



# LACTANCIA EN DUELO

PROFESOR/A: Pilar Gómez-Ulla Astray



# DUELO PERINATAL

- Tras muerte perinatal (incluye IE)
- Tras un diagnóstico de anomalía congénita
- Cesión de hijos en adopción
- Retiradas de custodia
- Explotación reproductiva. Vientres de alquiler
- Muerte materna
- Otras muertes o duelos que suceden a la mujer en período perinatal





# LACTANCIA EN DUELO



*Hanna Barczyk for NPR. (npr.org)*



# DUELO





# ¿QUÉ ES EL DUELO?

## **RAE (2ª acepción)**

1. m. Dolor, lástima, aflicción o sentimiento.
2. m. Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de al quien.
3. m. Reunión de parientes, amigos o invitados que asisten a la casa mortuoria, a la conducción del cadáver al cementerio, o a los funerales.
4. m. Fatiga, trabajo. U. m. en pl.

## **Wikipedia.**

El **duelo** es el proceso de adaptación emocional que sigue a cualquier pérdida (pérdida de un empleo, pérdida de un ser querido, pérdida de una relación, etc.). Aunque convencionalmente se ha enfocado la respuesta emocional de la pérdida, el duelo también tiene una dimensión física, cognitiva, filosófica y de la conducta que es vital en el comportamiento humano y que ha sido muy estudiado a lo largo de la historia.

Fases del duelo



EL DUELO ES SANO, NATURAL Y ECOLÓGICO...

Pero se esconde, se medica, se apresura...

NO ES UNA ENFERMEDAD

Pero duele, afecta al cuerpo, me siento débil, me rompo...

