

· Mi parto y nacimiento de Ilya ·

21/04/2021, 20:36



Es martes 20 de abril, inicio de mi semana 38 de embarazo. Hoy les he dicho a mis yoguis/nis que esta será la última semana de clase antes del parto. El momento se acerca y quiero estar al 100% focalizada en ello.

Salgo de casa para pasear a Boichi, mi perrita. Esther, mi suegra o segunda madre como prefiero llamarla, viene conmigo. Llevamos varias semanas haciendo este paseo matutino. Me siento ágil, aunque cada vez más pesada. Al llegar al terraplén donde jugamos con Boichi, un hombre paseando a una bodeguera andaluza se detiene a saludarnos:

Hombre: Uy, ¡A ti te queda bien poco!

Yo: ¡Pues mire, solo me faltan dos semanas para salir de cuentas! Aunque ya sabe... suelen decir que el primero casi siempre tarda un poco más...

Hombre: Pues yo me adelanté y nací un 23 de abril. Y mi hermana también...

Yo: Pues el mío quizás se adelante a mi cumple que es el 29 de abril...

Hombre: Yo solo le digo que mi hermana y yo nacimos el 23 de abril. A ver qué ocurre. ¡Un niño es una bendición, una alegría! Ala, sigo con mi camino; ¡qué salga todo bien!

Yo: ¡Gracias!

El hombre se aleja. Esther y yo seguimos también con nuestro paseo y comentamos lo curioso que ha sido este encuentro. Pareciera que este hombre fuese un entendido del mundo de la maternidad. El día va transcurriendo con normalidad. A las 20:00 horas termino de dar mi clase de yoga. Me ducho con calma y preparo la cena con Mikel. Masterchef va a empezar. Al tumbarme en el sofá noto como sale líquido. “Vaya, qué de flujo. Voy al baño”, digo a Mikel. Sin embargo, al levantarme el líquido no para de gotear y moja el suelo. Mi cuerpo empieza a temblar. Recuerdo las palabras del hombre de esta mañana. “Mikel, ven. Creo que estoy rompiendo aguas”. Nos miramos perplejos. Esto sí que no lo esperábamos. Como el agua es transparente, sabemos que hay tiempo. Son las 22:30 horas.

Mikel se ducha, yo termino de preparar las maletas para el hospital y Ricardo, el padre de Mikel, viene ahora a recoger a Boichi. He avisado a Elisa, la matrona del Hospital Torrejón de Ardoz (Madrid) con la que llevo en contacto desde el inicio de mi embarazo. Ella no está ahora trabajando, pero me dice que esté tranquila; sus compañeras me cuidarán muy bien. Mi cuerpo sigue temblando. Sé que romper aguas significa que como máximo en varios días me pondré de parto y tendremos a nuestro bebé.

Ya en el coche, expreso que estoy un poco nerviosa. Mikel reconoce que también. Y es que, el momento ha llegado antes de lo previsto: ¡Dos semanas menos de masaje perineal! ¡Dos semanas menos de homeopatía para llevar mejor las contracciones! ¡Ni siquiera voy por la mitad del libro sobre hipn parto!... ¡Shhhh, calla mente! Acaricio mi barriga y nos damos la mano. Esto es un trabajo de tres: Todo va a salir bien.

Al llegar al hospital, entramos por Urgencias para registrarnos. Es la 1:00 de la mañana. El líquido amniótico sigue saliendo. La toalla que me he puesto entre las piernas pesa cada vez más. Me llaman para ir a la sala de monitores. Por protocolo COVID-19 he de entrar sola. Al rato, la matrona que está conmigo observa que no tengo contracciones y me acompaña al que será mi cuarto de dilatación o paritorio. Esta me realiza una PCR y me entrega unos papeles que tengo que firmar sobre la rotura de la bolsa. La recomendación del hospital es inducir el parto lo antes posible para evitar infecciones. No obstante, tenemos la opción de esperar doce horas para ver si el parto se desencadena solo.

Por fin, Mikel entra en la habitación y le hacen también una PCR. Ambos nos tomamos un momento para ver qué hacer. Finalmente, decimos a la matrona que decidimos esperar. Son las 4:00 horas. Antes de descansar, deshago la maleta y ambiente un poco el cuarto. Coloco en la mesilla de noche mi portavelas de flor de

loto morada y enciendo la vela. De la pared frente a la cama, cuelga un cuadro de gran tamaño. Es "El beso" de Gustav Klimt.

Nos ponemos el despertador a las 7:00 horas para contar con tiempo para estimular las contracciones antes de que venga la matrona. Mikel duerme. Yo observo la luz de la vela. Pase lo que pase vamos a salir de aquí con nuestro bebé. ¡Ay, madre! Voy a experimentar el parto. Noto como voy sintiendo dolores similares al de regla cada diez minutos. Y así, sin pegar ojo, suena la alarma. Mientras Mikel se va levantando, yo me subo a la pelota para ver si se empieza a alegrar la cosa. Estoy muy despierta. Pongo música country. Suena "Take me home, country roads" de John Denver. Bailo por la habitación.

