

MIREIA SERRA ETA SAIOA BALEZTENA «TODAS LAS LACTANCIAS» LIBURUAREN EGILEAK

«Edoskitzeak ikusarazteko premia dago. Denetan azaltzen da sistemaren abandonu sentsazioa»

Nire lehen edoskitzea ez zen nahi nuen bezalakoa izan. Titia ematea desio nuen, baina ez zen posible izan, funtsean sistemaren akonpainamendu faltagatik. Orduan, nirekiko erran nuen: ez da espero nuen bezala izaten ari, baina edoskitzeaz gozatu nahi dut».

Mireia Serra aktibista feministaren testigantza da. «Totes les lactàncies molen» (Ara Llibres, 2023) liburuaren sorrera.

Argazki saio bat egin nahi zuen semearekin, baina gustatzen zitzaizkion argazkilarien lanetan ama zoriontsuak baino ez zituen ikusten bularra ematen. «Haserretu egin nintzen, amatasun ideal horiek ez direlako hala benetan. Ekintza inpulsibo batean, Instagramen partekatu nuen #Toteslaslactànciesmolen etiketa. Eta beren historia konpartitzeko eta entzunak izateko beharra zuten ama pila baten kontakizunak jaso nituen. Ahizpatasun sare bat osatzeko balio izan zuen, edoskitzea dena delakoa izanda ere», kontatu dio GAUR8ri.

Ahotsik ez dutenen bizipenak Motibatu, eta edoskitzen zuten hogeit bat ama elkarriketatu zituen. Cristina Pujol (@banyadorderatlles) argazkilaria argazkiak egin zizkien.

Bigarren semea jaio zenean, material hori guztia kaxoi batean gelditu zen, baina erditze ondoa pasatuta, materiala no-

JENDARTEA / Maider IANTZI GOIENETXE

Mireia Serrak (Vic, Katalunia, 1986) landatu zuen liburu honen lehen hazia, idealizatutako amatasunen aitzinean, edoskitze ugariren kontakizunak bilduz. Edoskitzeen aholkulariak Saioa Baleztena (Bera, 1989) kazetariarekin batera idatzi zuen 'Totes les lactàncies molen' liburua gaztelaniaz plazaratu dute orain, Txalapartarekin.

labait plazaratu behar zuela sentitu zuen. Saioa Baleztenarekin jarri zen orduan harremanetan. Sareetatik soilik eza gutzen bazuen ere, anitz miresten zuen bere kazetaritza lana. Beratarrak ere jarraitzen zuen Vic-ekoa. «Adin ber-

tsuko bi seme ditugu, eta gustatzen zitzaidan berak bere amatasunaren bizipenaz egiten zuen kontakizuna. Identifikatuta sentitzen nintzen», adierazi digu Baleztenak.

Materiala erakutsi zionean, argi ikusi zuen hor liburu bat

Mireia Serra edoskitzeen aholkularia da; Saioa Baleztena feminismo eta amatasunetan espezializatutako kazetaria. Bi ama eta aktibista hauek lau eskutara idatzi dute liburua. Jagoba MANTEROLA / FOKU

zegoela. «Nik kazetaritza ulertzen dut hedabideetan ahotsik ez duten pertsonen bizipenak kontatzeko aukera bezala. Edoskitzea ama guztiei gertatzen zaie, baina ez zegoen orain arte beren bizipenak bil-tzen zituen libururik».

Hori guztia bideo deiez aipatu zuten, umeak titian zituztela, eta idatzi ere siesta orduan eta arratsez idatzi zuten. «Hori kontatzen dugu beti, ez amagandiko edoskitzea aldarrikatzeko baizik eta guretzat garrantzitsua izan delako prozesua zaintzea. Hemen badago gai bat ez dena gehiegi



«Honakoak dira 30 kontakizunak lotzen dituzten hariak: akonpainamendu falta, epaituak sentitzea eta osasun mentalean honek denak duen eragina»

«Guraso batzuek kontaktzen dute egun batean ikusi zutela beren burua goizeko lauretan esnea ateratzeko tresnarekin negarrez, ezinean. Nola ailegatzen gara honaino?»

aipatzen, eta da zeinen zaila den ama garenean proiektuak aurrera eraman ahal izatea».

Baleztenarentzat garrantzitsua da hasieratik garbi gelditzea proiektu honen sortzailea Serra dela. Hori errespetatu nahi izan du prozesu osoan. Bertzalde, liburua ahalik eta baldintzarik onenetan idazteko ahalegina egin dute. «Hagitz kontent nago egin dugun bikotearekin. Ez da erraza liburu bat lau eskutara idaztea, eta gutxitan sentitu dut prozesua merezi duen bezala zaindu ahal izan dudarik».