HAY TANTOS COMO PERSONAS

<https://www.nowilaymedowntosleep.org>

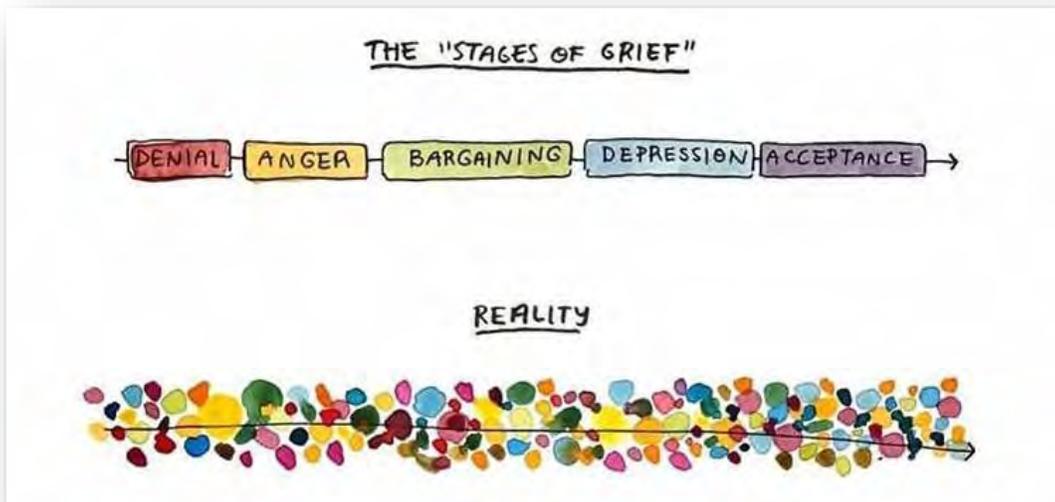


# DUELO

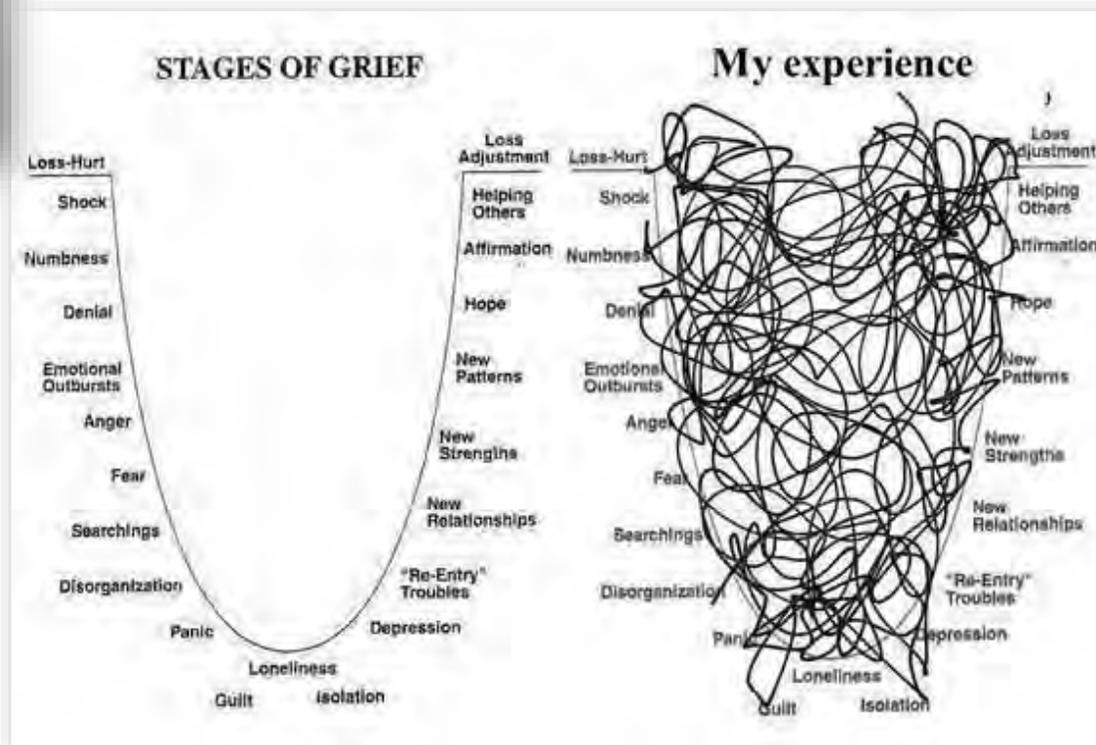
EL DUELO ES NATURAL

NO ES UNA ENFERMEDAD

HAY TANTOS COMO PERSONAS



Modelos lineales de fases  
(Freud, Bowlby, Kübler-Ross)





## “Los modelos que dividen el duelo en etapas están obsoletos”

Alba Payàs, directora del Instituto de Psicoterapia Integrativa Relacional (IPIR)

Por Eroski Consumer | Lunes 1 junio de 2020



Especialista en el tratamiento del duelo, Alba Payàs dirige del Instituto IPIR, un centro especializado en atención a familias en duelo y en formación de profesionales. Además, es autora de los libros ‘Las tareas del duelo’ o ‘El mensaje de las lágrimas’. “Los ritos señalan que entramos en una nueva realidad y, sin ellos, las personas en duelo sienten culpa por no haber podido despedirse, al tiempo que se intensifica su sensación de irrealidad”, explica. En esta entrevista, **le preguntamos cómo afrontar la pérdida y elaborar el duelo en un contexto tan atípico como el que han dibujado el confinamiento y la pandemia.**



