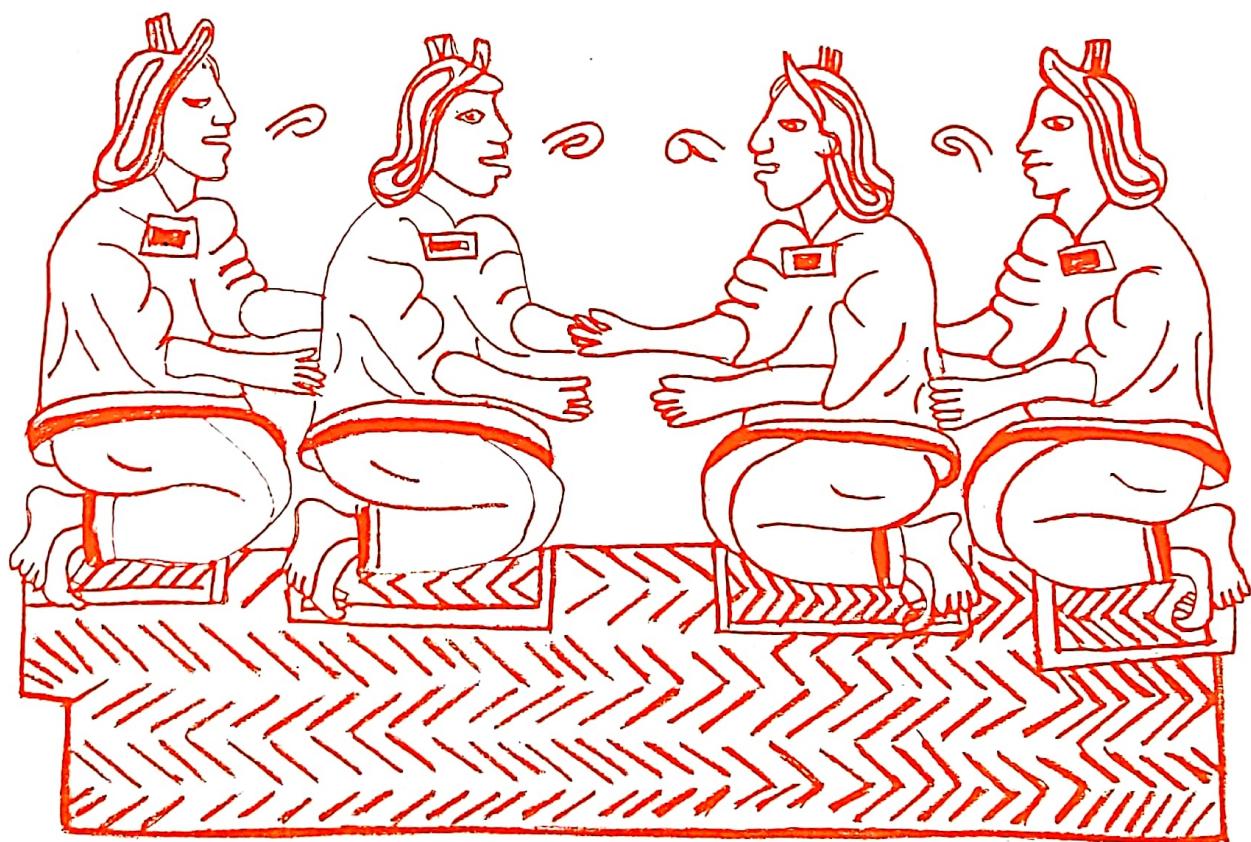


Conversando entre parteras

Boletín trimestral sobre partería y salud de la mujer
No. 8, marzo de 1993



Códice Mendoza (modificado)

Queridos lectores de Conversando entre parteras:

¡Nos regocijamos de llevar ya DOS AÑOS conversando con ustedes, por medio de este boletín! Agradecemos su interés y colaboración, pues gracias a ellos hemos logrado mantener esta comunicación. Sólo que, para mejorarla, necesitamos ESCUCHARLOS. Por ejemplo: es muy probable que algunos de los temas tratados aquí hasta el momento confusos o incompletos necesiten volver a tocarse; idíganos cuáles! iháblenos de sus dudas! ¿Sobre cuáles otros temas les gustaría hablar? ¡Sus voces son las que nutren y dan fuerza a esta publicación!

Cuando Cécile y yo decidimos, en este número, tratar el tema “alternativas al parto”, dudamos mucho si tendría sentido, a sabiendas de que no siempre se tiene la posibilidad de escoger; con frecuencia, trabas económicas, sociales, emocionales, técnicas y otras, dificultan la planeación de una nacimiento “como lo hemos soñado”. Sin embargo, tenemos la impresión de que cada vez un mayor número de embarazadas, gracias al trabajo de varios grupos de salud, va teniendo algunas alternativas, entre las cuales elegir.

