

EL PELIGROSO CULTO A LA “MATERNIDAD perfecta”

En columnas y foros sobre maternidad en el mundo se ha difundido “el culto a la maternidad perfecta”, que presiona a las mujeres a seguir un modelo inalcanzable en el rol de madres. Aquí, expertas analizan el fenómeno, exacerbado por las redes sociales, y advierten: “La maternidad raramente es blanca o negra, raramente un éxito total o una falla total”.

Por MURIEL ALARCÓN

No sé exactamente cuándo y por qué comenzó “El mito de la diosa”, pero creo que las mujeres de hoy sienten una presión general para ser perfectas.

Alexandra Sacks, psiquiatra especialista en reproducción, autora del artículo más leído de la sección de Paternidad en The New York Times el año pasado –“El nacimiento de una madre”; acerca del cambio total de identidad que experimentaba una mujer al convertirse en madre–, para Revista Ya hace referencia a un concepto que el último año se ha multiplicado en columnas, blogs y foros sobre maternidad en el mundo.

“El mito de la diosa” –sin un origen claro ni un autor a quién atribuirle el término– hace referencia a una idea que se amplifica por Internet: el embarazo y la maternidad hoy están siendo concebidos como momentos “preciosos”, “bellos”, “positivos”.

Lo subrayó en su edición de octubre pasado la revista Time, que anunció en su portada “The Goddess Myth” (en español “El mito de la diosa”) bajo la interrogante: ¿por qué la visión de una maternidad perfecta hoy hiere



a las madres? Time dedujo esta realidad tras realizar una encuesta a más de novecientas madres estadounidenses, donde más del 70 por ciento de ellas confesó sentirse presionada –por doctores, activistas, otras madres– en su maternidad para “hacer las cosas de una cierta manera”.

Una suerte de “culto a la maternidad perfecta” difundido, sobre todo, en redes sociales, donde otras madres presentan sus experiencias como “madres perfectas”, independientemente de si eso refleja o no la realidad. Una tendencia que para investigadoras como Sarah Schoppe-Sullivan, profesora de Ciencias Humanas y Psicología de la Universidad del Estado de Ohio, representa una ironía: al buscar la perfección en la crianza de los hijos, dice, es menos probable que los padres realmente críen “efectivamente”. El preocuparse por lo que otros piensan de su crianza minaría su confianza.

Coinciden autoras como Sacks, y también otras investigadoras que lo ejemplifican con el hecho de que muchas mujeres se sientan fracasadas cuando sus experiencias de embarazo, nacimiento, lactancia o crianza, en general, no se desarrollan “naturalmente”.

–En la era de la información, hay una actitud de que puedes controlar todo si te educas y perseveras. Pero, en su mayor parte, la biología no es algo que podamos controlar por completo. Parte de “El mito de la diosa” es que si te esfuerzas lo suficiente, puedes tener un embarazo natural y nacer y amamantar, pero la biología de todos no lo permite –dice Alexandra Sacks.

Si se considera que “El mito de la diosa” alude, en su origen, a la idea de una “diosa de la fertilidad” presente en culturas y religiones diferentes, algunas remontadas a la Antigüedad, para Alexandra Sacks lo que parece ser nuevo, y de este tiempo, es la excesiva presión sobre “las madres” para que sean “perfectas”.

–Y, por definición, esto es un mito, porque ningún ser humano es perfecto, y ninguna relación humana puede ser perfecta. Incluso la relación más amorosa entre una madre y su hijo implicará sentimientos encontrados, porque las relaciones humanas implican dar y recibir.

Kathleen McCartney, presidenta del Smith College, una de las universidades privadas femeninas más grandes de Estados Unidos, ubicada en Northampton, Massachusetts, e investigadora sobre educación y política en la primera infancia, dice:

–Los padres no tienen que ser perfectos, porque esto prepararía a los niños para un mundo que no existe. En la vida, los niños se encontrarán con muchas frustraciones, y necesitan aprender a regular sus emociones y actuar apropiadamente. Solo tenemos que ser lo suficientemente buenos. El perfeccionismo no debería ser el objetivo.