<https://www.consumer.es/salud/duelo-psicologa-alba-payas.html>

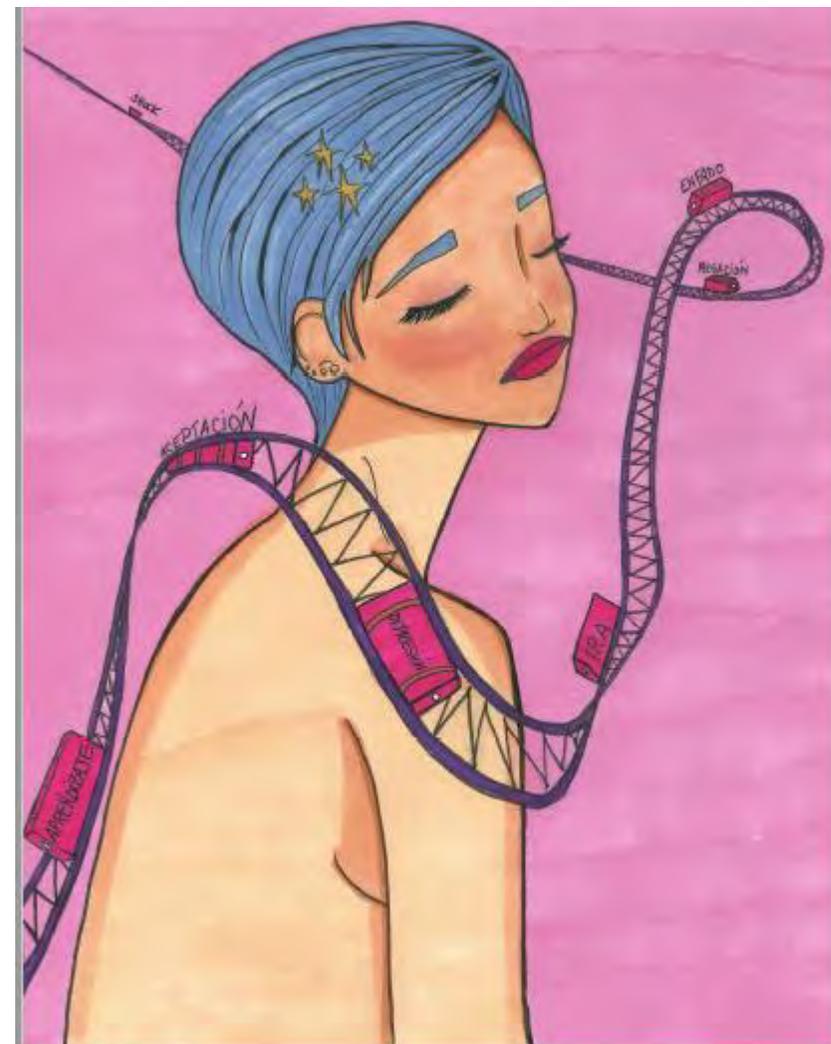


Ilustración de Lorena Marín, “El alma en duelo de una madre vacía”



# DUELO

## TAREAS DEL DUELO

- ACEPTAR LA PÉRDIDA
- TRABAJAR EL DOLOR
- ACOSTUMBRARSE A LA VIDA CON LA AUSENCIA
- RECOLOCAR EMOCIONALMENTE AL AUSENTE Y SEGUIR CON LA VIDA

Worden, J.W. (2002) Grief Counseling & grief therapy (3<sup>rd</sup> edition) New York: Springer Publishing.