Mezu hagitz politak

Katalanez jaio zen proiektua eta hala plazaratu zuten 2023an, baina aurten Txalapartarekin gaztelaniaz argitaratzeko aukera izan dute, eta izugarri kontent daude “Todas las lactancias” izaten ari den harrerarekin.

Aurkezpen piloa egin dute, batez ere Katalunian, eta dene-tariko mezuak eman dizkie jendeak, hagitz politak. Osasun arloko profesionalak ere etorri zaizkie. Emagin batek kontatu zien lankide eta amei gomendatzen ari zela liburua. Eta bertze batek, erditu eta edoskitze zaila izan zuenak, eskerrak eman zizkien primeran etorri zitzaizolako.

Amei entzunda, baietsi dute edoskitzeak ikusarazteko pre-

Katalanezko liburuaren ondotik, gaztelaniazko edizioa aurkeztu dute, Txalapartarekin, argazki erakusketa batekin batera. Liburuan agertzen diren irudiak dira, Cristina Pujol argazkilaria eginak. Jagoba MANTEROLA / FOKU



mia zegoela. Testigantza dene-tan azaltzen da sistemaren abandonu sentsazioa.

Ahizpatasunezkoa

«Liburua bakarrik ez gaudela dioen oihu bat da. Emakume batek identifikatuta sentitu zen pasarteak azpimarratu zituen, eta kapitulu guztiak markatu zituen ia. Azken batean, edoskitze bera egin ez arren, kontakizun, hitz eta emozioetan islatuta ikus deza-kezu zure burua. Patriarkatuak elkarren aurka nahi gaitu, amak kritikatu eta epaitzen; bada, liburua justu kontrakoa da, ahizpatasunezkoa», deskribatu du Vic-eko aktibistak.

Errealitate gehiago txertatu dituzte: pertsona trans baten edoskitzea, dolua bizi duen guraso batena edota induzitua. Eta, 30 gurasoren testigantzez gain, adituen azalpenak ere jaso dituzte. Hamar ataletan antolatuz, irakurketa arina izatea lortu dute.

Amagandiko edoskitzea

Amagandiko edoskitzeari es-kaini diote lehen atala. Ez da

praktikarik zabalduena. «Bada-kigu Osasunaren Mundu Erakundeak gutxienez sei hila-beteko edoskitzea gomenda-tzen duela, eta gero, elikadura osagarria sartuta, amak eta umeak nahi duten arte. Bada-kigu zenbat onura dituen. Bai-na batzuetan badaude hainbat arrazoi emakumeak amagan-diko edoskitzea ezin egitera eramaten dituztenak. Adibi-dez, umeak lau hilabete ditue-nean enplegura itzuli behar izatea», erran du Baleztenak.

Aldarrikatu duenez, politika publikoak falta dira. Ez badago babesik, profesionalak ez badaude eguneratuta, amagandi-ko edoskitze anitz bidean gal-duko dira.

Liburu osoan agertzen da akonpainamenduaren garran-tzia. «Hainbat emakumek az-pimarratzen dute momentu-rik garrantzitsuenean, umea sortu eta segituan, profesiona-lek agindu desberdinak ematen dizkietela. Ezjakintasun ikaragarria dago, eta horrek dakar eskubideak ez bermatu ahal izatea. Amagandiko edos-kitzea behar bezala bizitzeak

eskubide bat izan beharko lu-ke, baina pribilegio bat da, anitzetan pribatura joan behar izaten dugulako».

Biberoia

Edoskitzeen laguntzailea da Mireia Serra. Amagandiko edoskitzeen kontsulta ugari ditu, baina gehienak biberoi bidezko edoskitzeenak dira, hutsunea baitago hor. Zein bi-beroi erabiliko dut? Nola ema-nen diot umeari? Zer esne erabiliko dut? Badirudi bibe-roiarekin dena egina dagoela, baina ez da hala. Guraso hauek ere zalantza eta beldu-rrak dituzte, akonpainatu behar direnak.

Testigantza guztiak batzen dituen bertze hari bat norbere gorputzarekiko konfiantza fal-ta da. Aurkezpen batera etorri zen ama batek hala erran zien: «Oxala nire inguru hurbilak li-buru hau irakurri izan balu, ez nuen nire edoskitzeari buruz-ko komentario pila bat entzun beharrik izanen».

Konfiantza funtsezkoa da edoskitzea plazerez bizitzeko. «Beti animatzen ditut haurdu-



nak, sabela behatzeaz gain, titiak nola prestatzen ari diren erreparatzera. Iraganera bi-daiatzera ere gonbidatzen ditut, gorputzarekin zein harreman izan duten ikusteko, bereziki titiekin».

