

Η γλώσσα που ευνοεί τα μπουκάλια

Η αλήθεια είναι πως ο μητρικός θηλασμός δεν είναι τίποτα παραπάνω από το φυσιολογικό. Η τεχνητή διατροφή ενός βρέφους με μπουκάλι δεν είναι ούτε το ίδιο με το μητρικό θηλασμό ούτε καλύτερη, αλλά ανεπαρκής, ατελής και κατώτερη. Αυτές οι λέξεις είναι δύσκολες, αλλά χρειάζεται να ειπωθούν.

Ένας παιδίατρος λέει: 'έχεις μια καλή ευκαιρία να προσφέρεις στο παιδί σου το καλύτερο δυνατό ξεκίνημα στη ζωή, μέσα από το ειδικό δέσιμο του θηλασμού. Τα εκπληκτικά του πλεονεκτήματα για σένα και το μωρό σου θα διαρκέσουν μια ζωή'. Και η μητέρα δίνει μπουκάλι. Γιατί;

Γιατί έως ένα βαθμό αυτές οι εκφράσεις θα μπορούσαν να προέρχονται από ένα διαφημιστικό φυλλάδιο βρεφικού γάλακτος. Όταν η γλώσσα που χρησιμοποιούν οι υποστηρικτές του θηλασμού δε διαφέρει από εκείνη των γαλακτοβιομηχανιών, μάλλον οι πρώτοι κάνουν χάρη στις δεύτερες.

Αναλυτικότερα:

Το καλύτερο δυνατό, το ιδεώδες, το τέλειο.

Είστε οι 'καλύτεροι δυνατοί' γονείς; Είναι η ζωή σας στο σπίτι 'ιδεώδης'; Φτιάχνετε συνεχώς 'τέλεια' γεύματα; Φυσικά και όχι. Αυτά είναι θαυμαστοί στόχοι, όχι τα ελάχιστα στάνταρ. Ας το εκφράσουμε ανάποδα: Είστε ανεπαρκείς γονείς; Είναι η ζωή σας στο σπίτι μη ομαλή; Φτιάχνετε άθλια φαγητά; Ούπς, τώρα πονάει! Μπορεί να μην έχετε απαίτηση να είστε πολύ πάνω από το φυσιολογικό, αλλά με βεβαιότητα δε θέλετε να είσαστε κατώτεροι του φυσιολογικού.

Όταν ο παιδίατρος λέει ότι ο θηλασμός είναι ο καλύτερος δυνατός τρόπος θρέψης για τα μωρά γιατί παρέχει την ιδανική διατροφή, η λογική, αυτόματη απάντηση είναι 'Ε, και;'. Η δική μας εμπειρία μάς λέει ότι τα ιδανικά πράγματα δεν μας είναι και απαραίτητα. Ο μέσος όρος είναι εντάξει και μια τέτοια γλώσσα τείνει να υπονοεί ότι το ξένο βρεφικό γάλα είναι φυσιολογικό, στο μέσο όρο, ασφαλές και επαρκές. Η αλήθεια είναι πως ο μητρικός θηλασμός δεν είναι τίποτα παραπάνω από το φυσιολογικό. Η τεχνητή διατροφή ενός βρέφους με μπουκάλι δεν είναι ούτε το ίδιο με το μητρικό θηλασμό ούτε καλύτερη, αλλά ανεπαρκής, ατελής και κατώτερη. Αυτές οι λέξεις είναι δύσκολες, αλλά χρειάζεται να ειπωθούν.

Πλεονεκτήματα του θηλασμού.

Όταν μιλάμε για πλεονεκτήματα – τη 'χαμηλότερη' πιθανότητα για καρκίνο, το 'μειωμένο' κίνδυνο για αλλεργίες, το 'ενισχυμένο' δέσιμο της μητέρας με το παιδί, το 'ισχυρότερο' σύστημα άμυνας – ενισχύουμε τη διατροφή με μπουκάλι ως το αποδεχόμενο μέτρο του φυσιολογικού.