A las 10:30 entra Laura, la matrona que me acompañará hasta el final de esta aventura. Trae consigo un monitor para controlar las contracciones y el latido del bebé. Le digo que creo que he tenido contracciones cada diez minutos. El monitor parece registrar alguna contracción, pero de forma irregular. Laura dice que aún no estoy de parto. Dice que, si me parece bien, vendrá bien ir introduciéndome el propess. Mi estómago se hace un nudo. Las lágrimas empiezan a caer por mis mejillas. Mikel me abraza. Laura me pregunta qué pasa. Le expreso que, aunque me he repetido una y otra vez la importancia de no tener expectativas para este momento es inevitable. Nunca me ha gustado la idea de un parto inducido y temo la posible cadena de intervenciones que ello conlleve. Laura me consuela diciendo que el propess me ayudará de forma suave a borrar el cuello del útero y a estimular contracciones que finalmente desencadenen el parto. Dice que hay mujeres que es lo único que necesitan y que podemos esperar su efecto otras doce horas o más. Me transmite confianza.

Ya con el propess puesto, respiro hondo. Mikel me anima. Sigo llorando. Sé que, muy probablemente si el propess no funciona, le seguirá una inyección de oxitocina, las contracciones serán más difíciles de llevar, lo que requerirá epidural, afectando a que deje de escuchar mi cuerpo y por tanto limitando la postura en la que parir, propiciando más probabilidad de desgarro... "¡Shhhh, calla mente! La situación es la que es". Cierro los ojos. En voz alta me ordeno cambiar la actitud. Sé que estar así tiene justo el efecto contrario. Visualizo el mensaje de mi última infusión: "la experiencia te dará sabiduría". "Alicia, abraza tu experiencia. Sea como sea, es LA TUYA y estás preparada", me repito.

Traen el desayuno: Galletas María con un vaso de leche. No me apetecen. Le digo a Mikel que saque el paté con picos que me ha metido mi amiga Pal en la maleta. Me saben a gloria. Me levanto de la cama con actitud de darle rock & roll al

asunto para poner el parto en marcha. El sol calentando mi cara. Inicio una serie de saludos al sol con una petición clara a Surya: Tener el parto que quiero.

El tiempo va pasando. Mikel y yo hablamos mientras estoy sobre la pelota de dilatación. Voy notando de nuevo dolores de regla que van y vienen. Son muy llevaderos. Laura entra en la habitación para ponerme monitores y ver cómo va todo. El latido del bebé está bien. Parece que sigo sin estar de parto. Yo le digo lo que noto, pero dice que me ve “muy bien y tranquila” para estar teniendo contracciones de parto. Dice que volverá dentro de un rato.

Poco a poco voy notando como las contracciones van siendo claramente más fuertes. Mikel sugiere que caminemos juntos por la habitación. Vamos cogidos del brazo. Viene una. Le aviso y nos detenemos. Le abrazo con fuerza. Me centro en la respiración, fluyo con ella. Siento como alcanza su pico más alto y poco a poco va disminuyendo su intensidad. Ha pasado. Mikel me pregunta si quiero poner de nuevo algo de música. Tengo ganas de recordar a mi padre. Suena Amaral.

Seguimos caminando. Las contracciones van ganando más intensidad. Viene una. Nos detenemos. Abrazo a Mikel con todas mis fuerzas. Este me susurra lo guapa que estoy y lo bien que lo estoy haciendo. Intento abrazar la contracción, es cada vez más difícil... un huracán pasa por mi cuerpo. Intento centrarme en mi respiración, sé que así ayudo al proceso. Ha pasado. Seguimos caminando. Vienen contracciones cada tres minutos. Logro fluir en muchas, pero no en todas.

Viene otra. Visualizo a aquellas mujeres que parieron antes que yo. Mis ancestras. Todos los partos que presencié en Flores. Mis amigas. Ellas pudieron, yo también. Llevo mi conciencia a mi mandíbula, la relajo. Me abrazo a Mikel con todas mis fuerzas. Voy llegando al punto álgido. Siento que no puedo soportarla. Mikel me recuerda que ponga mi atención en la respiración. La intensidad va disminuyendo. Me abstraigo un segundo de mi cuerpo. El cuadro de “El beso” cobra sentido. Somos NOSOTROS y nuestro bebé también está poniendo de su parte para nacer.

Las contracciones van siendo más y más fuertes. Cada una me sacude como un tsunami arrasando con todo mi ser. Cada vez que una pasa siento que quiero gritar, patear, llorar... pero no salen lágrimas. Le digo a Mikel que tengo que dejar de caminar. Me coloco intuitivamente en el suelo sobre la esterilla; sentada y ladeada con el peso en la rodilla y mano izquierda dejando espacio en la zona de la pelvis. Entra Laura. Le digo que claramente estoy de parto. Me pregunta que cuánto me duelen las contracciones de 0 a 10. Digo que 7,5. Me dice que eso es mucho, que no me ve como para eso. Viene una. Abrazo a Mikel. La contracción cesa. Le digo que es en serio, que son contracciones de parto, que quizás las llevo mejor de

lo que se suelen llevar, pero que esta intensidad no la había sentido nunca. Laura me pregunta si me puede hacer un tacto. Le digo que sí. “Estás de 3 cm. ¡Vamos por buen camino! Os dejo intimidad. Vuelvo dentro de un rato”. Le digo que la quiero. Ríen.

