

Jak motywacja wpływa na długość karmienia u matek o niskich dochodach.

Racine E, Frick K wsp. [How motivation influences breastfeeding duration among low-income women](#). J Hum Lact. 2009 May;25(2):173-81. doi: 10.1177/0890334408328129. Epub 2009

Jan 28.

Streszczenie i tłum. Lek. Monika Żukowska - Rubik

Autorka analizowała wpływ różnych czynników na motywację do karmienia. Wśród czynników zachęcających matki do podjęcia i kontynuowania karmienia znalazły się korzyści dla zdrowia matki i dziecka, oszczędność czasu i środków finansowych, wsparcie w środowisku matki, przekonanie, że karmienie jest naturalne i dzieci powinno się karmić piersią, oczekiwania najbliższego otoczenia. Jako wady karmienia matki wskazywały trudności z powrotem do pracy i szkoły, koszty zakupu laktatorów, czasochłonność, ograniczenie kontaktów matki z przyjaciółmi, brak informacji, jak karmić z sukcesem, brak wsparcia w otoczeniu, obawa, że mleko może dziecku szkodzić, gdy np. matka pali papierosy. Badaczka wyróżniła trzy typy matek. Matki z motywacją wewnętrzną wybierały karmienie z przeświadczeniem, że przyniesie im to zadowolenie i będzie zgodne z ich przekonaniami. Matki zmotywowane zewnętrznie podejmowały decyzję ze względu na „inną nagrodę”, najczęściej pod wpływem otoczenia (oczekiwania ważnych dla matki osób). Matki z ostatniej grupy były doświadczone w karmieniu piersią i miały przewagę motywacji wewnętrznej, choć rodzinna tradycja karmienia też odgrywała rolę jako czynnik motywacji zewnętrznej.

Najkrócej karmiły matki zmotywowane zewnętrznie – większość z nich zakończyła karmienie po 3 miesiącach. Matki z tej grupy były młodsze niż w dwu pozostałych grupach, częściej też doświadczały różnego rodzaju trudności bytowych, w relacjach z bliskimi, ich partner był obojętny wobec karmienia, nadużywały substancji psychoaktywnych, przeżywały silny stres po urodzeniu dziecka. Te matki zgłaszały też znacznie więcej wad karmienia niż zalet, narzekały przykładowo na częste karmienia, miały dużo więcej problemów z karmieniem, zwłaszcza w okresie inicjacji laktacji.

Matki z motywacją wewnętrzną w 57% karmiły przez 6 miesięcy. Matki te również miały problemy finansowe i zgłaszały wiele wad karmienia, ale przeważnie mieszkały samodzielnie i potrzebowały mniej pomocy ze strony rodziny niż matki z grupy powyższej. Matki te często

trwały w decyzji by karmić, pomimo że rodzina je zniechęcała. Podkreślały znaczenie karmienia dla zdrowia i więzi.

Najdłużej karmiły matki doświadczone. Te matki podawały bardzo dużo zalet karmienia, często pochodziły z rodzin, gdzie od pokoleń karmi się piersią. Zwykle miały też dobre relacje ze wspierającym karmienie partnerem. Badaczka podkreśla, że każda z tych grup matek wymaga innego podejścia przy udzielaniu im pomocy. Matki zmotywowane wewnętrznie potrzebują konkretnej porady, jak karmić z powodzeniem, poprowadzenia ich po „mlecznej drodze”. Porady te skupiają się przykładowo wokół tego jak zadbać o dobrą laktację czy jak odciągać mleko w pracy. Matki z motywacją zewnętrzną potrzebują otwartej rozmowy, w której mogą wyrazić swoje obawy i poszukać, z czego wynika ich ambiwalentny stosunek do karmienia. Mogą obawiać się, że dziecko zbyt mocno się przywiąże i nie będzie chciało przyjąć butelki lub że karmienie utrudni powrót do pracy. Te matki odnoszą dużo korzyści ze wsparcia rówieśniczego typu grupa wsparcia, gdzie mają możliwość nie tylko podtrzymywania kontaktów społecznych, ale też widzą jak inne matki karmiące radzą sobie w konkretnych sytuacjach (np. powrót do pracy). Matki doświadczone potrzebują pomocy nakierowanej na konkretny problem, jeśli się taki pojawi.