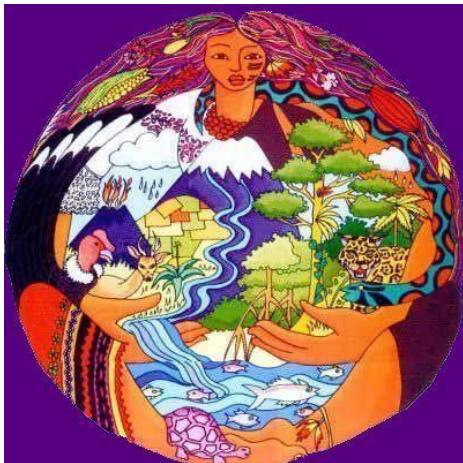


“MATERNIDADES VULNERABLES”

Violencia estructural y Empoderamiento de las madres



Associació · Asociación
SALUD Y FAMILIA

Rocío Carmona Horta
Psicóloga
Experta en salud desde la perspectiva de género
psicologarociocarmona.es

10 de octubre de 2019

¿Por qué hablamos de violencia estructural?

Se espera que la maternidad sea el centro de la vida de una mujer.

Mientras que la sociedad no tiene en el centro los cuidados.

Los procesos emocionales durante el embarazo, parto y postparto

Identificar lo normal y lo anormal, y da seguridad



Lo que puede marcar la mayor diferencia con respecto al resultado es la expectativa psicológica, la comprensión de lo que pasa, cómo se desarrolla y cómo actúan los profesionales.

Las emociones durante el embarazo y el postparto

- **Primer trimestre:** la ambivalencia.
- **Segundo trimestre:** transparencia psíquica
- **Tercer trimestre:** miedo al parto
- **Parto:** Estado de extrema vulnerabilidad y planeta parto
- **Postparto:** Cansancio, ansiedad, culpa, soledad

Violencia estructural II

Estado de buena esperanza vs. Tsunami vital

- Sobrecarga en los cuidados: Es un trabajo marginado, devaluado, gratuito, cansado , solitario
- ¿Quién cuida a las madres?
 - Todo el mundo opina y desautoriza.
 - Estereotipos de género en la paternidad
 - Grupos de madres escasos
 - ¡Sigo siendo mujer!
- Sexualidad patriarcal
- Empleo:
 - Asalariada: Baja por maternidad y paternidad insuficientes
 - Autónoma.
- No tenemos un estado que nos proteja

¿Qué se necesita para empoderarte?

- Es imprescindible la atención al bienestar emocional de las mujeres
 - Infórmate para comprender estos procesos
 - Busca tu tribu.
 - Escucha de tus necesidades
 - Confía en tu propio criterio
 - Pon límites
- Pide
 - Asume que no eres perfecta y no puedes con todo
 - Implica al padre: no lo hace *"tan bien"* como tu... pero...
 - Valora los cuidados
 - Cuestiona un estado productivo y capitalista y no reproductivo y social.

La maternidad es un bien social, los cuidados son imprescindibles para la supervivencia de la especie.

No hagamos que toda la responsabilidad recaiga en las mujeres

Necesitamos la corresponsabilidad de las mujeres, los varones y el Estado.



MUCHAS GRACIAS

www.psicologarociocarmona.es