Buru osasuneko auzi bat

Tamalez, ama anitz autoestimu baxuarekin iristen dira erditzera eta edoskitzera, traumekin eta gorputzarekiko harreman mingarriekin ere bai. Edoskitzeak hori dena mugitzen du. Hortaz, liburuaren xede bat da edoskitzea buru osasunaren auzi bat dela ikusaraztea. Zaindu eta erdigunean jarri behar dena.

Ohikoa izaten da, ama berrien kasuan, «bularra emanen dut, ahal badut» erratea. «Ahal badut» baino, «nahi badut» izan beharko litzateke, ordea. «Emakumeen %99 prest gaude bularra eman ahal izateko. Gaitasuna kentzen digun bakarra ingurua da, akon-

painamendu falta. Horrek ekartzen du edoskitze bat libreaki eta plazerez ez bizitzea».

Egiten dutena egiten dutela, gaizki dago gizartearen begiradapean. «Hori da liburuaren muina. Niri pena ikaragarria ematen dit honek, eta uste dut feminismoak baduela erronka. Anitzetan gu garelako gure artean epaitzen aritzen garenak. Liburuarekin ikusi dugu hainbat profesionalek ez diotela babesik eman, aniztasuna aldarrikatzen dugulako», azpimarratu du Saioa Baleztenak.

«Bularra emanda, baliteke fusio hori bizitzea, eta baliteke ez bizitzea ere. Lotura ez da biberioia ematea ere. Elikadurak ez du lotura markatzen, presentziak baizik»

«Molestatu egiten du emakumeok gure gorputzarekin aske izateak. Txikitatik sexualizatu dizkigute bularrak. Ulertzen da titiek funtzio bakarra dutela: gizonen plazera»

Liburua plazaratzearekin batera, argazki erakusketa bat zabaldu zuten Iruñeko Txalapartan, askotariko edoskitzeak islatzen dituenak.

Jagoba MANTEROLA / FOKU

Epai hauek eta amatasun eredu bakarra, edo muturrean dauden bi, bultzatzeak osasun mentala kaltetzen dute. Horiek dira kontakizunak lotzen dituzten hariak: akonpainamendu falta, epaituak sentitzea eta osasun mentalean honek denak duen eragina.

Erabaki eta errespetatu

Amatasun eta feminismoetan espezializatutako kazetari eta aktibistaren ustez, gakoa da amek zer nahi duten aditzea eta beraiek beren buruari ere zer behar duten galdetzea. Horren arabera erabaki eta inguruak errespetatzea.

«Sarri ez dugu ariketa hau egiten, eta joerak jarraitzen ditugu. Inguruak ere ez gaitu errespetatzen, eta epaiketa bikoitza izaten da batzuetan. Ama batzuek eta Pol aita transak ere kontaktzen dute egun batean ikusi zutela beren burua goizeko lauretan esnea ateratzeko tresnarekin nega-

rez, ezinean. Nola ailegatzen gara horraino? Bel Polen biko-teak ere kontaktzen du, bi ume zaharrago ditu, berak erditu zituen, titia eman zien eta hagitx esperientzia praktikoa izan zen. Pol haurdun gelditzean, berak ere edoskitzea induzitu eta ematea erabaki zuen. Aukera hori egin zuen, pentsatuz familia bezala praktikoa izaten ahal zela haur bakarrak lau titi izatea elikatze-ko, baina konturatu zen ez zela berak nahi zuena betetzen ari, justu kontrakoa. Orduan, ‘horraino’ erran zuen».

«Espektatibak eduki behar ditugu. Ona da, baina hori bezain ona da betetzen ez badira ahalik eta hobekien kudeatze-ko prestatzea».

Adibidez, bai Annak eta baita Nuriak ere bolada batez aurrez ateratako esnea eman zioten umeari, gero mistoa egin zuten, eta haurrak urtea betetzean, behi esnea eman zioten. «Gakoa da kasu guztietan gure buruarekin solastatu, bakeak egin eta gehiago aditzea gure burua; eta gutxiago kanpotik heldu zaigun guztia».

Edoskitze mistoaren eta biberioiaren atalean, esne artifizialaren negozioa seinalatzen da, azalduz hiru esne mota daudela eta hirugarrena marketin hutsa dela. Horrez gain, aldarrikatzen dute guraso eta umearen arteko lotura ez dela bakarrik titiaren bidez lortzen, bularren harreman hori idealizatua baitago. «Bularra emanda, baliteke fusio hori bizitzea, eta baliteke ez bizitzea ere. Lotura ez da biberioia ematea ere. Elikadurak ez du lotura markatzen, presentziak baizik».

Mitoak puskatzen dituzte

Haurdunaldiko edoskitzea estigmatizazioa dago. Erraten da abortatzeko arriskua dagoela,

baina jakina da edoskitzeak eragindako kontrakzioak ez direla horretarako bezain handiak. Bi haurri batera titia ematean erraten da bata bertzeari elikagaia kentzen diola, eta hori ere gezurra da.

