquí en México, en la zona sur, sobre todo hacia Tabasco, Chiapas, Oaxaca, Quintana Roo, pues hay toda la parte intercultural es muy rica, o sea, bueno, en todo México, en todo México tenemos una variedad muy grande intercultural de pueblos originarios, pero la zona sur...

...tiene... es como más fuerte todavía. Entonces, algo que ocurría hace unos años más o menos como de...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...fue en el sexenio de un presidente que se llama Calderón, fue hace más o menos como unos 12 años, bueno, se abrió un hospital en Chiapas, en San Cristóbal de las Casas, que se llama el Hospital de las Culturas. Entonces, alrededor de esa zona, la mayoría de las mujeres no acudían a la... o sea, una gran cantidad de mujeres...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...de pueblos originarios no acudían a la atención médica porque dicen pues es que ahí no es la atención que yo conozco, ni me genera confianza, ni me trata bien y todo esto. Entonces lo que comienza a ser Secretaría de Salud acá en México comienza a captar a todas las mujeres parteras de los alrededores...

Paula - myBabymyBirth®

Yeah.

Claro.

Claro.

Javier

...las comienza a capacitar en principios de pues fisiología, anatomía, enseñarles un poco más en cuestión de abordajes en urgencias y aparte pues las enseñan a referir oportunamente a las pacientes y además pues el hospital, el hospital...

...hace como un sincretismo, ¿no? Se mezcla la parte médica con la parte transcultural de los pueblos originarios y entonces pues las mujeres pueden ser acompañadas por las parteras durante todo su proceso de labor y en el posparto pues podían tener su...

Paula - myBabymyBirth®

Vale.

Javier

...su masaje posterior al parto, su temazcal, su atención con hierbas para ellas sentirse... ellas lo mencionan como... sí, sí, sí, sí, sí, sí, sí, sí.

Paula - myBabymyBirth®

Vale. ¿Qué viene suena?

Javier

Para ellas después el parto, sentirse como con toda esta eliminación de toxinas por el cansancio, por todo esto y luego las aprietan, así dicen ellas, así para cerrar y que no se caiga el útero y la vejiga, así lo mencionan ellas. Y dicen, es que me parece bien el hospital porque el hospital está limpio, estás...

Paula - myBabymyBirth®

Vale.

Paula - myBabymyBirth®

Sí.

Paula - myBabymyBirth®

Vale, vale.

Javier

...cualquier cosa si se necesita. Pero también me gusta el cariño que me da la partera, cómo me cuida, el masaje que me dan, el temazcal después de tener a mi bebé y que me dan todo para yo poder estar dándole pecho a mi bebé y estar en contacto con él. Entonces, ese modelo, esa fusión entre lo...

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Javier

...lo intercultural, los pueblos originarios y la medicina logró disminuir la muerte materna en esa zona y se volvió como algo muy, pues muy bello, ¿no? porque está todo en conjunto. Sí, sí.

Paula - myBabymyBirth®

Mmm. Qué bien.

Paula - myBabymyBirth®

Lo mejor de los dos mundos, tienes alguien que está contigo que sabe, que tiene la parte médica, que en España, por ejemplo, las matronas están formadas en universidades, tienen todo esto que has dicho de emergencias obstétricas, o emergencias si le pasa algo al bebé

cuando nace, todo esto lo tienen, pero igual las parteras ahí van consiguiendo este conocimiento ahora.

Javier

Ya.

Paula - myBabymyBirth®

Bueno, qué interesante. Dime un poco cómo contexto, has explicado esto, pero ahora mismo, ¿verdad que hay un ratio superalto de cesáreas en México? ¿Nos puedes compartir este ratio? Es que yo cuando lo comento es como, wow, no te lo acabas de creer.

Javier

Sí, sí, sí.

Javier

Sí, sí, sí, sí. Es muy interesante, o sea, revisando las estadísticas. Nosotros vemos las estadísticas, por ejemplo, de 1990 a la fecha y el índice de cesárea ha ido cada vez más y más y más en aumento.

Y no sé, nuestro índice de cesárea global en México más o menos es 53%, es un índice muy, muy alto. Y bueno, lo vamos observando.

Paula - myBabymyBirth®

Wow, es verdad.