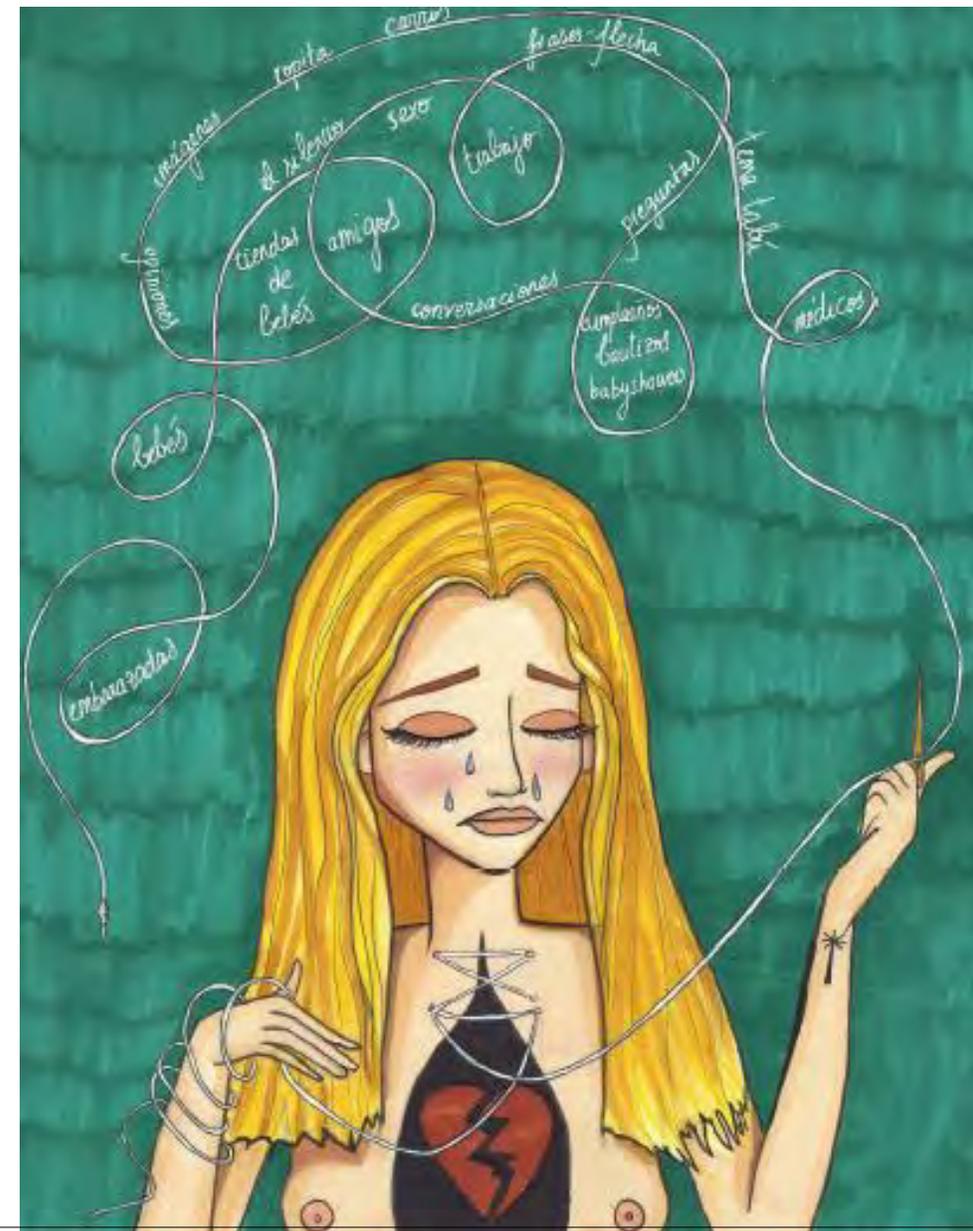


Ilustración de Lorena Marín, “El alma en duelo de una madre vacía”



# Modelo de proceso dual de afrontamiento (Margaret Stroebe y Henk Schut 1999)

DUELO

Dinamismo orientado a la pérdida

Dinamismo orientado a la reconstrucción





# Modelos narrativos y de reorganización de significado (Neimeyer 2001)

## Modelo integrativo-relacional (Alba Payás, 2010)



Continuidad del vínculo

### El duelo no es olvidar sino recrear una nueva relación

Continuar los lazos de apego con el difunto, en lugar de cortar con ellos, es un proceso primario de duelo. Así lo indican los resultados de una gran cantidad de estudios cualitativos.

(Robert A. Neimeyer)





# DUELO

RECORDAR

CAMINAR

CRECER

DAR SENTIDO

AMAR



“Ese momento hizo que nos sintiéramos padres”



~~OLVIDAR~~  
~~SUPERAR~~  
~~PASAR PÁGINA~~

Continuidad del vínculo

Saco gestacional intrauterino: 19.8 mm.  
Embrión sin latido: 5.6 mm. Amor: INFINITO



"La herida es el lugar  
por donde la luz  
entra en ti."

~ Rumi



## PARA TRABAJO PERSONAL

Piensa en tu propia historia de pérdidas/muerte de seres queridos. ¿Cuál ha sido la muerte/pérdida de más impacto en tu vida? ¿Qué edad tenías y en qué momento estabas?

Describe los sentimientos que tuviste y el significado que les das

¿Hay algunos recuerdos/objetos/lugares/momentos que hayan cobrado algún nuevo significado o valor por su relación con esa persona?

Pensando en los últimos momentos de la vida de esa persona, de la muerte, la despedida... ¿qué cosas crees que estuvieron bien? ¿qué cambiarías?

¿Qué ha dejado en tu vida esa persona? ¿Qué ha cambiado en tu vida tras su muerte?



