

JUANA REPETTO

# NO ESTÁS FALLADA

Un manual sin filtros  
para abordar la *maternidark*

JUANA REPETTO

NO ESTÁS

FALLADA

Un manual sin filtros  
para abordar la *maternidark*

# INTRODUCCIÓN *Pág.9*

## *Capítulo 1*

### MI FAMILIA MONOPARENTAL:

LA BÚSQUEDA DE MI  
PRIMER EMBARAZO

*Pág.15*

## *Capítulo 2*

### EL PARTO DE TORO

*Pág.29*

## *Capítulo 3*

### EL PUERPERIO

*Pág.47*

## *Capítulo 4*

### MI FAMILIA ENSAMBLADA

*Pág.67*

## *Capítulo 5*

### EL PARTO DE BELI

*Pág.81*

## *Capítulo 6*

### LA LACTANCIA

*Pág.99*

Capítulo 7

## EL SUEÑO

*Pág.115*

Capítulo 8

## LA ALIMENTACIÓN FAMILIAR

*Pág.137*

Capítulo 9

## LOS TERRIBLES DOS Y CRIANZA

(MOVIMIENTO LIBRE, PREMIOS  
Y CASTIGOS, PAÑALES,  
PANTALLAS)

*Pág.157*

Capítulo 10

## EL DESTETE

*Pág.175*

Capítulo 11

## EL COMIENZO DE LA VIDA ESCOLAR

*Pág.193*

## DESPEDIDA

*Pág.211*

## AGRADECIMIENTOS

*Pág.213*

# INTRODUCCIÓN

Mi nombre es Juana, fui una niña criada entre camarines, bambalinas y estudios de televisión. Soy nieta de Ámbar La Fox, quien fue una reconocidísima vedete y cantante argentina, de la época en la que los artistas eran pocos y multifacéticos. Hizo teatro de revista, giras internacionales en las que patinaba sobre hielo, comedias musicales como *Chicago*, por ejemplo, y así podría seguir... Soy hija de una actriz y bailarina, también multifacética, que tuvo lo que yo considero su época de oro con el rubro infantil, y de un padre periodista y productor, que es considerado uno de los conductores más importantes del país.

Tranqui mi infancia, ¿no?

Con sus partes más complejas y todo lo disfruté muchísimo: para mí no había mejor plan que acompañar a mi papá a sus programas de televisión y correr por los pasillos del canal, o ir con mi mamá al teatro y bailar todas las coreografías en bambalinas e incluso subirme con ella al escenario. Le suplicaba que me dejara participar de sus shows y sus videoclips; cuando lo hacía era la niña más feliz del universo. Todavía recuerdo como si fuese hoy, esos estadios llenos de miles de niños aclamando a mi madre, gritando su nombre, cantando sus canciones y luego esperándola en la salida; yo la

acompañaba en sus brazos mientras miles de niños intentaban tocarle la mano, pedirle un autógrafo y algún que otro privilegiado que en ese momento tenía cámara, pedirle una foto. También recuerdo el no poder ir a pasear a un *shopping* con mi padre, porque no podíamos caminar dos metros sin que lo frenaran para saludarlo o pedirle un autógrafo. En ese momento no era opción ir a lugares públicos con ellos porque no se podía caminar.

Todo lo que respecta a mis mapadres durante mi infancia fue bastante puertas adentro, salvo cuando viajábamos. Debo decir que siempre buscaron la manera de hacerme disfrutar: visitas al campo, Uruguay, la nieve con papá, *all inclusive* con mamá.

Evidentemente esa vida me gustaba porque desde que recuerdo les pedía que me dejaran ir a audicionar para trabajar en alguno de los programas infantiles que veía por TV, era mi sueño máximo, pero ellos me insistían en que primero tenía que estudiar y yo allí iba. Tomaba clases de baile, de comedia musical, de teatro y todo lo que se les ocurra, pero mientras tanto seguía insistiendo con que quería trabajar, tanto es así que acordamos que a los quince podría probar suerte.