Aparte de que esas alternativas existan o no, es necesario que la mujer y su pareja estén dispuestos a buscar y a trabajar por alcanzar la mejor opción; una con la que se sientan muy satisfechos. No es un trabajo fácil pues exige estar dispuestos a apropiarse del sendero por recorrer, no siempre libre de tropezones. Elegir este compromiso implica cuidar muchas cosas: el embarazo, la intimidad del lugar donde se ha de parir, la participación más de cerca en todos y cada uno de los momentos en torno al nacimiento. También implica aceptar, como cuando uno se prepara para una aventura, que para llegar a la meta podemos encontrar desviaciones, mismas que estamos dispuestos a enfrentar.

En un espacio tan pequeño como lo es éste no sería posible informarles de las ventajas y desventajas de las distintas alternativas al parto que conocemos. Lo que sí podemos hacer es poner al alcance de Uds. quienes aún se encuentran en el umbral de ese proceso los testimonios de algunas parejas “recién experimentadas”, quienes amablemente han accedido a compartir algo de lo que ellos tuvieron qué pasar para llegar a una decisión que no sólo les pertenecía, sino que marcará en forma positiva la vida de sus hijos.

Estoy segura de que Ana Clara y Ari (nacidos en casa), Pablo y Adrián (gemelos nacidos por parto vaginal), Víctor (nacido por cesárea, que sí fue necesaria, y sin ser separado de sus padres), Esher y Balam (nacidos en un sanatorio sin restricciones de espacio, postura, tiempo o medicamentos) se sienten muy agradecidos con sus padres por ese esfuerzo.

*¡Felicidades a todos!,
Laura Cao*

Cantándole... al bebé...

Te agradezco

(canción)

Te agradezco te presentes a nacer
para darnos el placer de conoceerte
compartiendo sentimientos desde hoy
y poder dentro de mi protegerte.

(Coro)

Te agradezco mucho más que
no podría decírtelo
porque las palabras se me van.

Eres quien ha venido a llenar ese vacío,
quien ha venido a dar abrigo
ayudando a crecer nuestro cariño.

El momento se acerca y estoy esperando estrecharte dulcemente.

Mezcla de emociones y temor
se apoderan de mi ser por tenerte.

Te agradezco mucho más...

Paulina Durán Alanís



Aprendiendo... y mejorando juntas...

Cuando Laura me pidió que escribiera sobre nuestras experiencias en la atención de parto en agua, me puse a pensar qué sería lo más interesante de platicar. Decidí escribir acerca de cómo empezamos atendiendo partos en una pequeña tina de plástico con agua caliente y cuáles han sido los comentarios de las embarazadas.

Hace dos años empezamos a incorporar a nuestra atención de parto una alternativa más para que las mujeres decidieran cómo querían atenderse. Veníamos de una experiencia de 15 años de psicoprofiláxis en la que las embarazadas han marcado las pautas a seguir en su atención. Carmen como instructora y yo como obstetra estamos, únicamente, atentas a evitar que se presenten complicaciones; las experiencias han sido satisfactorias en casi un 100%.

Después de leer sobre el parto en agua y preguntar a algunas parteras que ya lo venían practicando, decidimos que no deberíamos dejar de incorporarlo a nuestra práctica. Lo platicamos con las señoras del curso de Parto sin Temor; accedieron, entre emocionadas algunas, temerosas otras, pero todas queriendo intentar.

El agua ejerce efectos benéficos en todas las embarazadas. Para la mayoría, el dolor provocado por las contracciones disminuye considerablemente y les permite manejar, en forma más efectiva, la etapa de transición y el expulsivo. El agua les ayuda en la elasticidad del perineo lo que nos ha permitido disminuir la episiotomía; si se llegan a presentar desgarros, son pequeños y fácilmente suturables.

No todas las mujeres han tenido a su bebé en el agua, para algunas la tina es incómoda; o bien, el expulsivo se ha prolongado ya sea por espaciamiento de las contracciones o porque el bebé trae el cordón enredado, y entonces tienen que salirse. Aquellas que sí han experi-

mentado el hecho de que el bebé salga de un medio líquido, y se mantenga en el agua de la tina por un buen tiempo, corroboran los efectos positivos para el bebé.