Etenik gabeko edoskitzean, ume koskor bat ikustea titian, deserosoa da zenbaitentzat. «Nik uste dut molestatu egiten duela emakumeok gure gorputzarekin aske izateak. Txikitatik sexualizatu dizkigute bularrak. Ulertzen da titiek funtzio bakarra dutela: gizonei plazera ematea».

Baleztenaren ustez, amatasunen bizipenen inguruan erreferentziak falta dira, begirada zabaltzeko. Bi eredu ikusten badituzu bakarrik, ematen du tartean ez dagoela bertze deus; aldiz, ahotsa ematen badiezu, identifikatuta sentitzen ahal zara.

Bular bakarrarekin edoskitzen duenak kanon estetikoaren presioa sentitzen ahal du. Beratarak berak bizi izan duen errealitatea da. «Bi semeek titi bat ukatu dute eta frustrazioa sentitu dut ez nuelako ulertzen zer gertatzen zen nire gorputzarekin. Hor ere badago dolu bat eta haserretzen ninduen dolu horren jatorria kanon estetikoaren pisua zela onartzeak. Gero, ohartzen zara hagitx ohikoa dela».

Minbizia pasatu dutenen kasuan, Claudiak, adibidez, arazoa izan zuen, ez edoskitzeko, baizik eta haurdun gelditzeko. «Hemen azaleratzen da osasun sistemako profesionalen ezjakintasuna. Joera hala erratea da: 'ez konplikat, eman formula'. Baina titia ematen ahal dute. Claudiak horrela elikatu zituen bi haurrak».

Transei dagokienez, Baleztena gehien inpaktatu zuena izan zen Pol eta Nel nola ezkatzen

ziren titia emateko, ez zirelako eroso sentitzen. «Borroka dezagun hori aldatzeko eta pentsatu zer egiten ahal dugun gizarte bezala esperientzia hori ongi bizitzeko», egin du dei. Nelek gogoeta interesgarria zabaltzen du: gizarteak haurraren ama bezala ikusten zuen, bera gizona izanik, eta zenbateraino aukeratu zuen formula patroio horretatik urruntzeko.

Dolua pila bat agertzen da. Familiak aurkezterakoan, ume guztien izenak agertzen dira, bizi direnak eta hil zirenak. Irakurlea familia bakoitzaren gana hurbiltzen laguntzeaz gain, dolu perinatala zeinen ohikoa den ere erakusten du.

«Gakoa da, batetik, gizarteak espazioa ematea dolu sufritzen duten familiei: haur horiek existitu dira, izen bat dute, jaiotza eta heriotza data bat, eta garrantzitsua da hori kontatzea eta gizarte bezala ohitzea min horri espazioa egiten.

Bertzetik, jakin behar da, edoskitzeari dagokionez bereziki, aukera desberdinak daudela eta bakoitzak erabaki beharko lukeela beretzat zer den hobereña eta inguruak eta sistemak erabaki hori babestu behar lukeela, horrek bizipena erabat alda dezakeelako».

Umea hil eta gero, esnea igozten zaio amari, eta esne hori bertze ama eta ume batzuei ematea terapeutikoa izan daiteke. Edo bitxi bat egitea.

Kontatu zure edoskitzea

Edoskitzeen amaierari eskaintzen diote kapitulu bat, eta azken atalean beren edoskitzeak kontatzera animatzen dituzte gurasoak. «Liburua hortik jaio zen, nire edoskitzea osatzen hasi nintzen idazten hasi nintzenean. Puntu terapeutiko hori du. Idatzi zure edoskitzea, eta batu emakume hauengana, ez gaude bakarrik», adierazi du Mireia Serrak.

«Amatasunen bizipenen inguruan erreferentziak falta dira, begirada zabaltzeko. Bi eredu ikusten badituzu bakarrik, ematen du tartean ez dagoela bertze deus»

«Hau ez da amentzako liburu bat, edoskitzearen erantzukizuna gizarte osoarena da. Errespetuz bizitzeko ezinbestekoa da inguruak ahalik eta informazio gehien izatea»

Alba Padrok idatzi du hitzaurre berezia, eguneroko bat bezala. «Orain osasun langilea da, baina bertze amei lagundu nahi dien ama baten ezinegonetik sortu zen bere ekarpena». Bi egileei garrantzitsua iruditzen zaie azpimarratzea hau ez dela amentzako liburu bat, edoskitzearen erantzukizuna gizarte osoarena baita. Errespetuz bizitzeko ezinbesteko ikusten dute inguruak ahalik eta informazio gehien izatea haurren bizitzako lehen fase inportante honen inguruan.



Mireia Serra eta Saioa Baleztena, berriki Iruñeko Txalapartan egindako solasaldian.
Jagoba MANTEROLA / FOKU