

# Ser pediatra me enseñó mucho sobre la niñez, pero ser mamá lo cambió todo



HOJA INFORMATIVA | MAYO 2026 NO. 107



@profamiliard  
www.profamilia.org.do

La maternidad transforma ese saber en empatía práctica, intuición y una comprensión visceral del miedo y el amor de los padres. Es la unión de la ciencia con la vivencia emocional.

Para Letticia de Jesús, médico de la Clínica Profamilia San Francisco de Macoris, afirma que ser pediatra no es solo saber de medicina, es entender el miedo de una mamá primeriza, calmar el llanto de un bebé, y acompañar las emociones, pero debajo de la bata también hay una mamá que corre, que juega y que, sobre todo, quiere estar ahí, presente.

“Mi mayor reto es ser una profesional responsable con mis pacientes y, al mismo tiempo, la mamá presente que mis hijos merecen, pero mi prioridad número uno tiene nombre propio y me dice mamá, por eso hoy entiendo cada preocupación, cada noche sin dormir, cada ¿lo estoy haciendo bien? Y desde ahí acompaño como doctora y como madre”.

## Desde mi experiencia como mamá y cómo pediatra les digo que:

No necesitas ser la madre perfecta, solo necesitas estar presente. Tus hijos no necesitan que seas experta en todo, crianza, alimentación o cuidado eso ayuda, sí...pero lo que más necesitan es tu amor, tu comprensión y tu cuidado, incluso en los días en que no te sientes en tu mejor versión.

Afirma, que para poder dar eso, también necesitas darte amor a ti misma, no te juzgues, no te exijas lo imposible, no intentes encajar en estándares que no son reales. Y cuando dudes si lo estás haciendo bien. mira a tus hijos, mira tu esfuerzo y recuérdate que estás haciendo lo mejor que puedes.



Como pediatra, mis recomendaciones clave para las madres:

### 1. La perfección no existe

Ser buena mamá no es hacerlo todo bien, es estar presente y disponible emocionalmente.

### 2. El vínculo es más importante que la técnica

Lo que más impacta es el apego seguro: amor, contacto y respuesta sensible.

### 3. Cada niño es único

No compares. Lo que funciona para un bebé, puede no funcionar para otro.

### 4. Dudar es parte del proceso

Preguntarte “¿lo estoy haciendo bien?” es señal de que te importa.

### 5. El amor cotidiano es suficiente

No son los momentos perfectos, son los repetidos: abrazos, palabras, presencia.

### 6. Tu intuición también cuenta

La evidencia guía, pero tu conexión con tu hijo también tiene valor.

### 7. El cansancio es real

El cansancio es real, ya que la maternidad agota tanto física como emocionalmente; por ello, reconocer que necesitas descanso no te hace débil. Tu bienestar importa, pues una mamá que se cuida puede cuidar mejor a los suyos; esto no es un acto de egoísmo, sino de salud. Finalmente, recuerda que pedir ayuda está bien, no tienes que hacerlo sola y apoyarte en otros es, en realidad, parte fundamental de cuidar.



Por eso hoy, cuando una mamá entra a mi consulta no solo la veo como pediatra, ¡la veo como mamá! Y siempre recuerdo algo que también tuve que aprender: “No necesitas ser una mamá perfecta. Solo una mamá que ama aprende y lo intenta cada día.”