Javier

Lo podemos observar en los diferentes estados y bueno, los que tienen más concentración de habitantes son los que tienen más, pero a la vez vamos viendo las instituciones y vemos que las instituciones privadas son las que tienen unos índices de cesárea de 50 a 60 por ciento, o sea, bastante, bastante alto. Sí.

Paula - myBabymyBirth®

Adiós.

Paula - myBabymyBirth®

Claro. Y es verdad que... Perdona que te interrumpa. Que las mujeres lo piden, ¿no? Porque al final, si... O sea, si seis de cada diez mujeres, que es muy fuerte, más o menos, ¿no? Tienen una cesárea, claro, la probabilidad de que la gente a tu alrededor, de que tu madre, de que tu amiga, de que tu hermana, de que una cesárea es súper alta, entonces tú ya piensas... No, la desconfianza que tienes en tu cuerpo es que, bueno, lo más probable es que sea una cesárea, pero aparte, no la parte más sociológica...

Javier

Sí, sí.

Paula - myBabymyBirth®

...de que muchas mujeres lo ven como algo más de nivel, que si tienes más dinero, pues para qué vas a parir vaginalmente, mejor que te hagan la cesárea.

Javier

Así es.

Javier

Sí, fíjate que es muy interesante. Es cierto, o sea, el tema de la gente que tiene un mayor poder adquisitivo tiene más tendencia a la cesárea. Hay como dos vertientes, las mujeres que están con más conciencia y que se preparan para todo el tema del parto y las mujeres que dicen, yo no quiero...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...no quiero que mi vagina sufra cambios, no quiero pasar por dolores de parto, programa micesárea y punto. Hace poco fui a una universidad que es como de alto prestigio acá en México que es el Tecnológico de Monterrey y...

...hicimos un proyecto para una asociación de cuidadores perinatales y yo les expliqué como de qué iba el tema de salud mental perinatal. Entonces de los, no sé, eran alrededor de 20 alumnos y les preguntaba, bueno, tú te vas a presentar y me vas a decir si naciste por parto o por cesárea. Y resulta que más o menos el 65 % había nacido por cesárea. O sea, era como...

Paula - myBabymyBirth®

No.

Javier

...ustedes mismos se dan cuenta, o sea, se dan cuenta lo que ocurre, se dan cuenta cómo hay una sobreintervención por querer mostrar algo que es seguridad, pero que tanta seguridad estamos dando si los bebés y las mamás no están teniendo los beneficios de, pues, del trabajo de parto, del nacimiento, del apego, de la lactancia, de todo esto...

Paula - myBabymyBirth®

Ahora.

Paula - myBabymyBirth®

Dara.

Javier

...y ellos se resignificaron mucho y se cuestionaron mucho de decir, ¿me habré perdido de algo? Pues ahora me doy cuenta que creo que sí, creo que yo he pasado por esto y esto y esto y bueno, hasta entonces te genera conciencia, ¿no?

Paula - myBabymyBirth®

Claro, sí, sí. Creo que a veces, cuando estás en tu propia burbuja o en tu país con tus datos, es como que lo ves como normal, pero cuando comparas con otros países, cuando miras también lo que dicen organizaciones como la ONU, que... Bueno, ahora creo que la última ya no recomiendan como una estadística en concreto, pero se hablaba de un 15 % máximo de cesáreas, ¿no? Entonces, cuando miras estos números y dices, ¿cómo puede ser? O sea, que sí que habrá factores...

Javier

No.

Javier

Claro.

Paula - myBabymyBirth®

...no sé, genéticos, de dónde vives, hay factores que influyen en algunas cosas relacionadas con el embarazo y parto, pero no de un 15 o un 60 % de cesáreas, y más cuando una cesárea es una decisión médica, no es una enfermedad o algo, sino que es una decisión que toma un médico o que lo mejor lo escoge la mujer, pero es como bastante chocante, pero bueno, no sé, ¿y tú crees que esto va...? Dime, dime.

Javier

No, no.

Javier

Fíjate, Pau, cuando yo me estaba formando como ginecólogo, yo me encontraba en un hospital. Un hospital de, pues es como un hospital de concentración en donde llegan muchas pacientes.

Y hay una perspectiva de decir tengo que resolver. O sea, tengo aquí en el área de labor 15 pacientes embarazadas que es para finalizar el embarazo.

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Paula - myBabymyBirth®

Y la perspectiva o lo que aprendes es necesito que se resuelvan estos embarazos antes de que termine mi guardia. La perspectiva era tengo que entregar limpia el área de labor, o sea, sin ninguna paciente. Fíjate nomás.