# DUELO POR MUERTE PERINATAL





# SE TRATA DE LA MUERTE DE UN HIJO





# MUERTE PERINATAL

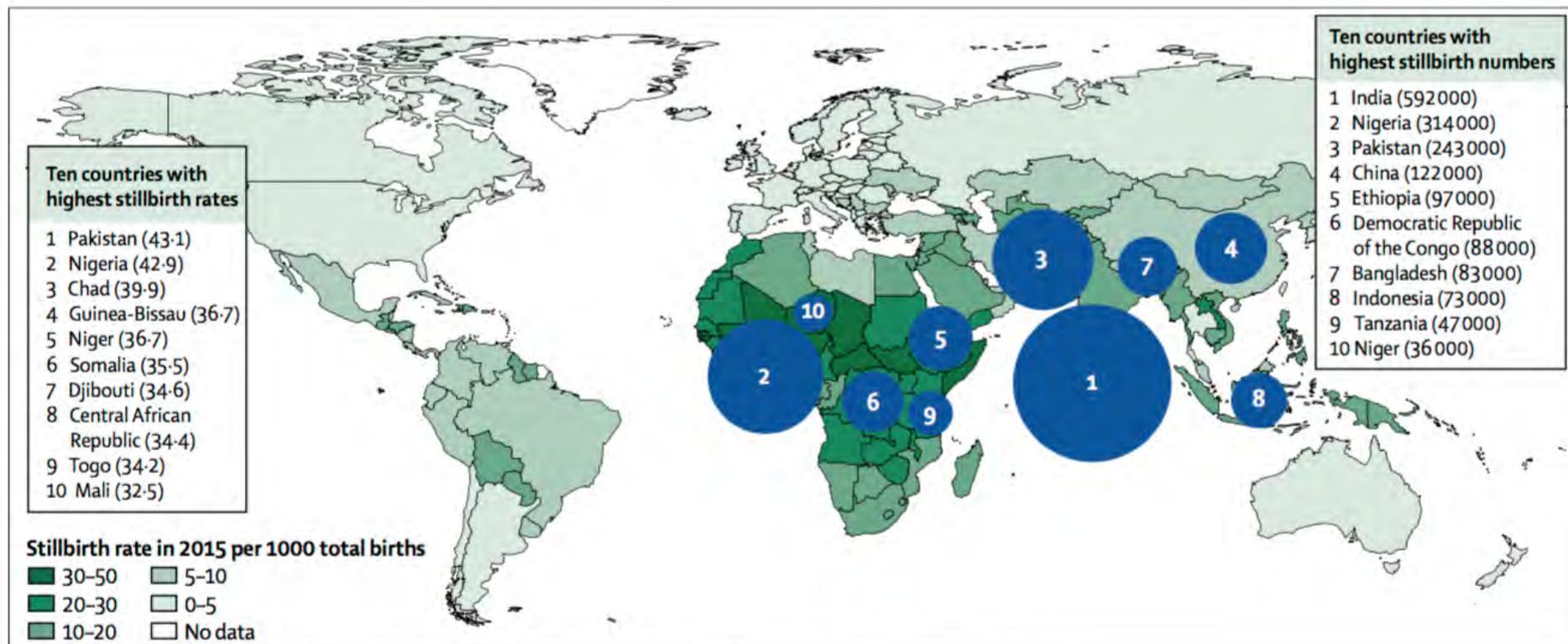
- Muerte gestacional/fetal temprana: hasta 22 semanas
- Muerte fetal tardía: Más 22 semanas o peso mayor de 500gr
- Mortalidad neonatal precoz: hasta 7 días de vida
- Mortalidad neonatal tardía: 7-28 días
- Muchos autores extienden período perinatatal hasta 12 o 18 meses





# Los países con más tasa de muerte perinatal y con cifras mayores

www.thelancet.com



**Figure 3:** The countries with the highest stillbirth rates in 2015 and those with the largest numbers<sup>2</sup>

Blue circles are proportionate to the number of stillbirths.

www.thelancet.com



# LACTOGÉNESIS

- Puede sorprender a la madre (Chen et al 2015)
- Tiene un profundo significado emocional
- Puede haber dificultades y en cualquier caso requiere cuidados. La vivencia traumática puede comprometer futuras lactancias

Ilustración de Lorena Marín, “El alma en duelo de una madre vacía”





# MANEJO DE LA LACTOGÉNESIS. INHIBICIÓN CON FÁRMACOS

- Hasta hace bien poco la única opción disponible era la inhibición farmacológica (cabergolina, aunque también bromocriptina o estrógenos). Inhibición de la prolactina a nivel cerebral.
  - Tanto es así que se proporciona en ocasiones sin explicaciones, sin comprobar si hay otros hijos lactantes, sin valorar efectos secundarios (variaciones en tensión arterial, mareos... )
  - Contraindicada en mujeres con episodios previos de psicosis. Esto es especialmente delicado en el puerperio sin bebé vivo



# MANEJO DE LA LACTOGÉNESIS. INHIBICIÓN SIN FÁRMACOS

- Inhibición no farmacológica. No hay evidencia. Tampoco es concluyente la que hay sobre efectos secundarios de los fármacos, según una revisión Cochrane (Oladapo & Fawole, 2012).
- Tradicionalmente se vendaban los pechos. Actualmente se sigue usando hojas de col, flores de jazmín o aplicar frío.
- Se suele recomendar extracción mínima, si es posible manual, hasta que se deja de producir leche.



# MANEJO DE LA LACTOGÉNESIS. CONTINUIDAD DE LA LACTANCIA

- Se puede no inhibir. Tener leche es un recordatorio doloroso de la muerte del hijo. Pero también recuerda que el cuerpo funciona, es capaz y poderoso (Sereshti et al., 2016)
- La leche se puede guardar para consumirla. Se puede usar para elaborar recuerdos (joyas de leche, jabones...), hacer rituales
- O se puede donar



# ELABORACIÓN DE RECUERDOS



Charm Fino Laura · Recuerdos co...  
recuerdosconalma.com · En stock



*Bola de Leche*  
Bola de leche de araña con caparros en  
plata.  
Se puede pedir también en mano  
Contacto: 653.44.114

Joyas de leche matern...  
espanol.babycenter.com



Recuerdos con Alma: joya...  
unamamanovata.com



Perla de Leche Matena -...  
catchmemories.com · En ...