PERFECCIONISMO PARENTAL

¿Qué pasa si no le doy un año completo de lactancia?”. “¿Debo apagar el televisor cada vez que ella está en la pieza para evitar la exposición ‘pasiva’ a la pantalla?”. “¿Está bien que ingrese a la sala cuna a tiempo completo a los cinco meses?”. En Quartz, el blog The Atlantic, la

investigadora en Ciencias Humanas y Psicología, Sarah Schoppe-Sullivan, reconoce que al ser madre, aun teniendo su grado académico especializado en el tema, las decisiones sobre la alimentación y cuidado de su hijo, le parecían trascendentales y la llenaban de ansiedad. Sarah Schoppe-Sullivan confiesa que la hacían sentir insegura sobre si era capaz de ser la madre que necesitaba ser. Y fue precisamente su propia experiencia la que la animó a estudiar las experiencias de otros padres. En un proyecto que llamó “Nuevos Padres” –un estudio longitudinal continuo, donde entrevistó a casi 200 parejas que tuvieron a sus primeros hijos en 2008–2009– trató de medir el “perfeccionismo parental”, que fue el término que acuñó para ilustrar el alto nivel de exigencia ante la crianza de los hijos, y confirmó que las madres –incluso aquellas en familias que ganaban dos sueldos– no solo cargan con la responsabilidad de ser madres, sino que, también, experimentan la presión más fuerte por cumplir un rol “perfecto”.

–Creo que la “maternidad perfecta” se entiende como lograr el éxito en la crianza de los hijos, mediante la inversión de cantidades imposibles de tiempo en esa crianza y la profundidad imposible de la energía emocional, pero al mismo tiempo hacerlo parecer fácil y “sin esfuerzo” –dice Sarah Schoppe-Sullivan.

Para Schoppe-Sullivan, el origen del fenómeno comenzó en las décadas del 70 y 80, cuando más madres ingresaron a la fuerza laboral y se generó una culpa asociada con eso, debido al temor de que los niños estuvieran en desventaja porque estaban menos tiempo con sus madres.

–Si bien, sabemos, por investigación, que el empleo materno no es dañino para los niños, y de varias maneras es beneficioso, no estoy segura de que la culpa haya sido completamente erradicada al día de hoy. Por lo tanto, la sociedad sigue subiendo los estándares de la maternidad, en efecto, para mantener la culpa, en consonancia con las nociones más tradicionales de los roles de género en las familias. Entonces, pienso en el énfasis creciente de “la maternidad perfecta”, como una reacción que obstaculiza el progreso de las mujeres hacia la igualdad.

Coincide Sacks:

–Muchas mujeres hablan de la presión de que deberían poder “hacerlo todo”: tener un cuerpo perfecto, una mente brillante y un espíritu y una personalidad siempre felices. La presión para que las mujeres sean bellas y protectoras no es ciertamente nueva en esta generación. Tal vez como las mujeres con el tiempo han tenido más oportunidades profesionales y se sienten más cómodas con sentimientos de ambición, algunas han canalizado ese impulso hacia su maternidad. La actitud que tienen es: “Amo a mi hijo y quiero destacarme en este trabajo; quiero ser perfecta porque mi hijo merece lo mejor”.

En ese sentido, la maternidad se ha convertido, a ojos de estas investigadoras, en una gran industria, orientada a impulsar el consumo de productos donde, si bien los padres han venido asumiendo más responsabilidades en el tiempo, la presión para ser “perfectas” seguiría es-

“El peligro es el culto a la perfección que impregnan las redes sociales y refuerzan la idea de que si las mujeres no responden a una determinada manera, lo suyo es un fracaso”.

tando limitada a las mujeres.

—Ser una “madre perfecta” se extendería desde tener el embarazo perfecto, perder el peso de la guagua en un abrir y cerrar de ojos, criar al próximo Einstein y tener la familia perfecta. La comediante Ali Wong definió perfectamente la desigualdad de los estándares de crianza: “Se necesita tan poco para ser considerado un gran padre, y también se necesita tan poco para ser considerada una madre de mierda”, al observar que su pareja simplemente tuvo que presentarse para citas de escaneo en el hospital para ser destacado con elogios —dice Rachel Pashley, directora global de Planeamiento de J. Walter Thompson, una reconocida agencia de publicidad y comunicaciones en Reino Unido, y creadora de la consultora “Female Tribes Consulting”, una unidad que busca capturar el valor que generan las mujeres en el mundo.

SUFICIENTEMENTE BUENA MADRE

Para las investigadoras, aunque Internet ha sido una herramienta útil para el aprendizaje, también se ha convertido en un lugar donde abunda información no basada en evidencia.