Paula - myBabymyBirth®

Wow, sí, sí, o sea, una parte superlogística de recursos del hospital.

Javier

Exactamente, exactamente. O sea, eso es lo peor del caso porque era como... ¿Cuánto tiene de... O sea, y de verdad, aprovecho este espacio para hacer una disculpa a todas las mujeres

que han pasado, que le han pasado mal en un área de labor de parto, en un hospital público, en una que han tenido una mala atención?

Pero es importante que nosotros hablemos de esto, o sea, y lo visibilicemos. Entonces, la perspectiva con nosotros en nuestra formación como ginecólogos es a ver, ¿ella cuánto tiene de dilatación? Pues tiene siete, pues ya es la parir, o sea, es como ya, te estás tardando. O por ejemplo, si llegaba una mujer en un expulsivo, en un periodo expulsivo...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...la mujer y el bebé nacía en la cama o sea era un gritadero de rápido todos ya van a ser y si nacía en la cama bueno pues es tu culpa no nació en la cama y tienes que compensar de alguna forma porque este cometiste un error o sea hacía ese grado y ahora que lo pienso yo digo esa mujer que parió en la cama tuvo el mejor parto nadie la tocó nadie intervino nadie...

Paula - myBabymyBirth®

No.

Paula - myBabymyBirth®

Clara.

...de las diez personas chillando a su lado, corre, ven que...

Javier

Sí, sí, sí, sí, sí, sí. Y bueno, o sea, es una... Ahora, yo te estoy hablando de un hospital que tenía alrededor de 30 nacimientos por día, pero acá en México hay hospitales que tienen 60 o 90 nacimientos por día, o sea, que son una cantidad enorme de pacientes y en donde, bueno, tienes un enfoque en resolver una...

Paula - myBabymyBirth®

Sí, sí.

Javier

...una alta cantidad, o sea, porque tu perspectiva se vuelve como de producción, ¿no? Como si estuvieras en la Coca-Cola haciendo refrescos. Y bueno, la calidad se afecta y por supuesto que la calidad humana, ya no digamos la atención emocional, la atención... Sí, sí, sí, sí, sí. O sea, ¡terrible!

Paula - myBabymyBirth®

Claro Claro

Paula - myBabymyBirth®

Médica. Ya, ya.

Claro, no, no, guay. Qué estrés también para vosotros, porque al final tú, o sea que... Y aquí no es culpable en este podcast, a veces, bueno, hablamos de muchas cosas y tal, y nunca es culpable al profesional tampoco, ¿no? Ni al profesional ni a la madre. Son cosas del sistema. Pero tú, ¿cómo saliste? ¿Cuándo viste la luz? La luz y dijiste... Porque en algún momento imagino que tú estabas aquí en el sistema, ¿no? Y como estabas explicando, aunque pusieras tu mejor intención...

...y tus mejores capacidades no podías atender bien a estas 30 mujeres o lo que sea. Cuando hiciste el chip y dijiste, esto no, o sea, tengo que aprender más o desaprender, ¿cómo fue?

Javier

Fíjate que a mí lo que me... Bueno, yo siempre fui como el raro en la obstetricia, ¿no? Siempre fui como... Como... Por ejemplo, yo con las pacientes era muy de platicar porque...

...mi personalidad es más así, me gusta como... Hola, ¿cómo estás? Y tú, ¿cómo te sientes? Y así, así. Entonces, por ejemplo, con las mamás que tenían pérdidas gestacionales y veía que la estaban pasando mal, pues yo veía que en ocasiones necesitaban, pues, contención o necesitaban un abrazo o algo así, pues yo se los daba. Y mis compañeras me decían así como... ¿Y por qué la abrazas? Esto familiar, la conoces y yo...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...pues acaba de perder a su bebé y lo está pasando muy mal. Pues lo necesita y le viene bien. Y me veían así como que, órale, pues está bien. Y bueno, cuando yo estaba haciendo la especialidad, me entró muy en la cabeza el tema del padre y yo decía, bueno, realmente influye el resultado del bebé con la presencia del padre...