Επειδή ο μητρικός θηλασμός είναι η φυσιολογική κατάσταση, τα μωρά που θηλάζουν δεν είναι πιο 'υγιή' αλλά τα μωρά που παίρνουν μπουκάλι πιο συχνά και πιο σοβαρά άρρωστα. Τα μωρά που θηλάζουν δε 'μυρίζουν καλύτερα' αλλά τα μωρά που παίρνουν

μπουκάλι μυρίζουν άσχημα και δυσάρεστα. Τα μωρά που θηλάζουν δεν παθαίνουν λιγότερες αλλεργίες αλλά τα μωρά που παίρνουν μπουκάλι παθαίνουν περισσότερες αλλεργίες. Τα μωρά που θηλάζουν δεν είναι πιο προστατευμένα από λοιμώξεις αλλά τα μωρά που παίρνουν μπουκάλι κινδυνεύουν να νοσηλευτούν στο νοσοκομείο με πιο συχνές και πιο βαριές λοιμώξεις.

Όταν οι παιδίατροι αποτυγχάνουν να αρθρώσουν αντίλογο στον τρόπο που τα μέσα ενημέρωσης και οι εταιρίες βρεφικών γαλάτων χρησιμοποιούν 'αντίστροφη' φρασεολογία, όταν δεν περιγράφουν τους κινδύνους της τεχνητής διατροφής για τα μωρά, κρύβουν από τη μητέρα κρίσιμες πληροφορίες που θα της χρειαστούν ώστε να πάρει σωστές αποφάσεις. Μια μητέρα που αντιμετωπίζει δυσκολίες στο θηλασμό δε θα το πολεμήσει και πολύ αν ο στόχος είναι απλά να πετύχει ένα 'σπέσιαλ μπόνους'. Αντίθετα θα τρέξει να βρει κατάλληλη βοήθεια αν ξέρει πόσα πράγματα διακηδύονται για αυτήν και το παιδί της αν αυτό καταλήξει στο μπουκάλι. Μια άλλη μαμά δε θα έδινε βρεφικό γάλα έτσι 'για να συνηθίσει το μικρό το μπουκάλι', αν ήξερε ότι το περιεχόμενο του μπουκαλιού προκαλεί κακό.

Πουθενά δεν είναι η παραπλάνηση ευκολίας για την ομαλότητα της διατροφής με μπουκάλι πιο προσεκτικά διασπαρμένη στην κοινή πεποίθηση από τις συζητήσεις για τη νοητική ανάπτυξη του βρέφους. Αν ρωτήσετε δέκα παιδίατρος για την σχέση ανάμεσα στο κάπνισμα της μητέρας και το δείκτη νοημοσύνης του παιδιού, κάποιος θα βρεθεί να σας πει:

'Τα παιδιά των μητέρων που καπνίζουν τείνουν να έχουν χαμηλότερο δείκτη νοημοσύνης'.

Αν ωστόσο ρωτήσετε τους ίδιους παιδίατρος για την σχέση ανάμεσα στα βρεφικά γάλατα και το δείκτη νοημοσύνης των παιδιών, όλοι θα απαντήσουν:

'Τα νεότερα ειδικά γάλατα για βρέφη περιέχουν τα ωφέλιμα λιπαρά του μητρικού γάλακτος και βοηθούν στη νοητική ανάπτυξη των βρεφών'(παπαγαλία από προπαγάνδα των φαρμακευτικών αντιπροσώπων),

κάποιοι θα πουν

'Τα σύγχρονα γάλατα για βρέφη έχουν τέτοια περιεκτικότητα που είναι σχεδόν εφάμιλλα του μητρικού γάλακτος',

λίγοι θα αναφέρουν

'Τα μωρά που θηλάζουν τείνουν να έχουν ελαφρά υψηλότερο δείκτη νοημοσύνης σε σχέση με αυτά που παίρνουν μπουκάλι',

κανένας όμως δε θα σας πει ότι

'Τα μωρά που πίνουν τεχνητό γάλα τείνουν να έχουν χαμηλότερο δείκτη νοημοσύνης κατά 3 με 6 μονάδες, σε σχέση με το φυσιολογικό',
..το οποίο είναι και η απλή αλήθεια.