Joyas de Leche Matern...  
joyasdelecheymaternidad...



Sí, las joyas hechas con leche materna e...  
smoda.elpais.com



Artesanía: Joyas de leche materna y cordón umbi...  
elconfidencial.com



# DONACIÓN DE LECHE MATERNA



# LA EXPERIENCIA DE LAS MADRES

- Jessica Welborn entrevistó a 21 madres donantes en duelo en hospitales estadounidenses. 15 comenzaron a extraerse leche estando su bebé vivo en la UCI, y continuaron haciéndolo tras su fallecimiento.
- Tanto ellas como las madres cuyos bebés murieron intraútero, reflejaban encontrar consuelo y sentido en la donación de leche. Les permitió identificarse como madres, dedicar tiempo a elaborar su maternidad, su pérdida y su dolor. Además encontraban que extraerse la leche era una forma de conectar física, corporalmente con el hijo y mantener su memoria.
- Este tiempo de lactancia fue un período de transición en el duelo, de la presencia física a la ausencia.
- Los motivos de estas madres son similares a los de otras donantes.
  - No desperdiciar una leche que su bebé no necesita (ya sea porque puede extraerse más que la que el hijo demanda, o bien en el caso de madres en duelo, porque su hijo ha fallecido).
  - Ayudar a otro bebé, con conciencia del valor del calostro y la leche
- En algunas ocasiones las madres encuentran el momento de extraerse leche sencillo, agradable y amoroso, a veces duro y fatigoso, como el duelo mismo

(Welborn, 2012).



# LA EXPERIENCIA DE LAS MADRES



- Oreg investigó la experiencia de las mujeres que tras la muerte de sus bebés decidieron donar su leche en bancos de leche estadounidenses. Analizó los testimonios escritos de 80 mujeres y entrevistas en profundidad de otras 8, todas ellas norteamericanas.
- Encuentra que la extracción y donación de la leche puede beneficiar el proceso del duelo, desde el punto de vista de la **búsqueda y reconstrucción de significado**.
- La **continuidad del vínculo** es difícil por la falta de recuerdos y experiencias con el bebé. La extracción y donación de leche permite una experiencia de contacto con el bebé que sigue psicológicamente presente. La lactancia se convierte por lo tanto en un **ritual** del duelo, en el que el cuerpo tiene un papel esencial.
- Algunas mujeres encuentran saludable la motivación de cuidarse físicamente en momentos de tanto dolor, puesto que la lactancia requiere que duerman y se alimenten bien, que se hidraten y eviten sustancias nocivas. Les permite tiempo de pensar en su hijo, y un propósito de ayuda a otro bebé que recibe la leche



# LA EXPERIENCIA DE LAS MADRES

La encuesta realizada en España por Umamanita preguntaba a 734 madres cuyo hijo murió después de las 15 semanas de gestación, si hubieran donado su leche a un banco en que caso de que fuera una posibilidad.

- El 34% “sí, definitivamente” o “sí, probablemente”
- El 22% “no, definitivamente”
- El 43'9% respondió “no sé/ no estoy segura”.





## EXPERIENCIA DE LAS MADRES

Rodríguez-Niño y cols. (2019) recogieron datos de donantes cuyo hijo había **muerto en etapa perinatal**, a través de un cuestionario enviado a los 14 Bancos de Leche españoles entre el 1 de Enero de 2016 y el 31 de Diciembre de 2018.



74 mujeres donaron leche materna durante este periodo. En el 6,8% de los casos la muerte se produjo antes del parto o durante el parto y en el **93% después del nacimiento**. En el 59,5% de los casos, la leche materna se extrajo antes de la muerte del niño, en el 31,1% después y en el 9,5% había un hermano lactante vivo.