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Javier

...y me puse a investigar sobre eso, quise hacer mi tesis sobre eso y me di cuenta que no había nada de información y me puse a investigar más para sacar datos y di con todo el tema de salud mental perinatal y dije... o sea, pues me empecé a informar, me empecé a... y dije...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

Dios de mi vida, o sea que mal estamos haciendo las cosas, estamos afectando muchísimo los vínculos, los apegos, el desarrollo del bebé. Pero a la vez también dije, tenemos una gran área

de oportunidad aquí porque, o sea, mi perspectiva se abrió tanto que yo dije, si nosotros cuidamos desde el embarazo a la mamá y al bebé...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...los resultados son otros, pero en todo aspecto. O sea, tanto en lo médico, en lo psicológico, en lo social, en todo. Y yo lo veía en mis pacientes. O sea, yo veía que las pacientes que iba cuidando, acompañando, sus partos eran excelentes, no tenían complicaciones, no había dificultades. O sea, yo veía que todo iba bien...

Paula - myBabymyBirth®

Flúia.

Javier

...pero a la vez veía unas... Yo decía, aquí lo que necesitamos hacer es cambiar la perspectiva del personal médico. Si el personal de atención al nacimiento tuviera conciencia, los resultados serían muy diferentes porque...

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Javier

Me apena mucho decirlo, pero son cosas que ocurren en mi país. Pero, por ejemplo, hay casos de enfermeras que la mujer está gritando porque tiene contracciones que son dolorosas para ella. Y es como... Señora, no grite. Así gritaba cuando se la estaban haciendo y son cosas que yo me choqueaba. Yo decía, es que cómo le puedes...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...decir eso a alguien? Exactamente. Y bueno, o sea, cuando yo hice conciencia de la gravedad del monstruo tan grande de la violencia obstétrica que hay en México, dije estamos jodidos como país porque tú observas en México y México...

Paula - myBabymyBirth®

Esto es maltrato y esto es violencia obstétrica. Ahora no hemos puesto un nombre.

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

México es un país que es amoroso, es cálido, te recibe, te apapacha, te das tu cariño, pero hay mucha violencia. Tenemos unas cuestiones en violencia de... Tú lo puedes ver que el narco que asaltaron, que hicieron, pero tú lo puedes ver incluso en la gente, en el tráfico.

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

¿Cómo se conflictúan unos con otros? ¿Cómo se vive? Y dices, en el fondo todo esto viene desde... Esto se conoce desde la gestación y desde el nacimiento. Sí, sí, sí, sí.

Paula - myBabymyBirth®

Yeah.

Paula - myBabymyBirth®

¿De nacimiento? Sí, gestación ya. Sí, sí. Que interesante, ¿no? Y a parte lo que decías sobre el personal sanitario de no solo el maltrato de evidencia obstétrica que es horrible y se tiene que ir corrigiendo, pero también imagino que habrá, como el parto se ve como algo tan medicalizado que tienes que hacer, ¿no? Porque al final es lo que pasa con muchos obstetras, ¿no? O sea, tengo que hacer algo, ¿vale? ¿Qué hago?

Javier

Claro.

Paula - myBabymyBirth®

No, es que a veces en un parto no tienes que hacer nada, es esperar, sentarte, observar, evidentemente, por si algo se gira, pero igual no tienes que hacer nada, y eso sería como el mejor escenario. Pero entonces, claro, y también hay el miedo, que a veces mucho personal sanitario, como ven estas estadísticas de que las cosas pueden ir muy mal, pues tienes este miedo de que algo va a ir mal o algo puede ir mal, tengo que solucionarlo antes de que pase...

Javier

Así, claro, claro, claro.

Javier

¡Gracias!

Paula - myBabymyBirth®

...este problema que tenemos no solo en México, que eso también pasa en España y muchos otros países, que se quiere intervenir antes de que haya el problema, entonces estás causando tu problema. Supongo que habrá un trabajo por parte de todo el personal sanitario, parte del sistema de hacer este cambio.

Javier

Sí, sí.

Javier

Fíjate que... algo... o sea, por ejemplo, actualmente mi labor muchas veces cuando una mujer está en trabajo de parto, más bien es darle confianza a otros. Por ejemplo, en ocasión un médico que su paciente estaba en trabajo de parto, pues me llama para decirme como...

...es que empezó con contracciones y yo, pues qué bien, ¿no? Es normal. Es que, este... Es que atreve muchos dolores y la reviso y le digo, tiene un trabajo de parto normal. No, pero es que ya está muy agitada y se está moviendo mucho y es un trabajo de parto normal. Entonces, mi labor ahora es decir, es normal, no pasa nada.

