



Prest egon

Arantza Zabala Jauregialtzo*



Osasun arloan ari garen profesional gehienok oso argi dugu haur jaio berriarentzat ez dagoela amaren esnea bezalako elikagairik. Horren adierazle eta ezaugarri da edoskitzaroari buruz egin diren hainbat eta hainbat ikerketatan behin eta berriz demonstratu dena; hau da, ez dago bularra-ematea bezalakorik. Haurdunaldiko azken txanpan dauden emakume gehienek ere haur jaio berriari bularra emateko asmoa azaltzen dute, bat edo beste izan ezik noski, baina kasu hauek bereziak dira. Dena dela, haurdunaldiko azken epean dauden emakumeek, normalean Osasun Zentruetan edo Planifikazio Zentruetan erditzeari buruzko heziketa-ikastaroa egiteko aukera izaten dute eta ikastaro horietan, haur jaio berriari bularra ematearen onurak behin eta berriz aipatzen zaizkie.

Badirudi baldintzak ezin hobeak direla edoskitzaro egokia aurrera eramateko, batetik osasun arloko profesionalak edoskitze naturalaren alde ari garela eta bestetik amak ere bularra emateko prest daudelako.

Haur jaio berriei (kasu bereziak alde batera utziz) amaren esnea gutxienez lau hilabetez hartzea komeni zaie, eta oraindik hobe, sei hilabetez hartuko balute. Baina, zer ari da gertatzen? Anitzetan, Ospitaletik irtetean, ama, haurra besoetan eta biberioa poltsan duela ateratzen da. Edo, hilabetea pasa baino lehen Osasun Zentruetik ere berdintsu atera daiteke. Uste baino kasu gehiagotan, amak esne artifiziala, biberioa bakarrik ematen bukatzen du.

Bestalde, Munduko Osasun Erakundeak (MOE) dioenez, emakume gehienak (% 97tik gora) fisiologikoki gai dira euren haurrei bularra emateko eta euren haurren beharrak asetzeko.

Hau horrela bada, edoskitzaroaren porrota zer dela eta ari da gertatzen gure gizartean? Australiako autore baten (Minchin M.), profesionalen ezjakintasunari dagokiola eta ezjakintasun hori gaur egun jasan ezina dela dio.

Behar bada iritzi hau kontutan hartu beharko genuke eta gure eguneroko lanean zer gertatzen ari den jakin, sortzen diren arazoak ezagutu eta beti ere, edoskitzaroari

buruz jantziak egon teknikak ondo ezagutuz eta menperatuz. Azken batean, bularra ematen hasi behar duen amari edo ematen ari denari konfidantza, ezaguerak eta zuzeneko laguntza eskaini behar zaio. Hau da, bularra eman nahi duen amari profesionaltasunez lagundu. Beraz, berriz ere zenbait puntu gogoratzea komeni zaigu.

- 1.- Oso gutxi dira hipogalaktia (esne eskasia) organikoa bezala kontsideratutako kasuak.
- 2.- Bularra emateak ez du ordutegirik. Haurrari eskatzen duen aldiro eman behar zaio bularra eta berak nahi duen denboraldian.
- 3.- Haurrak bularra ongi hustutzean datza bularra ematearen arrakasta.
- 4.- Ama-esnearen konposizioa eta ateratzeko erritmoa aldatuz doa, haurra bularra hartzen hasten den unetik. Hasieran haurrak, esne-kantitate handia ateratzen dio amari baina kalori gutxi izaten du. Azkenaldira berriz, oso aberatsa izaten da kaloriz.
- 5.- Amak haurraren erreflexu naturalak erabiltzen jakin behar du, batez ere haurrak bularra ongi hartzen ikasteko. Fase honetan eskaini behar da laguntza. Bularra ematea, ikasten eta praktikatzeko den teknika da.
- 6.- Bularra ematerakoan mina hartzeak edo etenak sortzeak bularra emateko teknika ez dela egokia eta zerbait zuzendu behar dela adierazi nahi du (postura esaterako).
- 7.- Haurrari ez zaio negarrez hasi ondoren (gosearen azken adierazlea), bularra eskaini behar baizik gosea sumatu bezain laster.
- 8.- Amari, esnea emateko gai dela adieraziz konfidantza eman behar zaio. Haurrak bularra hartzen dion heinean amak esnea izango du.
- 9.- Leku publikoetan bularra ematea ez da atzerakada.
- 10.- Lanean hasi behar duen emakumeari, bularra ematen jarraitzeko laguntzak eskaini behar zaizkio eta ez oztupoak jarri.

* Erizaintzan Diplomaturia eta Kazetaritzan Lizentziatua.

