

Ezarian →

Estitxu Fernandez ◊
Psikologoa

Estitxu Fernandez komunikatzaileak 'Gure erditzearen jabe' izeneko liburua idatzi du. Erditze kontzientearen aldeko liburua da.

«Erditze fisiologikoak izan behar du abiapuntua»

Ainhitze Ruiz

Erditzera doan emakumeak bere beharrak eta umearenak zein diren jakitea garrantzi handiko kontua da. Baita erditzearen inguruan informatuta egon, eta egoeraz jabetzeko gogoeta egitea ere. Horren harira, *Gure erditzearen jabe* izeneko liburua aurkeztu du Estitxu Fernandez (1975) lesakarrak.

Nola sortu zitzaizun liburu hau egiteko ideia?

Betidanik interesatu zait amatasunaren gaia, erditzea bereziki. Orain dela zazpi urte inguru, bere erditzeak etxean izan zituen emagin bat elkarrizketatu nuen. Horrek pixka bat pentsarazi zidan, berak ospitalean artatzen baitzituen erditzeak, eta bere erditze propioa etxean izatea erabaki zuen. Hori kontatu nahi nuela pentsatu nuen. Hasiera batean, etxeko erditzearen inguruan idatzi nahi nuen. Baina zazpi urte hauetan ikusiz joan naizen guztiaren ondoren, hasierako ideia hori aldatu egin zitzaiz-

dan. Gero, erditze fisiologikoen alde nire aletxoa jarri nahi nuela ikusi nuen, etxean zein ospitalean, eta orduan elkarrizketak egin hasi nintzen erditze fisiologikoen inguruan, eta horrek ere bertze eboluzio bat izan zuen. Erditze fisiologikoen garrantziaz harago, erditze kontzientearen garrantziaz ohartu nintzen, eta hortik, erditze kontzientearen aldeko liburu bat izaten bukatu du.

Erditze fisiologikoa eta erditze medikalizatua muturrean dauden kontzeptuak dira, ezta?

Adibide batekin azaltzeko, emakume batek lehenbiziko erditzean umea galtzen badu, gerta liteke bigarren erditzean erabakitzea zesarea programatu bat nahi duela. Zesarea programatu bat erditze fisiologikoaren bertze muturrean dago. Baina erabaki hori, ulergarria izan liteke, eta, batez ere, errespetagarria, emakume hori bere beldurrez ohartu baita. Erditze fisiologikoak izan behar du abiapuntua, eta horren alde egin behar dute ospitaleetan, bai-



BERRIA

na gero emakumeak bere burua kokatu beharko luke erditze fisiologikotik erditze lagundura dagoen jarraritasun horretan eta erran: «Nik hau bai, baina hau ez».

Zer da liburu honetan jakitera eman nahi izan duzuna?

Nire ustez, gaur egun osasuntsuena emakumeek erditzea euren beharretara egokitzea litzateke. Eta batzuetan behar horiek bat etorriko dira erditze fisiologikoarekin, baina bertze batzuetan ez. Nire apustua erditze kontzientearen alde egitea izan da. Erditzera doan emakume horrek bere beharrak eta umearenak zein diren kontuan izatea.

Erditze kontzientearen aldeko apustua aipatu duzu. Zer da erditze kontzientea zuzentzat?

Bi muturrak aipatu ditugu, nik nahi dut erakutsi bi muturretan

jartzea ez dela ona ez bada zure beharrak hor daudelako. Kontziente izan beharko genuke bi mutur horien artean gu non gauden. Eta horrek hausnarketa emozional pertsonal sakona eskatzen du. Eta hori da erditze kontzientea. Nire helburua erditze kontziente batek duen garrantzia azpimarratzea da, eta erditze kontzientea ez da bakarrik erditze bat zer den jakitea edo horretaz informatzea. Horretaz gain, umearen beharrak eta gure benetako beharrak zein diren ikustea da.

Gure erditzearen jabe izena du libururak. Zure ustez, zenbateraino dauka haurdun dagoen emakume batek bere erditzea nolako izango den erabakitzeak aukera?

Nik uste dut gauzak anitz aldatu direla eta emakumearen fisiologia errespetatzearen alde egin

dela azken urteotan. Emakume batek eskubidea eta aukera du erditze fisiologikoa izateko ospitalean, geroz eta gehiago. Baina dena ez dago profesionalen esku, horregatik erraten nuen erditze kontzientea izatea zein garrantzitsua den.

Haurdun dauden emakumeek ba al dute nahiko informazio erditzearen inguruan? Gai honen inguruan dagoen euskarazko liburu bakarra da.




Euskarazko liburu bakarra dela erranen nuke, bai. Dena den, Interneten informazio dezente dago, orain sortu berri da web orri interesgarri bat euskaraz, *Sabeletik mundura*. Eta, tira, gaztelaniaz eta frantsesez informazio anitz dago. Euskaraz deus guti dagoen arren, ez dut uste informazio faltarik dagoenik erditze fisiologikoaren inguruan. Kontua da bertze informazio mota bat falta zaigula, geure burua emozionalki nola dagoen ikustea, alegia, eta hori da, agian, hainbertze egiten ez duguna.

Erditzea etxean egitea librea da, baina ez dago emagin asko horretarako prest daudenak.

Badago Euskal Herrian talde bat horretan aritzen dena, baina egia da azken urteetan pixka bat gogortu egin dela egoera. Baina errealitate hori existitzen da, eta horri ere begiratu egin beharko lioke osasun publikoak eta ikusi zenbat emakume erabakitzen duten etxean erditzea eta zergatik hautatzen duten hori.

Zer esango zenieke haurdun dauden emakumei?

Barrura begirako lan txiki bat egitea osasungarria iruditzen zaidala, lan horrek errealitatearekin bat egiten duten eskakizunak egiteko laguntzen duelako eta ez horrenbertze ideal batekin lotuta dauden eskakizunak. Gure errealitatea pixka bat ezagutzea. Nik uste dut opari ederra dela hori ume horrentzat eta geure buruarantz.

GREZIAR ERRONKA    BASKONIA

LABORAL KUTXA
vs.
PANATHINAIKOS

19:30etatik aurrera **gsztea**
DISKO FESTA
OIHAN VEGAREKIN

AZAROAK 29
20:30

TODOS AL BUESA DENOK BUESARA

PARTIDURAKO SARRERA +
BERTSOBASKET 25€
ANDER SOLOZABAL IKER PASTOR
ABONATUAK +8€

Sarrerak TIENDA OFICIAL BASKONIA-ALAVÉS DENDA OFIZIALean salgai, General Álava Kalea 1. Tel.: 902 13 91 91 - www.baskonia.com