Αντιστρέφοντας την πραγματικότητα οδηγούμαστε σε ακόμα μεγαλύτερες παραπλανήσεις όταν αναφερόμαστε σε ποσοστά, τα οποία αλλάζουν ανάλογα με την σκοπιά από την οποία τα βλέπει κανείς. Αν μια έρευνα έδειξε 25% μείωση στον καρκίνο μαστού για τις γυναίκες που θηλάσαν τα παιδιά τους, αυτόματα και μόνο αλλάζοντας την οπτική της μελέτης συμπεραίνεται πως οι γυναίκες που έδιναν μπουκάλι στα παιδιά τους έχουν 33%

αυξημένο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού. Είδατε πώς, μόνο και μόνο αντιστρέφοντας τη φρασεολογία, αλλάζουν σημαντικά τα συμπεράσματα, προς όφελος του θηλασμού; Φανταστείτε τις επιπτώσεις που θα είχε στην κοινή γνώμη μια ανακοίνωση αυτής της έρευνας σε δελτίο ειδήσεων, αφού προηγούμενα αντιστραφεί η ορολογία.

Σπέσιαλ. Ιδιαίτερο. '

Ο θηλασμός είναι μια ιδιαίτερη σχέση'. 'Οργανώστε μια ιδιαίτερη γωνία για θηλασμό'. 'Αφιερώστε ιδιαίτερο χρόνο για θηλασμό'. Σε μια οικογένεια, 'ιδιαίτερα' γεύματα παίρνουν έξτρα χρόνο. Ιδιαίτερες περιστάσεις σημαίνουν έξτρα δουλειά. Το ιδιαίτερο είναι καλό, αλλά πολύπλοκο, δεν είναι μέρος της καθημερινότητας, δεν είναι κάτι που θέλεις να κάνεις συχνά. Για τις περισσότερες γυναίκες η διατροφή του βρέφους πρέπει να ταιριάζει με μια ζωή γεμάτη ασχολίες – και φυσικά ταιριάζει. Η αναφορά στο 'ιδιαίτερο' του θηλασμού αποθαρρύνει τις γυναίκες, δεν τις προτρέπει να θηλάσουν.

Κάποιοι παιδίατροι θα πουν:

'Δε θέλουμε να κάνουμε τις μητέρες που δίνουν μπουκάλι να νιώσουν ένοχες'. 'Θέλουμε να αφήσουμε στις γυναίκες το δικαίωμα επιλογής ανάμεσα στο θηλασμό και το μπουκάλι'. Σκέφτονται σωστά;

Δοκιμάστε αυτό: Υπήρξατε θύμα σε ένα σοβαρό δυστύχημα. Οι γιατροί, φυσιοθεραπευτές και υπόλοιποι 'ειδικοί' σας εξήγησαν ότι είναι πολύ δύσκολο να περπατήσετε ξανά. Αν το προσπαθήσετε θα περάσετε πολλούς μήνες πόνου και δυσκολίας χωρίς εγγύηση για οποιαδήποτε επιτυχία. Σας προτείνουν να συμβιβαστείτε στην ιδέα της αναπηρικής καρέκλας και σας βοηθούν να ζήσετε με αυτήν. Είκοσι χρόνια μετά, όταν τα πόδια σας έχουν ατροφήσει πέρα από κάθε ελπίδα, συναντάτε κάποιον που πέρασε το ίδιο ατύχημα με εσάς είκοσι χρόνια πριν. 'Ήταν δύσκολο', λέει. 'Για τρεις μήνες πέρασα από την κόλαση. Αλλά από τότε μπορώ και περπατάω'. Πως θα αισθανόσασταν; 'Ένοχος;

Οι περισσότερες γυναίκες, στο άκουσμα αυτού του σεναρίου δε θα ένιωθαν ένοχες αλλά θυμωμένες, προδομένες, εξαπατημένες. Θα ήθελαν να είχαν μια δεύτερη ευκαιρία για να επανορθώσουν. Θα μετάνιωσαν για την ευκαιρία που χάθηκε. Δεν αισθανόμαστε ένοχοι όταν μας στερούν από κάτι ευχάριστο ή σημαντικό. Η μητέρα που δε θηλάζει προσβάλλει τη δικιά της υγεία, αυξάνει τις δυσκολίες και τα έξοδα στο μέγαλωμα του παιδιού της και χάνει την ευκαιρία να βιώσει μια από τις μεγάλες απολαύσεις της ζωής. Χάνει κάτι βασικό για την ίδια της την ύπαρξη.