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Javier

Y se quedan así como que, bueno, está bien, tú estás a cargo, dale.

Paula - myBabymyBirth®

Claro, sí, pero es que lo fuerte que alguien, a veces cuando lo explico, que la gente no se lo cree, pero es que hay muchos obstetras, o sea, dilo tú por favor para que la gente se lo crea, pero que hay muchos obstetras que nunca han visto un parto fisiológico.

Javier

Sí.

Sí, sí, sí, sí, sí. O sea, bueno, acá en México te toca porque te toca, pero, o sea, hay... Bueno, no te creas, ¿eh? Hay hospitales, por ejemplo, acá hay hospitales que son privados y puedes hacer la especialidad. Y la verdad es que solo vences áreas. Y bueno, una cosa es un parto...

Paula - myBabymyBirth®

Parto fisiológico me refiero a un parto natural, sin epidural, sin nada, ninguna medicalización. Hay obstáculos que no lo han visto.

Javier

Fisiológico, exacto, exacto. No, no, no. Y es un problema porque, o sea, yo en la actualidad que soy obstetra, te puedo decir que ya hasta el último fue cuando yo me enfoqué en buscar partos que son, pues, meramente fisiológicos, pero no los hemos visto, o sea, no... La mayoría son intervenidos, la mayoría es...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Paula - myBabymyBirth®

No lo aprendas.

Javier

...al menos ponle una solución intravenosa por lo que se ofrezca por si hay que pasarle oxitocina por si hay que pasarle sangre por si hay que pasarle lo que sea y ahora dices... es más simplemente el hecho de ponerla en una cama acostada en una bata ya eso lo está jodiendo o sea ya eso...

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

¿Este es una intervención?

Sí.

Javier

...está interviniendo totalmente.

Paula - myBabymyBirth®

Claro, es que es Michelle Odette que dice, la primera intervención es salir de casa. Pero es que es verdad, tengo un episodio con Laya Casadevall, matrona aquí en España catalana, que el tercer episodio del podcast donde hablamos justamente de esto, ¿cómo tener un parto fisiológico en el hospital? Porque a veces no es tan fácil, porque es decir que no a muchas cosas como ponerte la bata, que ya te sientes más paciente, y tumbarte y no te digo, porque no es lo mismo. Yo, por ejemplo, he tenido dos partos fisiológicos en casa.

Pero recuerdo perfectamente en mi primer parto, un momento que me tuve que sentar porque me hicieron un tacto en el primer embarazo. En el segundo parto ya dije que no a ningún tacto, pero en el primero me hicieron un tacto vaginal para ver si estaba de parto establecido o no. Y después me vino una ola o contracción y cuando estaba sentada me había como... Y esa fue como súper dolorosa. En cambio, todas las otras contracciones no lo diría como dolorosa porque las podía transitar, me podía mover. Entonces...

Javier

Lalo.

Paula - myBabymyBirth®

...con la intensidad que sientes de estas contracciones o olas, pues las te vas moviendo y las vas transitando. Pero cuando estás sentada o tumbada, es que no tiene nada que ver cómo lo puedes llevar. Entonces totalmente, o sea, tumbarte, a no sé qué te apetezca, aunque estás muy cansado, lo que sea, evidentemente, sale de la mujer, adelante, pero que te fuercen a sentarte o tumbarte, ya es totalmente una intervención. Y la vía también, que es otra cosa que se...

Javier

Claro.

Javier

Bueno,

Javier

Sí, sí, sí, sí, sí.

Paula - myBabymyBirth®

...dicen todos los lugares y por si acaso ya, pero es que la evidencia científica nos dice que si todo va bien, si tienes un embarazo saludable, que no hace falta, ¿no?

Javier

Claro, claro, que te hagas a un lado y va a mejorar todo.

Paula - myBabymyBirth®

Cuántas cosas a ir cambiando, pero qué importante que personas como tú, que veas que se pueden hacer las cosas diferentes, porque al final tú también vas a asistir a partos complicados, seguramente, pero ya si les hablas con un poco más, yo no te digo amor, pero respeto, un poco más de tú a tú, y les explicas las cosas de las mujeres y pueden ellas sentirse que deciden, porque al final...

Javier

Sí.

Javier

No.

Claro.

