

# Η ενδυνάμωση ως πυλώνας στη μαιευτική επιστήμη και τη γυναικεία υγεία

Αικατερίνη Λυκερίδου<sup>1</sup>

**1** Τμήμα Μαιευτικής, Σχολή Επιστημών Υγείας και Πρόνοιας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Αιγάλεω, Ελλάδα

## ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Αικατερίνη Λυκερίδου, Τμήμα Μαιευτικής, Σχολή Επιστημών Υγείας και Πρόνοιας, Πανεπιστήμιο Δυτικής, Αγ. Σπυρίδωνος 28, 12243, Αιγάλεω, Ελλάδα. E-mail: klyker@uniwa.gr

## ΛΕΞΕΙΣ ΕΥΡΕΤΗΡΙΟΥ – KEYWORDS

Ελλάδα, τοκετός, καισαρική, κέντρα τοκετού, μαιοκεντρικό μοντέλο φροντίδας  
Greece, labour, caesarean section, labour centers, midwifery model of care

**Υποβλήθηκε:** 21 Μαρτίου 2025, **Εγκρίθηκε:** 28 Μαρτίου 2025

Η έννοια της ενδυνάμωσης, βαθιά ριζωμένη σε κοινωνικά και ανθρωπιστικά κινήματα, αποκτά ξεχωριστή σημασία στη Μαιευτική. Ορίζεται ως η διαδικασία μέσω της οποίας το άτομο αποκτά έλεγχο επί της ζωής του, αναγνωρίζει τις δυνατότητές του και κινητοποιείται για την ικανοποίηση των αναγκών του.

Η ενδυνάμωση δεν είναι απλώς μια θεωρητική έννοια· είναι η πράξη του να δίνεις στη γυναίκα τη δύναμη να πιστέψει στον εαυτό της, να συμμετέχει ενεργά και να καθορίζει τις επιλογές της. Στη Μαιευτική, η έννοια αυτή αποκτά ιδιαίτερο βάρος, καθώς η γυναίκα καλείται να διανύσει μία από τις πιο σημαντικές περιόδους της ζωής της. Στο πεδίο της γυναικείας υγείας και ιδιαίτερα στην περιγεννητική φροντίδα, η ενδυνάμωση συνδέεται άμεσα με τη βελτίωση των δεικτών υγείας, την προώθηση της ισότητας και την ανάπτυξη του ατομικού δυναμικού των γυναικών.

Η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης, του δικαιώματος επιλογής και της πρόσβασης σε πόρους είναι απαραίτητα στοιχεία για μια δίκαιη και αποτελεσματική παροχή φροντίδας.

Έρευνες δείχνουν ότι όταν οι γυναίκες αισθάνονται δυνατές και έχουν λόγο στις αποφάσεις για την υγεία τους, βελτιώνεται η δική τους ζωή αλλά και των παιδιών τους. Η ενδυνάμωση μειώνει την προωρότητα, ενισχύει τον οικογενειακό προγραμματισμό και δημιουργεί υγιέστερες κοινωνίες. Οι Μαιές παίζουν πρωταγωνιστικό ρόλο σε αυτή τη διαδικασία, ενδυναμώνοντας πρώτα τις ίδιες τους τις δεξιότητες και τη γνώση, μπορούν να σταθούν αρωγοί στη γυναικεία ενδυνάμωση, προάγοντας μια σχέση ισότητας, εμπιστοσύνης και σεβασμού. Με ενσυναίσθηση γίνονται συνοδοιπόροι των γυναικών, εξασφαλίζοντας ότι κάθε γυναίκα θα έχει τη στήριξη που χρειάζεται για να γεννήσει με ασφάλεια και αξιοπρέπεια.

Η εκπαίδευση των μαιών είναι ο πρώτος κρίκος της αλυσίδας αυτής. Μαιές που νιώθουν οι ίδιες ενδυναμωμένες, μεταφέρουν τη δύναμη αυτή στις γυναίκες που φροντίζουν, χτίζοντας σχέσεις εμπιστοσύνης και αλληλοσεβασμού. Η εκπαίδευση στη Μαιευτική οφείλει να στοχεύει όχι μόνο στην παροχή τεχνικών δεξιοτήτων, αλλά κυρίως στην καλλιέργεια κοινωνικής συνείδησης και στην ανάδειξη της «καλής μαιάς» και όχι μόνο της «ικανής», που αποτελεί υποχρέωση όλων των μαιών, που λειτουργεί ως πρότυπο ολιστικής φροντίδας και αναδεικνύει τη γυναίκα στο κέντρο της φροντίδας αυτής.

## CONFLICTS OF INTEREST

The author has completed and submitted the ICMJE Form for Disclosure of Potential Conflicts of Interest and none was reported.