

‘ «Γνώρισα τη Δέσποινα στα μισά της εγκυμοσύνης μου, αρχικά ως prenatal yoga instructor. Το πρόγραμμά της ήταν πάντα άρτιο και η Δέσποινα τεκμηρίωνε το ρόλο της κάθε άσκησης, ενώ παράλληλα σε κάθε session μας χάριζε απλόχερα πολύ χρήσιμες πληροφορίες για την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και το θηλασμό.

Πέρα από την ευεξία και τη χαλάρωση –much needed στη συγκεκριμένη φάση– το σημαντικότερο όφελος ήταν ότι η μικρούλα μου κατάφερε να πάρει εξαιρετική θέση και να εμπедωθεί νωρίς, προς έκπληξη ακόμη και του γιατρού!

Ο τοκετός, αν και ο πρώτος μου, εξελίχθηκε γρήγορα (μέσα σε 2 ώρες,) και παρά τους όποιους φόβους μου, ανώδυνα. Κράτησα το μωράκι μου αμέσως αγκαλιά και θηλάσα αρκετά γρήγορα. Όμως η μικρή εμφάνισε πολύ υψηλό ίκτερο και έπρεπε να μείνει στη θερμοκοιτίδα. Και κάπως έτσι μπήκε το θηλάστρο ανάμεσά μας, τις πρώτες κρίσιμες μέρες... Κάτι που πολλοί νομίζουν ότι είναι φυσικό και αβίαστο, γινόταν όλο και πιο δύσκολο έως και ακατόρθωτο!

Χωρίς υπερβολή, η Δέσποινα είναι ο λόγος που κατάφερα να θηλάσω και στην αρχή αηλιάκαι πολύ αργότερα, καθώς με καθυσύχασε και καθοδηγούσε με ψυχραιμία, αυτοπεποίθηση και επιστημονική τεκμηρίωση σε διάφορα στάδια –π.χ. όταν στον τέταρτο μήνα η μικρή δεν έπαιρνε όσο βάρος θέλουν οι καμπύλες, αηλιά και στη σημαντική φάση της εισαγωγής στέρεων τροφών.

Εξαιρετικός σύμβουλος με εμφανή εμπειρία, διεθνή κατάρτιση αηλιά κυρίως ανεπτυγμένη ενσυναίσθηση και τεράστιο χαμόγελο, πραγματικά τυχερές όσες μανούλες την έχουν δίπλα τους στην πιο σημαντική περίοδο για αυτές και το μωράκι τους!»!

Βασιλική Μπάκα