Según las investigadoras, por un lado ha creado una “imagen barnizada de la maternidad” —plataformas como Pinterest se han destacado por esto, dicen— pero también ha dado espacio para el surgimiento de una fuerte comunidad virtual que permite a las madres conectarse en red, relacionarse entre sí, acceder a foros abiertos, y poder consultar si se quiere, en sitios específicos, a internautas que se presentan como asesores médicos.

—Es un cambio de vida tan profundo que las mujeres están hambrientas de conocimiento, y el vacío se ha llenado con un gran número de proveedores de “consejos”, algunos de ellos buenos, pero algunos con agenda —dice Rachel Pashley, directora global de Planeamiento de J. Walter Thompson.

Instagram, cree Pashley, ha intensificado la atención prestada a la maternidad. El auge de cuentas de celebridades, influencers y figuras que han conseguido popularidad basada en su maternidad ha ayudado en esta visión de perfección maternal.

—Y, una vez más, la comercialización de estas plataformas significa que el asesoramiento pierde imparcialidad y gana una agenda de ventas. El peligro es el culto a la perfección que impregnan las redes sociales y refuerzan la idea de que si las mujeres no responden a una determinada manera, lo suyo es un fracaso —dice Pashley.

—Ver las experiencias “perfectas” de otras madres puede hacer que otras madres sientan que sus propias experiencias no cumplen con estos estándares —agrega Schoppe–Sullivan. El exceso de información no basada en evidencia es potencialmente confuso, especialmente para las nuevas madres. Además, la forma sensacionalista en que se presenta “nueva información sobre la crianza”, puede llevar a las madres vulnerables a pensar que están haciendo algo mal o que deben hacer un cambio inmediato en su comportamiento parental, que

puede o no ser necesario o incluso útil.

La adicción a las redes sociales, agrega Schoppe–Sullivan, ha exacerbado este fenómeno. Las madres pueden ver lo que otras madres están haciendo y juzgarse a sí mismas, al compararse bajo estándares irreales.

En su propia investigación, Schoppe–Sullivan ha concluido, de hecho, que las madres que visitan y actualizan sus cuentas de Facebook con mayor frecuencia presentan mayores niveles de estrés durante la crianza. También, que las madres altamente perfeccionistas suelen pasar más tiempo en las redes sociales, lo que puede hacerles sentir todavía una mayor ansiedad.

¿Pero cómo y por qué el exceso de información se convirtió en una presión para las madres?

La pediatra norteamericana Lori Feldman–Winter, miembro de la División de Medicina del Adolescente de la Cooper Medical School of Rowan University en Camden, Nueva Jersey, y reconocida por su trabajo relacionado con los programas de educación sobre lactancia materna y la política de nutrición, cree que pasa por la ausencia de un sistema de verificación de datos en Internet.

—Algunas cosas que se dicen en Internet con autoridad nunca se dirían con ninguna legitimidad en persona. Ahora, Internet también es una herramienta poderosa para una buena educación sanitaria a partir de fuentes confiables. Este es el rol de organizaciones importantes (en temas de salud). En cierto modo, es bueno para los profesionales de la salud ver la variedad de información publicada en Internet, pero esto no debe confundirse con el “promedio” de las creencias, ya que los “valores atípicos” tienden a publicarse con mayor frecuencia. Crear controversia es una técnica para promover creencias impopulares. La mejor respuesta a veces no es una respuesta. Los médicos tienen un papel cada vez más importante en involucrar a las madres y a las familias utilizando un enfoque sin prejuicios y, al mismo tiempo, proporcionar información precisa basada en la evidencia.

¿Cómo derrocar el culto a la perfección?

Schoppe–Sullivan dice que estableciendo estándares razonables para una buena crianza basada en evidencia científica sobre lo que es apropiado y lo que funciona.

—Entendiendo que todos cometen errores y evitando a los “demás”, incluso a las celebridades, cuando toman decisiones de crianza con las que no estamos de acuerdo —dice.

Alexandra Sacks cree que la solución está en animar a las mujeres a hablar abiertamente sobre sus luchas en el embarazo y la maternidad.

—Si más mujeres hablaran de sus abortos espontáneos, imperfecciones en sus cuerpos y momentos frustrantes en la crianza de los hijos, creo que la expectativa de las madres podría ser más sobre ser “lo suficientemente buenas”, antes que perfectas. La maternidad raramente es blanca o negra, raramente un éxito total o una falla total. La maternidad es una relación humana, por lo que se debería trabajar en tratar de lograr un equilibrio lo suficientemente bueno y no la perfección —dice. ■