No hemos tenido problemas de infecciones, ni en la madre, ni en el recién nacido. Ni hablar de problemas de broncoaspiración, para lo cual es muy importante que al nacer el bebé, no se deje salir la cabeza del agua hasta que no haya salido todo el cuerpo.

El alumbramiento de la placenta decidimos hacerlo fuera del agua porque notamos que por lo caliente de ésta, el sangrado aumentaba antes de la expulsión de la placenta, y esto no es bueno para la parturienta. Para ello se sienta en un banquito, fuera de la tina, y así no está en contacto con el agua. La mayoría de las expulsiones placentarias han sido en forma espontánea, antes de los 30 minutos de nacido el bebé.

Entre los comentarios de las mujeres, o de sus parejas, están los siguientes:

¡Cómo! ¿en esta tinita?

¡Qué rico! ¡Es tan agradable!

¡Echenme agua en el vientre que así me duele menos!

¡Qué placentero es!

No quisiera salirme del agua

Esto lo tienen qué saber las otras señoras del curso

¡Qué lastima que no pudo nacer en el agua, era tan agradable estar ahí!

En fin, nuestra experiencia ha sido realmente satisfactoria. Lo seguiremos proponiendo como una alternativa más y no como una moda (como alguien nos comentó); finalmente, las embarazadas son quienes tienen la última palabra!



Dra. Mercedes Ballesté

Reflexionando... y expresando...

Hace apenas un mes nació nuestra primera hija. Durante estos diez últimos meses, he constatado modificaciones sustanciales en mí, que supongo, que de un modo o de otro, nuestra generación experimenta.

La imagen que tenía de "padre" en el momento del parto, era la del hombre impotente en un pasillo de hospital, fumando cigarros uno tras otro, hasta que aparecía la enfermera con un bebé. Su ausencia durante el embarazo me parecía normal y lo remitía a quien pasaba la mayor parte de su tiempo ganando el sustento de la familia y satisfaciendo los antojos de su mujer. Ahora no lo puedo ver así.

No es fácil imaginar los cambios que se producen en nosotros los hombres porque el embarazo no es visible como en las mujeres. Si bien es cierto que fisiológica y biológicamente la mujer es quien se encarga de este proceso, también hay un periodo de introspección, de autoconocimiento y de readaptación que los hombres vivimos de manera peculiar.

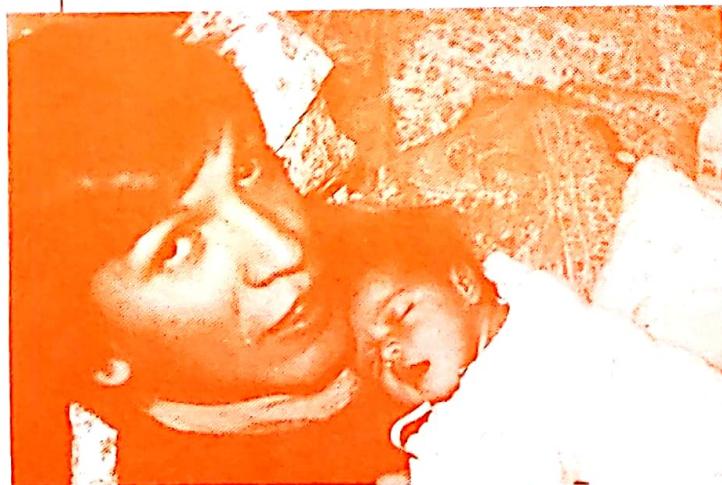
He podido constatar que cuando se le pregunta a un hombre, durante el periodo de embarazo "Cómo se siente", de inmediato surgen reacciones, ya sea de anulación de lo que siente, o bien de necesidad de expresión.

Es raro que alguien llame a la casa para preguntar por él durante ese periodo y creo que es natural, porque aparentemente el hombre necesita menos atención. Nos hemos habituado a creer en el "sexo fuerte", sostén y seguridad de la familia. Encuentro interesante esta forma de ver el rol. Me llama la atención la facilidad con que se reprimen los sentimientos, o se anulan, como si no fueran importantes. Tratamos de ser los superhombres invictos como lo aparentaban las generaciones anteriores.

Sin embargo, considero que esta situación se está transformando. El varón sufre un proceso que no puede dejarse a un lado y que es necesario considerar. Para algunos más difícil, que para otros. Ahí está una oportunidad de crecimiento y de integración para la familia. Además de esa necesidad primaria de ambos sexos el hombre de proteger y traer el sustento a la casa y la mujer de hacer el nido existe ese nexo de introspección que puede traer incluso conflictos entre las parejas.