## Julia Vázquez- Doderó, madre de Lola

*“... era como entregar un regalo importantísimo que Lola había dejado en mi cuerpo, así lo viví. Me acompañó mucho durante ese primer momento tan difícil del duelo, era un poco como honrar su visita y darle sentido.*



*Y me ponía los pelos de punta pensar en los bebés que la iban a recibir. Las dos veces que fui al hospital, con mi nevera repletita de botes, oía los llantos de los minúsculos bebés prematuros que la iban a recibir y me emocionaba. En mi experiencia, poder donar la leche sólo tuvo efectos positivos. Siete litros en total! Mucha alegría dentro de tanta tristeza”*

(<https://www.umamanita.es/el-regalo-de-lola-lactancia-y-donacion-de-leche-tras-la-muerte-perinatal-y-la-creacion-del-proyecto-lola/>)



- En España los distintos bancos de leche humana en 2016 no tenían criterios unificados en cuanto a aceptar la leche de madres con hijos fallecidos (Uceira et al., 2017).
- En 2018 la Asociación Española de Bancos de Leche Humana se posiciona a favor de aceptar, promover el conocimiento, la investigación y la práctica de la donación de leche materna tras la muerte perinatal.

**¿Qué puedo hacer con mi leche?**

La donación de leche a través de un Banco de Leche permite alimentar con leche materna a aquellos bebés prematuros o enfermos que no disponen de leche de su propia madre.

Las mujeres cuyo hijo ha fallecido y donan su leche refieren que les alivia y reconforta saber que de esta forma pueden contribuir al bienestar de otros recién nacidos.

Si dispones de leche extraída previamente, o si deseas realizar extracciones de leche para donar, consulta con tu Banco de leche más cercano ([www.aebhlh.org](http://www.aebhlh.org)), donde se te informará cómo realizar la donación.

“Me reconforta profundamente pensar que muchos bebés, han recibido una ayuda fundamental (y también una parte de amor) para su recuperación, y que mi niña, allá donde esté, tiene unos hermanos de leche que podrán vivir una vida maravillosa...” (testimonio de madre donante).

**ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE BANCOS DE LECHE HUMANA**

**Si para tí tiene sentido donar tu leche, estamos aquí para apoyarte**

Asociación Española de Bancos de Leche Humana  
[www.aebhlh.org](http://www.aebhlh.org)  
91.3908811-91.3908198  
[a.e.bancoslechehumana@gmail.com](mailto:a.e.bancoslechehumana@gmail.com)

**Manejo de la Lactancia**  
Tras la pérdida de tu hijo

**ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE BANCOS DE LECHE HUMANA**



# RECOMENDACIONES PARA LOS CUIDADOS

- Comprender el estado emocional y mental de la madre para informar
- Informar de modo comprensible y amable, implicando si se puede a la pareja o familia
- Ofrecer apoyo como a cualquier madre lactante, especialmente grupos de apoyo o contacto con otras madres
- Apoyar en el proceso, incluido el final de la lactancia



# RECURSOS



**"Sabía que la lactancia podía salvar vidas,  
pero también me salvó a mi".**

Olaya, madre de Ruben



# RECURSOS

**PROYECTO Lola**

**puedes seguirnos en:**

[facebook.com/proyectolola](https://www.facebook.com/proyectolola)  
y  
[youtu.be/kl\\_V3NsYOik](https://www.youtube.com/watch?v=kl_V3NsYOik)

**Proyecto LOLA**  
Donación de Leche materna tras la pérdida gestacional o neonatal

**Te gusta** **Siguiendo** **Compartir** **...** **Enviar mensaje**

**Julia**: NERVIOSA y EMOCIONADA

**Anina**

**Mónica**: Faltan 11 días

**Alicia**: Emociones y Apapachos

**Fátima**

**Proyecto LOLA** logo: A stylized face with a teardrop in the eye.



# RECURSOS PARA LA LACTANCIA EN DUELO

- Como todas las lactancias, o si acaso más, la lactancia en duelo ha de ser un elección libre
- Como todas las lactancias merece ser protegida, respetada, acompañada
- Recursos imprescindibles:
  - los grupos de madres
  - los ambientes y los profesionales capaces de ofrecer cuidados sensibles con la lactancia, sensibles con el duelo, sensibles con el trauma