Paula - myBabymyBirth®

...las mujeres deben ser quien deciden, con tu opinión, con tu información, con tu sabiduría y experiencia, evidentemente, pero que al final son las mujeres, que son las mamás de los bebés.

Javier

Fíjate que yo algo que observo con las mujeres, al menos aquí en México, muchas veces, algo tan sencillo como... como tomarle la mano y decirle, está ocurriendo esto, o sea, estás en este... estás en un periodo expulsivo, obviamente no se los digo así, les digo como, tranquila, esto ya va a terminar. ¿Sale? Está saliendo la cabecita, está ocurriendo esto y se va a terminar.

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Javier

Es todo. Y bueno, ocurre y ven al bebé y es este shock de el coctelazo de oxitocina y dopamina y así de... Y te lo agradecen mucho porque te dicen... Estuviste conmigo, me acompañaste y la verdad, ¿qué fue lo que hice? Pues nada más le di la mano y le dije... Todo va bien, es todo.

Paula - myBabymyBirth®

Gracias.

Paula - myBabymyBirth®

Wow, la oxitocina.

Paula - myBabymyBirth®

Sí.

Javier

No hice nada extraordinario, no hice nada de...

Paula - myBabymyBirth®

No, pero sí lo es, porque en ese momento, para esa mujer, es que estás al tu límite y piensas que esto nunca se va a terminar, pero que te digan esto y dices, vale, no estaré aquí siempre. En cambio, si te dicen, si te ponen una cara de preocupación, te dicen, que te pongo a la epidural en este momento y es en plan, a ver, que no hace falta que ya estás al final o lo que sea, pero esta confianza, transmitirla, es magia, porque al final es lo que necesitas en ese momento.

Javier

¡Dano! ¡Dano! ¡Dano!

Está...

Javier

Claro. Claro. Claro.

Javier

Sí. Sí, sí, sí. Ahora mismo, yo... Mi... Como mi meta o lo que yo estoy enfocado es como que más profesionales en el entorno del nacimiento o en general de la salud sean conscientes de... Una de las sensibilidades que la madre está atravesando y otra en...

Paula - myBabymyBirth®

Totalmente.

Paula - myBabymyBirth®

No sé.

Javier

...cómo puedes hacer la diferencia. O sea, ya cuando tú ves con esa perspectiva absolutamente todo cambia. A mí ahorita me pasa que de pronto me frustró mucho porque para mí ya es mucho más claro ver la violencia obstétrica y ver cuando el mismo anestesiólogo la está orillando de este...

...entonces no vas a quererte, quieres quedar con los dolores. Este tipo de comentarios, ¿no? O el pediatra de que pues ya se quiere ir y así de que... Señora, si no hace el esfuerzo, si le pasa algo a su bebé es culpa suya, ¿no? Y para mí se me hace como... tan impotente, tan...

Paula - myBabymyBirth®

Claro.

Paula - myBabymyBirth®

No.

Javier

...te da coraje, te molesta, te enojas, dices ¿por qué algo tan noble, tan vulnerable, tan sensible vienes a rasgarlo? ¿vienes a meter tu miedo, tu cizaña? Para mí es... Sí, claro. Y para mí es como un periodo sagrado, es como un momento tan importante...

Paula - myBabymyBirth®

Ego también, ¿no? Un poco.

Javier

...en la vida de la madre y del ser humano que viene. Que debe ser, desde mi perspectiva es como una prioridad que debería estar establecido hasta por cada país como bueno, todo esto tiene que estar súper bien cuidado y lo demás ya nos encargaremos, ¿no? Pero particularmente eso tiene que ser bastante, bastante cuidado.

Paula - myBabymyBirth®

O no.

Paula - myBabymyBirth®

Así es.

Javier

Veo que mucha gente también busca tener este desarrollo, saber, conocer, pero la enseñanza no está tan a la mano. Afortunadamente, ahorita ya tenemos al Instituto de Europeo de Salud Mental con Juan Ibonolce y con todos los profesores, que es maravilloso, pero antes, ¿qué esperanza había? Ninguna.

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Paula - myBabymyBirth®

Ya, ya, ya. Sí, sí, sí. Bueno, poco a poco ir cambiando esa perspectiva del parto y entender la importancia que tiene y el impacto que tiene en tu vida, ¿no? Porque a veces, si nos focalizáramos en esto, seguro que mejorarían estadísticas de robo, de problemas sociales, al cabo de muchos años, ¿no? Pero, claro, hoy en día, tanto políticos como somos muy impacientes, ¿no? Queremos resultados rápidos y a veces esto no... Bueno, pues es...

