

CARTAS a la DIRECCIÓN

Amortiguar el estrés: retomar los grupos de apoyo a la lactancia materna y a la crianza natural en Atención Primaria

Carlos Saus-Ortega

Escuela Enfermería La Fe (Valencia). Centro adscrito Universidad de Valencia. Grupo de Investigación en Arte y Ciencia del Cuidado, IIS La Fe (Valencia).

Fecha de recepción: 7 de junio de 2021.

Aceptada su publicación: 9 de julio de 2021.

Estimado editor:

La transición a la maternidad/paternidad suele ser un momento muy estresante para el que los padres pueden no sentirse preparados. En ella acontecen cambios importantes en sus vidas, con impactos potencialmente destacables sobre el bienestar de los progenitores, la calidad de la crianza y el desarrollo infantil. Se considera que comienza en el momento en que deciden tener un hijo/a hasta que alcanza los 2 o 3 años. Los sentimientos de aislamiento y la falta de apoyo durante este periodo pueden ser perjudiciales para la madre, el niño y la familia en general (1).

Una disminución de las redes de apoyo, debido a factores como el aumento de la movilidad o los recortes en los servicios de apoyo, puede aumentar el riesgo de aislamiento y la reducción del mundo vital de los padres, en particular el de las madres. Los grupos de apoyo pueden brindar oportunidades para la socialización entre iguales, ayudar a reducir los sentimientos de aislamiento y reportar bienestar mental a los padres (2). Se ha visto que el apoyo social proporciona información, fomenta comportamientos positivos y protectores, y amortigua el estrés ante acontecimientos vitales. Además, se ha demostrado que la falta de apoyo se asocia con ansiedad, depresión y tiene un impacto negativo sobre el sistema inmunológico (3).

Con la llegada de la pandemia por COVID-19, los grupos de apoyo a la lactancia materna y la crianza natural que se llevaban a cabo en muchos centros de Atención Primaria fueron cancelados. Por ello, actualmente los padres recurren con frecuencia a comunidades virtuales más accesibles para buscar información y apoyo (4). Este apoyo *online* puede mejorar la capacidad de los progenitores para hacer frente a la maternidad/paternidad, disminuir los sentimientos de aislamiento, aumentar el bienestar y permitir el intercambio de experiencias, lo que es importante para desarrollar la identidad y, por lo tanto, para apoyar esta transición a la maternidad/paternidad. En general, las madres que han participado en foros de discusión de Internet encontraron que el apoyo *online* les animaba a asumir más responsabilidades en la crianza de sus hijos/as y que les permitían validar su propia experiencia y conocimientos (5).

A pesar de ello, cada vez son más las madres y los padres que reclaman la necesidad de volver a disponer de este recurso de encuentro y ayuda en Atención Primaria. Reanudar los grupos de apoyo cara a cara en los centros de salud puede ser mutuamente beneficioso para los servicios de salud y los padres, ya que las madres desean más apoyo de los profesionales de la salud, pero los profesionales están cada vez más limitados en cuanto a tiempo y otros recursos y no pueden proporcionar los niveles de contacto deseados (6). Es la hora, por tanto, de volver a abrir los gimnasios, las aulas o las salas de reuniones de los centros de Atención Primaria, y permitir que padres y madres puedan volver a encontrarse de nuevo, compartan sus experiencias, y validen sus dudas y preocupaciones junto a nuestro acompañamiento.

Bibliografía

- [1] Barimani M, Vikström A, Rosander M, Forslund Frykedal K, Berlin A. Facilitating and inhibiting factors in transition to parenthood—ways in which health professionals can support parents. *Scand J Caring Sci* 2017; 31(3):537–46.
- [2] Buultjens M, Murphy G, Milgrom J, Taket A, Poinen D. Supporting the transition to parenthood: development of a group health-promoting programme. *Br. J. Midwifery* 2018; 26(6):387–97.
- [3] Collins S, Brueton R, Graham TG, Organ S, Strother A, West SE, et al. Parenting Science Gang: radical co-creation of research projects led by parents of young children. *Research involvement and engagement* 2020; 6(1):1–15.
- [4] Schindler-Ruwisch J, Phillips KE. Breastfeeding During a Pandemic: The Influence of COVID-19 on Lactation Services in the Northeastern United States. *J. Hum. Lact.* 2021:08903344211003898.
- [5] Snyder K, Worlton G. Social support during COVID-19: Perspectives of breastfeeding mothers. *Breastfeeding Medicine* 2021;16(1):39–45.
- [6] Hankel MA, Kunseler FC, Oosterman M. Early breastfeeding experiences predict maternal self-efficacy during the transition to parenthood. *Breastfeeding Medicine* 2019; 14(8):568–74.