# REFERENCIAS

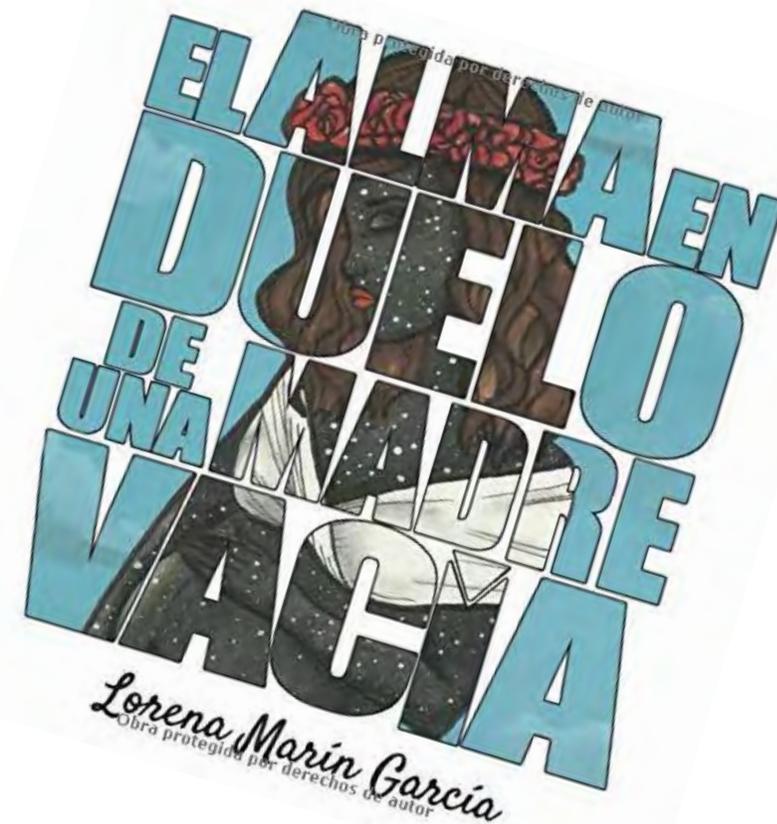
- Chen, F. H., Chen, S. L., & Hu, W. Y. (2015). Taiwanese Women's Experiences of Lactation Suppression After Stillbirth. *JOGNN - Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 44(4), 510–517. <https://doi.org/10.1111/1552-6909.12724>
- Cole, J. C. M., Schwarz, J., Farmer, M. C., Coursey, A. L., Duren, S., Rowson, M., Prince, J., Oser, M., & Spatz, D. L. (2018). Facilitating Milk Donation in the Context of Perinatal Palliative Care. *JOGNN - Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 47(4), 564–570. <https://doi.org/10.1016/j.jogn.2017.11.002>
- Marín, L. (2019). El alma en duelo de una madre vacía. Publicación independiente.
- Neimeyer, R. (2001). Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo. Ed. Paidós.
- Oreg, A. (2020). The grief ritual of extracting and donating human milk after perinatal loss. *Social Science and Medicine*, 265, 113312. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113312>
- Payás A. Las tareas del duelo. Psicoterapia de duelo desde un modelo integrativo-relacional. (2010). Barcelona: Ed. Paidós Ibérica.
- Rubio, O. (2021). Madres también. Alimento para el alma. Publicación independiente.
- Sereshti, M., Nahidi, F., Simbar, M., Bakhtiari, M., & Zayeri, F. (2016). An Exploration of the Maternal Experiences of Breast Engorgement and Milk Leakage after Perinatal Loss. *Global Journal of Health Science*, 8(9), 234. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v8n9p234>
- Stroebe, M., Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: rationale and description, *Death Studies*, 23:3, 197-224, DOI: 10.1080/074811899201046
- Uceira Rey, S., Rodríguez Blanco, M. A., Martín Morales, M., & Rodríguez Czaplicki, J. (2017). Donación de leche materna tras la muerte perinatal y la situación en España. *Muerte y Duelo Perinatal*, 3, 20–25.
- Welborn, J. M. (2012). The experience of expressing and donating breast milk following a perinatal loss. *Journal of Human Lactation*, 28(4), 506–510. <https://doi.org/10.1177/0890334412455459>
- Worden, J.W. (2002) Grief Counseling & grief therapy (3rd edition) New York: Springer Publishing.



# REFERENCIAS

- [www.redelhuecodemivientre.es](http://www.redelhuecodemivientre.es)
- [www.umamanita.es](http://www.umamanita.es)
- [www.movimientoruben.es](http://www.movimientoruben.es)

¡GRACIAS!





# DISCLAIMER

- La información presentada en esta presentación es exclusivamente para uso personal de las alumnas y alumnos del Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal. No puede ser colgada en la red ni reenviada. Si deseas utilizar alguna parte con fines de docentes puedes hacerlo siempre y cuando cites la fuente (autora@ IESMP) y nos lo comuniques y/o envíes una copia del trabajo si es posible.
- Este trabajo forma parte de un libro en construcción por lo que te rogamos seas especialmente cuidadosa con el mismo. Es el resultado de infinitas horas de estudio y trabajo. Lo compartimos con el fin de facilitar la formación y el aprendizaje que en última instancia favorezca una mejor atención a las madres y los bebés.
- Gracias por tu interés y esfuerzo