



DOCTORA BEATRIZ LITERAT

Médica Ginecóloga. Especialista en Disfunciones Sexuales.

DE MUJER A MUJER

A C T U A L I D A D E N

G I N E C O L O G Í A



CUANDO LA HIJA ENTRA EN LA ADOLESCENCIA

SIN ANGUSTIAS, LA PUBERTAD ES UN BUEN MOMENTO PARA QUE MADRE E HIJA CELEBREN JUNTAS LOS CAMBIOS, COMO ALGO SAGRADO Y MÁGICO.

"Mamá, se me hinchó un pecho". La nena, de entre 8 y 11 años, lo dice con algo de preocupación en su voz y la madre comienza a transpirar frío: "¿Ya la adolescencia? ¿Si todavía es mi bebé!"

¿Cómo establecer los primeros diálogos tranquilizadores para madres e hijas y sembrar las semillas de una comunicación eficaz con vistas al futuro?

"¿ME DEJÁS MIRAR?", DIRÁ LA MADRE Y LA HIJA PODRÁ DECIR: "Y... BUENO" O "ME DA VERGÜENZA".

El pensamiento de la mamá va rápido: "¿será algo normal?", "¿por qué se le hinchó solamente uno y no los dos?". "y si no me deja ver a mí, ¿se dejará ver por el pediatra?" "¿Qué hago, la llevo a su pediatra o a mi ginecóloga?"

Ya sea que se consulte a uno u otro, porque finalmente esa

mamá preocupada será guiada hacia la profesional, ginecóloga de adolescentes o a la hebiatra (especialista en adolescencia general), lo importante será no angustiarse ni transmitir preocupación a la niña. Las chicas tienen que saber que, en algún momento, al querido y simpático pediatra de toda su vida, se le sumará la presencia de otra figura igualmente confiable, del sexo femenino y con la capacidad y la comprensión necesarias para que el tránsito por estas nuevas etapas del desarrollo sean más fáciles y tranquilas. Preferiblemente, una profesional mujer, que le hará sentir que su pechito hinchado pronto se emparejará con el otro; y que el olor fuerte que últimamente deja en sus medias y zapatillas, el crecimiento de sus pies, que hace que las zapatillas favoritas ya le queden chicas y, tal vez, la aparición de vellos en el pubis son el

resultado de una travesura de la naturaleza que aparece en todas las chicas y que se llama pubertad.

"¿PERO POR QUÉ A MÍ PRIMERO, ANTES QUE A LAS DEMÁS CHICAS DE MI CLASE?", dirá con fastidio y razón la flamante púber. Será el momento de recurrir al sentido del humor por parte de la madre: "no te preocupes, mi amor, en poco tiempo, cuando las demás comiencen a preocuparse por lo mismo, vos vas a ser la más canchera en el tema y te van a preguntar a vos, vas a ser la líder", u otro comentario que quite dramatismo al tema.

Será un buen momento para enseñar a la futura mujer buenos hábitos de higiene íntima, de prevención y de cuidado y valoración del propio cuerpo que, de una semana a la otra, parece cambiar milagrosamente; será el momento de breves comentarios acerca de estos eventos, con ánimo positivo, divertido y celebrando los cambios como algo sagrado y mágico. Será el momento de los "no sé" de la madre ante alguna pregunta y, a continuación... "pero lo voy a averiguar y después te lo digo".

Será el momento de dar a

entender, a la nueva adolescente, que la consulta con la profesional y la lectura de libros especializados dan respuestas a las preguntas mucho mejor que las creencias del boca a boca, aunque esa boca sea la de la vecina mejor intencionada o la de la amiga más íntima.

EMPIEZA UN TIEMPO DE COMPLICIDAD ENTRE MADRE E HIJA, en el cual

algunos recuerdos de la propia adolescencia materna pueden ser útiles para lograr un acercamiento empático. También, será el tiempo del alivio y de la risa ante los progresos de la tecnología: "(...) Cuando yo era adolescente, no había tantas marcas de protectores diarios" "Y, ¿cómo hacías diarios?" "Me conformaba con lo que había, vos y tu generación tienen suerte de tener tantas opciones, si casi hacen juego con la ropa interior y todo".

La hija está comprobando que la madre no es intrusiva, que la escucha y le da importancia a sus dudas sin dramatizar, más bien la tranquiliza; puede confiar en ella. Entonces, un día viene con una sonrisa y le cuenta: "¿sabés?, ahora los pechos están iguales porque se me hinchó el otro", "¿cuándo vamos a comprar un corpiño?"