Estoy dejando de ser yo, mi ego se diluye. Solo siento. Intento fluir en cada contracción, no sé si lo consigo o no, solo siento intensidad. Me abrazo con fuerza a Mikel, “no sé si lo voy a soportar”, digo entre sollozos mientras Mikel me masajea la espalda baja. “Hemos pasado el momento más largo. Si aguantamos ahora, lo que queda pasará rápido”, me dice. Me visita la lucidez. A mi mente viene mi trabajo de campo. Lo recuerdo claramente. Así ocurría casi siempre; la dilatación más ardua y larga solía transcurrir de los 0 a 4 cm, lo demás venía rodado. Puedo. Claro que puedo. Le digo a Mikel que le quiero.

Laura entra en la habitación. Han pasado unos cuarenta minutos. Oigo a Mikel hablar con ella. “Parece que está haciendo ademán de empujar”, le dice. Laura se me acerca. Así es. Me pregunta si me puede realizar un tacto. Digo que sí. “¡Estás de 9 cm, ya casi estás! ¡Lo estás haciendo muy bien!”. Sus palabras me animan mucho. Me siento en trance; completamente entregada a lo que instintivamente me pide mi cuerpo. Estoy, pero no estoy. Solo existe intensidad y momentos de calma entre contracción y contracción.

Laura me pregunta si quiero una bolsa de agua caliente para la parte baja de mi espalda. Asiento y la traen. Mikel la sujeta. Siento un gran alivio. Laura me pregunta si quiero probar óxido nítrico para que este último paso me resulte más liviano. Digo que sí. Introduzco el inhalador en mi boca. Viene una contracción. Inhalo. Exhalo. Inhalo. Exhalo. Siento que llevo mucho mejor el pico de la contracción. Suelto el inhalador. Laura sale para volver a calentar la bolsa de agua. Viene otra. Inhalo. Exhalo. Inhalo. Exhalo. Ha pasado. Mikel me dice que le pase el inhalador. Se lo paso. Nos reímos con la imagen. Viene otra. Me pasa el inhalador. Inhalo. Exhalo. Inhalo. Exhalo. Se lo paso. Así varias.

Laura y otra matrona entran. Estoy empujando mucho más en cada contracción. Mikel pone una playlist de yoga. Mi cuerpo se va tumbando cada vez más en la esterilla, de lado, apoyada en mi parte izquierda. La pierna que me queda libre la apoyo sobre el hombro de la segunda matrona. Mikel me sujeta la cabeza, mientras presiona la bolsa de calor en mi espalda baja. Laura observa que todo va bien y me anima. Le vuelvo a decir que la quiero. Ríen. La cabeza está asomando. Me preguntan si quiero un espejo para verlo. Digo que no hace falta. Sé como se ve por los partos que he presenciado. Mikel se asoma. Me anima también. “Lo estás

haciendo muy bien. Ya queda muy poco, en nada estaremos los tres”, me dice. “Miam, te quiero”, le digo.

Mi cuerpo empuja solo de una forma imparabile y puramente fisiológica. La música me acompaña. Un grito sale de lo más profundo de mí en cada pujo. Un grito instintivo y peculiar que no conozco, que sale solo. El sonido de una humana pariendo. Sin filtro. Naturaleza animal en estado puro. En cada contracción, empujo y empujo. Se me está haciendo largo. “No pasa nada, tranquila. Es el último paso”, me digo a mí misma. Laura me pregunto si noto el “anillo de fuego”. Lo noto y mucho. Siento como esta me aplica calor en la zona perineal para controlar la salida de la cabeza y evitar desgarros. Y así, de repente, sale la cabeza. “¡Alicia, sácalo tú, sácalo tú!”, dice Laura con ímpetu. Con mis propias manos saco a mi pequeño de lo más profundo de mis entrañas y lo coloco sobre mi pecho. Mikel llora. Ambos lo abrazamos y le hablamos: “¡Hola llya! ¡Bienvenido! ¡Te queremos mucho, te queremos mucho!”. Laura anota la hora de nacimiento: Las 20:36 horas.

En ese momento pasan por mi mente dos cosas. La primera: “Qué fuerte que mi hijo está por fin aquí”. La segunda: “Dios, ¡el parto ha terminado por finnn! Lo he conseguido, lo HEMOS conseguido”. Siento un agradecimiento enorme hacia estas personas que me acompañan. Ha sido un trabajo conjunto. Las matronas nos dan la enhorabuena: “Ha sido un parto precioso”, me dicen. Estoy emocionada y especialmente agradecida a Mikel. Ha sido el mejor acompañante que podía tener. Cada frase, cada abrazo, su presencia al 100%. Él también se había preparado mucho para este momento. Nace la placenta. Les recuerdo que la guarden con cuidado para poder llevárnosla. Laura realiza el pinzamiento tardío del cordón. Mikel lo corta y yo lloro de alegría: He tenido el parto que quería. Gracias Universo.