Enfermeros que no visten de enfermeros

¹ *Juan Miguel Cabral Aviña*

² *Juan Daniel Suárez Máximo*

¹ *Egresado de la Licenciatura en Enfermería y Representante de la Oficina Estatal de Comunicación de la Asociación Mexicana de Estudiantes de Enfermería división Zacatecas.*

² *Egresado de la Licenciatura en Enfermería y Representante de la Oficina Estatal de Educación de la Asociación Mexicana de Estudiantes de Enfermería división Puebla.*

Fecha de recepción: 6 de julio de 2021.

Aceptada su publicación: 31 de julio de 2021.

Estimado editor:

Es inaudito cómo la sociedad ve al profesional de enfermería y lo que representa para ella, por lo cual es de suma importancia conocer la práctica de los enfermeros y las enfermeras, que no solo se desarrolla dentro de un centro sanitario. La enfermería, desde hace muchos siglos, ha venido logrando grandes avances, con dificultades claramente, para poder sobresalir como profesión. Desde décadas anteriores los profesionales enfermeros ya tenían un papel importante en la sociedad y estos mismos los reconocían como parte importante y fundamental en la atención de las sociedades enfermas.

Poco a poco la enfermería se ha estado modernizando, y lo sigue haciendo, para así poder garantizar una atención satisfactoria y de calidad. Mucho tiempo les ha tomado poder sostener y lograr establecerse como una ciencia para el cuidado, siendo capaz, por sí sola, de realizar diversas actividades con alto nivel profesional, que van desde el apoyo en las actividades

básicas de la vida diaria hasta actividades de alta complejidad; muchos fueron los años, y sobre todo las dificultades, para poderlo lograr, pero definitivamente se ha hecho realidad, el gremio ha avanzado de sobremanera y su esfuerzo tiene que ser reconocido (1).

La disciplina de enfermería es una de las profesiones más polifacéticas y con varios campos de aplicación e intervenciones (dependientes, independientes e interdependientes) y funciones (administrativa, investigativa, docencia y asistencial clínica-comunitaria) totalmente definidas y sustentadas en Normas Oficiales Mexicanas, como lo es la NOM-019, para la práctica de enfermería en el sistema nacional de salud (2). Aparte del amplio impacto que esta profesión genera ante todas sus intervenciones, sin dejar a un lado los recientes reconocimientos y totalmente merecidos que este gremio ha tenido a bien otorgarles por parte de organizaciones mundiales como lo es la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), gobiernos nacionales y locales, sobre todo de la misma sociedad civil (3).

El enfermero/a no solo tiene su labor dentro de un centro de salud, sino que también brinda cuidados y demás actividades fuera de estos, como es el caso de los enfermeros en el hogar u otros centros, atendiendo individuos/clientes sanos o enfermos, los enfermeros en la industria, en la educación, etc., brindando atención profesional de calidad y con amplio conocimiento.

El enfermero/a, además de cuidar, genera conocimientos en las aulas a futuros profesionales, investiga y resuelve incógnitas sobre su labor, ayuda a resolver las problemáticas de la población creando políticas y alternativas; el enfermero tiene cabida en las decisiones políticas de su centro de trabajo y país, las cuales repercutirán favorablemente en su práctica y las futuras condiciones laborales o de otra índole que lo relacione de manera directa o indirectamente, genera cambios sociales, ideológicos y científicos con todas esas intervenciones, se involucra también en los asuntos administrativos, dentro y fuera de los centros sanitarios (4).

Hoy en día, y ante la situación sanitaria presente en todo el mundo de pandemia por la COVID-19, el trabajo de los profesionales de enfermería ha sido enaltecido y reconocido por la sociedad, se han vuelto los protagonistas en esta dura batalla; sin embargo, realmente los enfermeros siempre han estado ahí, capaces y resilientes, dando siempre lo mejor de sí, pero desafortunadamente nos damos cuenta del valor que representan en las situaciones poco favorecedoras (5).

Bibliografía

- [1] Matesanz Santiago MA. Pasado, presente y futuro de la Enfermería: una aptitud constante. *Rev. Adm Sanit.* 2009; 7(2):243-60.
- [2] Norma Oficial Mexicana NOM-019-SSA3-2013, para la práctica de enfermería en el Sistema Nacional de Salud. *Rev CONAMED.* 2013; 18(Suppl: 1):34-41.
- [3] World Health Organization (WHO). Year of the Nurse and the Midwife 2020 [internet]. Geneva: WHO; 2020. [citado 8 nov 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/campaigns/year-of-the-nurse-and-the-midwife-2020>
- [4] De Arco-Canoles O, Suárez-Calle Z. Rol de los profesionales de enfermería en el sistema de salud colombiano. *US* [internet]. 1 may 2018 [citado 8 nov 2021]; 20(2):171-82. Disponible en: <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/3364>
- [5] World Health Organization (WHO). Nursing [internet]. Geneva: WHO; 2020. [citado 8 nov 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/topics/nursing/es/>