Como se imaginarán, todo esto que les conté me ha dado visibilidad innata, por así decirlo. La gente de cierta generación me conoce desde que nací, o desde antes incluso. Para cuando finalmente llegó el momento tan esperado, había una puerta enorme que ya estaba abierta. Pero ojo, que te ayude a entrar no quiere decir que sea fácil sostenerlo ni hacerte un lugar. Cuesta mucho más que se valore el laburo, siempre está el que prácticamente sin analizar lo que estás haciendo, juzga, y quienes están buscando el error con la lupa porque “llegaste por ser hija de”. Como si por ser hija de gente del medio no pudieras tener talento. No me fue fácil lidiar con eso, muchas veces hasta me lo creí a pesar del estudio, de haber conseguido trabajos audicionando, de haber tenido muchos NO y otros SÍ. Uno solo sabe cómo llegó hasta donde llegó y todo lo que le costó.

# UNO SOLO SABE CÓMO LLEGÓ HASTA DONDE LLEGÓ Y TODO LO QUE LE COSTÓ.

De todos modos, el camino fue hermoso y positivo. Llegué a actuar en obras de teatro superprestigiosas, con actrices que han trabajado con mi abuela; podrán imaginar el honor que fue para mí. También con directores superprestigiosos y tantas cosas de las que estoy orgullosa y agradecida porque me trajeron hasta aquí.

Esto me dio un reconocimiento propio, que alcanzó mi mayor exposición con la aparición de las redes sociales.

Esta herramienta es la que me permite

mostrar mi realidad y no solo el lado que quizá vemos o veíamos en su momento en revistas o en una entrevista en TV. También debo admitir que fue lo que mayor aceptación me brindó: la Juana real, en su casa con los cables a la vista, sin maquillar, despeinada, con los juguetes desparramados y también tantas otras cosas más profundas que de a poco me fui atreviendo a compartir. Esto generó mucha empatía con otras mujeres, a las que nadie les había hablado de la maternidad cruda, cruel. Nadie mostraba en las revistas a mamás poco felices, llorando, colapsadas, manifestando no estar en el momento más feliz de sus vidas a pesar de tener en brazos a su tesoro máspreciado. Y yo después de un durísimo puerperio, en el que no me sentí tan feliz, más bien sentía mucha angustia y miedo, me di cuenta de cuánto más liviano y menos duro hubiese sido si yo hubiese escuchado a alguien que me dijera: “Juana, es normal sentirse así. No sos la peor mujer del mundo por llorar de angustia a pesar de tener a tu bebé que tanto deseaste en brazos y supersaludable. Por tener miles de miedos, algunos incluso irracionales”.

*Juana Repetto*

Había soñado toda mi vida con tener a ese bebé en brazos, había soñado por meses el parto que logré tener, estábamos los dos sanos, mi familia me acompañaba, todo venía como el sueño lo indicaba, pero yo... no me sentía bien emocionalmente y eso me daba muchísima culpa. Y no tengo dudas de cuánto mejor lo hubiese pasado si alguien me hubiera dicho: “No estás sola”.

En principio se me abrió el camino haciendo gimnasia para embarazadas, donde conocí a muchas mujeres que tenían un montón de información, quizá no precisamente del tipo de crianza que yo luego elegí, pero sí de mucha conciencia acerca de los embarazos y nacimientos respetados. De a poco, una cosa fue llevando a la otra: de la gimnasia a un curso de preparto, a la tribu de mujeres, a la consulta con la puericultora, al curso de crianza y de movimiento libre, a la alimentación. Así conocí saberes que son muy antiguos, aunque mucha gente crea que son una moda actual y pasajera. Saberes que fundamentan un tipo de crianza donde se prioriza SIEMPRE el bienestar del bebé, niña o niño, por sobre TODO. Donde el famoso “el nene se tiene que adaptar a tu vida” se te derrumbó en medio segundo.

Mi propósito con este libro es compartir la información que fui recolectando en cada etapa de mi historia con la maternidad, para que cada una pueda elegir y decidir cómo quiere vivir sus embarazos y maternidades viendo TODAS las posibilidades que tenemos. Desde el

**NO TENGO  
DUDAS DE  
CUÁNTO  
MEJOR LO  
HUBIESE  
PASADO SI  
ALGUIEN ME  
HUBIERA  
DICHO: “NO  
ESTÁS  
SOLA”.**

tipo de familia que deseamos formar (típica, monoparental, ensamblada, etc.), hasta qué tipo de nacimiento queremos para nuestros hijos y qué forma de criar. Les voy a ir compartiendo un poquitito de mi historia y vamos a charlar con los profesionales que me fueron guiando en cada una de las etapas para que puedan tener un pequeño manual de maternidad ahí al alcance de la mano cada vez que lo necesiten.

*Tuana Repetto*