Αν μια γυναίκα είναι καλά ενημερωμένη για τα θέματα του θηλασμού, προετοιμασμένη όχι απλά με λόγια του αέρα όπως 'ο θηλασμός είναι το ιδεώδες για το παιδί σου', απολαμβάνει βοήθεια από επαγγελματίες υγείας ώστε να βελτιώσει τις δεξιότητές της στο θηλασμό κι όμως δεν καταφέρνει να τον εγκαταστήσει, συνήθως καταλήγει στο μπουκάλι με μια αίσθηση αποδοχής γιατί ξέρει πως έκανε το καλύτερο που μπορούσε. Από την άλλη, το κατά πολύ συνηθέστερο σενάριο είναι εκείνο της λεχώννας που δεν έχει καμία πληροφόρηση και βοήθεια για το θηλασμό, αντιμετωπίζει ένα περιβάλλον που συστηματικά

αμφισβητεί την ικανότητά της να θηλάσει το μωρό της και της δίνει έτοιμο το μπουκάλι δίπλα σε κάθε ευκαιρία. Αυτή η μητέρα θα θυμώσει πολύ για το σύστημα που της πρόσφερε μόνο εμπόδια κι όχι τη βοήθεια που αργότερα ανακάλυψε ότι τη χρειαζόταν. Αυτή η μητέρα μπορεί να αισθανθεί και ενοχή, αλλά είναι κυρίως οργή.

Ας επιστρέψουμε τώρα στα λόγια του παιδίατρου, χρησιμοποιώντας αυτήν τη φορά τις πραγματικές λέξεις.

‘Δε θέλω να κάνω τις μητέρες που δίνουν μπουκάλι να αισθανθούν θυμό. Δε θέλω να τις κάνω να αισθανθούν προδομένες. Δε θέλω να τις κάνω να αισθανθούν παραπλανημένες’. Κάτω από τη δήλωση ‘δε θέλω να τις κάνω να αισθανθούν ένοχες’ κρύβεται ένα σύστημα που προσπαθεί να καλύψει τα ίδια του τα λάθη. Δεν προσπαθεί να προστατεύσει τις γυναίκες. Προσπαθεί να προστατεύσει τον εαυτό του. Προσπαθεί να τις εκφοβίσει ώστε να μην στραφούν εναντίον του.

Θετικά και αρνητικά, πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα.

Ο θηλασμός είναι ένα ζωτικό ζήτημα υγείας, όχι μία επιλογή από δύο ίσες επιλογές. ‘Ένα μειονέκτημα του να μην καπνίζεις είναι ότι μπαίνεις πιο δύσκολα σε παρέες ως έφηβος. Ένα πλεονέκτημα του καπνίσματος είναι ότι χάνεις βάρος ως έφηβος.’ Έτσι σκεφτόμαστε; Δεν είναι το πραγματικό ζήτημα ο καρκίνος και ο θάνατος; Τα υπόλοιπα – είτε μιλούμε για καπνό είτε για τα βρεφικά γάλατα – είναι απλώς καπνός.

Είναι μειονέκτημα του θηλασμού το γεγονός ότι μπορεί να λερώσει τα ρούχα της γυναίκας; Ή ότι δε μπορούμε να δούμε πόσο γάλα παίρνει το παιδί; Ή ότι είναι πιο συχνός από τη διατροφή με μπουκάλι; Ή ότι το μωρό κακομαθαίνει στην αγκαλιά της μαμάς; Είναι πλεονέκτημα του μπουκαλιού ότι δε φέρνει στη μητέρα αισθήματα ντροπής; Ότι χρειάζονται μόνο 5-6 μπουκάλια την ημέρα (γιατί είναι τόσο δυσκολοχώνευτα για το μωρό όσο πέντε σουβλάκια τη φορά για έναν ενήλικα); Ας σοβαρευτούμε. Θα πάρει μια γυναίκα μια σοβαρή απόφαση που αφορά τη μακροπρόθεσμη υγεία τη δική της και του μωρού της στηριζόμενη στο πως μυρίζουν οι πάνες και πόσο δέρμα φαίνεται κατά το φαγητό; Αυτά δεν είναι τα πραγματικά ζητήματα, είναι τεχνητά και αποτέλεσμα μιας λογικής και μιας γλώσσας που έχει επιβληθεί στον δυτικό κόσμο κατά τα τελευταία 50-60 χρόνια από τη βιομηχανία του μπουκαλιού.