Javier

Da, no.

Javier

Sí, sí.

Paula - myBabymyBirth®

...a más largo plazo, pero qué importante. Javier, vamos, he disfrutado un montón, podría estar aquí mucho rato, pero... Pero bueno, me gusta que los episodios tengan esta dorada, más o menos. Entonces, me gusta terminar con una pregunta, que es... ¿qué les darías a las mujeres embarazadas que nos escuchan? ¿Puede ser un consejo, puede ser una frase positiva para terminar, puede ser un ejercicio? ¿Algo que les darías para terminar?

Javier

Se queda.

Paula - myBabymyBirth®

Episodio.

Javier

Bueno, espero no enrollarme mucho, pero... algo que leí en una ocasión y se me hizo como muy bello y muy importante es que... el hombre tiene su participación en cuestión de que a lo mejor coloca un germe en una semilla, por así decirlo, pero en realidad la madre es quien pone absolutamente como todos...

...todos los nutrientes, pero es como quien pone toda la materia prima, toda la calidad y bueno, la mujer entre mejor calidad ponga en su materia prima, pues mayor impacto va a tener en ese bebé y la materia prima, por supuesto que la alimentación, pero también el como...

...el cómo vives, el cómo recibes amor, el cómo piensas, el cómo te vas conformando de la mejor manera, va a tener un impacto muy, muy, muy importante en ese bebé que viene. Y como decían, bueno, esto lo vi en el instituto, no recuerdo quién fue el autor...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...pero que menciona que nuestra sociedad es el resultado de las gestaciones de nuestras madres. Entonces, atender al cuidado y a la buena gestación de una mujer, de una mamá, impacta profundamente en el desarrollo de nuestra sociedad.

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

La luz a nuestra vida, a nuestra sociedad, a nuestro vivir viene a través de la mujer. Entonces la mujer tiene una valía tan enorme y tan grande, o sea su trabajo es tan bello, tan sagrado que si las mujeres lo... ya lo aprecian, me parece, pero si hacemos que todos lo veamos y...

Paula - myBabymyBirth®

mmm

Javier

...y lo apreciamos, bueno, creo que podemos hacer cosas muy grandes por todo el mundo.

Paula - myBabymyBirth®

Qué bonito, Jolin. Pero es verdad que al final es gestar, que estás creando vida, que qué más maravilloso y potente que esto. Pero es verdad que no lo pensamos y también estoy de acuerdo que no se aprecia de la forma como lo has explicado ahora. A veces lo damos como por hecho o no le damos la importancia. Bueno, con cosas prácticas como darnos la baja al final del embarazo para poder descansar o...

Javier

Sí.

Paula - myBabymyBirth®

...teniendo más tiempo para estar con nuestros bebés. Hay muchas cosas en la sociedad que no aprecian este proceso como debería. Qué buen mensaje para terminar.

Javier

No lo sé.

Javier

Claro, sí, que a veces lo ven como hasta un problema, ¿no? de que, ya está embarazada, qué bueno. Y cuando, no, cuando en realidad es, es, es asunto de todos, de toda la sociedad.

Paula - myBabymyBirth®

Sí. Y no podrá producir.

Paula - myBabymyBirth®

Así es, qué bien. Pues muchísimas gracias, Javier. De verdad que ha sido un placer. He aprendido mucho, súper interesante entender un poco más en México cómo funciona todo, cómo se ve. Y esperemos que vaya cambiando poco a poco. Igual que también espero que hay cosas que vayan cambiando también en España y en otros países porque queda mucho por hacer en todos sitios. Pero con profesionales como tú, pues estoy segura que...

...que es más fácil. Así que nada.

Javier

Y Pau, igualmente, muchísimas gracias. Estuve viendo un poco también del tema del hipn parto y me ha parecido maravilloso. Así que gracias también por compartir todo eso y por hacer estos espacios. Y pues también gracias a todas las mamás que nos escuchan.

Paula - myBabymyBirth®

Gracias.

Paula - myBabymyBirth®

Sí, y eso es decir, pues nada, muchísimas gracias a todas y a todos por escucharnos una semana más. Y nos vemos la semana que viene.