Γιατί προσφέρουν οι βιομηχανίες βρεφικών γαλάτων λίστες με υπέρ και κατά και αναγνωρίζουν κάποιες ανεπάρκειες των προϊόντων τους; Διότι οποιαδήποτε ‘ισορροπημένη’ προσέγγιση που παρουσιάζεται σε μια ισχυρά προκατειλημμένη κουλτούρα αυτόματα υποστηρίζει την προκατάληψη. Επιπλέον ακούγεται πολύ ‘επιστημονική’. Αν το Α και το Β αποτελούν σχεδόν ίσες επιλογές και περισσότερες από 90% των γυναικών (και των γιατρών τους) διαλέγουν το Β, είναι λογικό μια γυναίκα να ακολουθήσει την πλειοψηφία. Σε μια κουλτούρα κυριαρχούμενη από τα μπουκάλια, ‘ελευθερία επιλογής’, ‘ελεύθερη απόφαση’ με ζύγισμα των υπέρ και κατά σημαίνει αναγκαστικά μπουκάλι.

Μα είναι κάτι που μόνο οι γονείς μπορούν να αποφασίσουν.

Αλήθεια. Αλλά αν δεν αρθρώσεις λέξη κατά τη διαδικασία σημαίνει ότι πιστεύεις η λίστα των 'υπέρ και κατά' είναι ακριβής. Ένας παιδίατρος μπορεί να πει:

‘Όταν μια γυναίκα έρχεται στο ιατρείο μου με το μωρό της για πρώτη φορά μετά το μαιευτήριο τη ρωτάω αν θηλάζει ή αν δίνει μπουκάλι. Αν απαντά πως δίνει μπουκάλι συγκατανεύω και προχωράω στις υπόλοιπες ερωτήσεις. Σέβομαι την απόφασή της και δεν της λέω πόσο λάθος έκανε.’

Ωστόσο αν η ίδια γυναίκα ερχόταν στον ίδιο παιδίατρο λέγοντας ότι ξεκίνησε το κάπνισμα μερικές μέρες μετά τον τοκετό, ο γιατρός θα επισήμανε όλους τους κινδύνους για εκείνη και το μωρό της, με στόχο να αλλάξει την απόφασή της όσο είναι ακόμα νωρίς και εύκολο. Θα ήταν ανεύθυνο απλώς να ‘άφηνε τη μητέρα να αποφασίσει’. Είναι υποκριτικό να είναι οι γιατροί τόσο ξεκάθαροι σε άλλα θέματα όπως το κάπνισμα και κατά τα άλλα να ‘σέβονται’ την απόφαση μιας μητέρας να μη θηλάσει, χωρίς προηγουμένως να βεβαιωθούν πως αυτή γνωρίζει όλη την αλήθεια και τις συνέπειες αυτής της στάσης. Γνωρίζοντας ταυτόχρονα πολύ καλά την πορεία που ακολούθησε αυτή η γυναίκα έως ότου φτάσει στην πόρτα του ιατρείου: παντελής έλλειψη ενημέρωσης για το θηλασμό προγεννητικά, εχθρικές του θηλασμού ενέργειες στο μαιευτήριο, δωρεάν μπουκάλια έτοιμα στο σπίτι και πλανεμένες απόψεις συγγενών και φίλων.

Αν ρωτήσετε γυναίκες που θηλάζουν τα μικρά τους μετά τους πρώτους μήνες της ζωής, θα διαπιστώσετε ότι θέματα όπως η διάρκεια του κάθε θηλασμού, οι ώρες και τα μεσοδιαστήματα, κατά πόσο το παιδί παίρνει τα κατάλληλα στοιχεία, τις σωστές ποσότητες, το αν το παιδί χρησιμοποιεί το στήθος για να φάει ή για να παρηγορηθεί, όλα αυτά κι άλλα τόσα ανούσια ζητήματα που εντυπώνονται στο μυαλό κάθε νέας μητέρας εξαιτίας της κυρίαρχης κουλτούρας του μπουκαλιού δεν αφορούν, δεν απασχολούν πλέον τις γυναίκες εκείνες που συνεχίζουν να βάζουν το μωρό τους για πολύ καιρό στο στήθος. Οι μάσκες τότε πέφτουν, οι ψεύτικες ανησυχίες και οι εσφαλμένες αντιλήψεις εξανεμίζονται. Απομένει αυτό που πραγματικά είναι ο θηλασμός, δηλαδή

μητρότητα στο στήθος,

χαρά,

σχέση,

αγάπη,

ζωή.

Στέλιος Παπαβέντσης MRCPCH DCH IBCLC 2011

http://www.pediatros-thes.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=31&Itemid=36