Esta maravilla de ser padre de una niña como Ana Clara no puede más que ser agradecida y bienvenida como en este caso me corresponde siendo su papá. Creo que las parejas actuales vamos tratando de encontrar caminos más placenteros. Sabernos escuchar será una posibilidad de encuentro. El embarazo, el parto y los momentos posteriores pertenecen a ambos sexos. Tenemos esa oportunidad.

Luis Enrique
Castañón, Pátzcuaro, Michoacán.



Naciendo... a la partería...

Me hice partera con la segunda hija porque francamente no tuve ninguna persona que me atendiera, sino que yo solita me acomodé y solita nació la niña; no estaba ni mi mamá, ni nadie.

Ese día, subí a dejarles de comer y ya cuando bajé era para llegar a mi casa y acostarme luego, porque ya no podía aguantarme más de los dolores. Tenía ropa limpia y le dije a mi esposo que me compusiera la cama, me arrimara ropa y tijeras. Yo nunca había hecho lo de un parto. Ese día me arriesgué yo sola, pero se me hizo fácil. Yo nunca fui para que me espantara de los partos; al contrario, tomaba mucho valor. A él le dije que cada dolor que me diera me apretara el trapo para que no se me fuera a subir la placenta que yo no sabía ni qué era.

Al segundo dolor recio, ¡afuera niña! Ahora tiene 38 años, mi hija. Le dije a mi esposo: "tápala con una cobijita y ahora que nazca la placenta me volteo o a ver cómo le hago". Me amarré el trapo y, en el dolor, rápido bajó la placenta. Ya de ahí me enderezé tanto, le hice dos amarres al ombligo y lo corté en medio.

Yá desde entonces para acá, no me daba miedo atender partos y empecé como decían, de 'partera rinconera' porque no estaban registradas pero después le dije a Lorenza, una trabajadora social del Hospital Civil, que quería seguir estudiando. Ya mis hijos estaban casados y sí pude seguir. Pero nunca dejé de atender los partos y gracias a Dios nunca le quedé mal a ninguna criatura, ni a ninguna embarazada".

Doña Justina Villagrán,
Santa María, Morelos.





Mejorando... el parto hospitalario...



Tener un parto libre de presiones y reglas establecidas, tiene que ver con elegir un lugar y personas en quienes se pueda confiar; en donde sea respetada la decisión de la mujer que está en trabajo de parto, su intimidad y el tiempo necesario para el nacimiento de su hijo.

A manera de testimonio, quisiera compartir la experiencia de tener un parto completo, intenso y, sobre todo, satisfactorio.

Las cosas se fueron dando de una manera tan natural que no creía que mi hija nacería ya. Uno de mis temores era el no saber como se presentarían las primeras contracciones y así fue. Yo sólo sentía un pequeño malestar bajo el abdomen, pero constante, así que llamé a Laura, mi partera.

Cuando nos encontramos en la clínica que habíamos escogido para que naciera nuestro bebé, resulta ya me encontraba en la primera fase del parto, con 6 centímetros de dilatación. ¡No lo podía creer! pues yo tenía otra idea de lo que serían los "dolores". Me puse feliz. Después de una larga espera, mi bebé iba a presentarse ante nosotros ese día.

Estuve caminando en el pequeño patio de la clínica, como danzando lo había estado haciendo en casa por la mañana. Las contracciones no aumentaban, me sentía muy a gusto ahí, era un hermoso día, muy soleado. Estaba disfrutando con mi bebé, comunicándonos

el deseo de conocernos y de mirarnos los rostros por primera vez. Fue entonces cuando se intensificaron las contracciones.

Subimos al cuarto designado y enseguida mi partera pronunció la palabra mágica "regadera", lugar en el que pasé la mayor parte del tiempo; donde se presentó esa fase de "transición" en la que dudas de todo y de todos. Sin embargo, al sentir caer por mi espalda el agua tibia y con suficiente presión, me fui relajando y concentrando en mi bebé y en cómo mi cuerpo se coordinaba de tal manera que ese sonido o grito que salía de mí era algo que nos invadía y me transportaba como a otro nivel de vida, fascinante.

Una pieza muy importante en todo ese trabajo fue Eleazar. Su voz, "aquí estoy", "aquí estoy" me impulsaba a seguir sin temor, o mejor dicho, a vencer mis temores acumulados y los que se iban presentando.

Las contracciones, cada vez más fuertes y contínuas, nos avisaban que mi bebé estaba por nacer. Nos dirigimos a la habitación nuevamente, y sólo recuerdo que tenía intensas ganas de pujar.

No sabía qué tan fuerte debía hacerlo, pero al ver, en un espejo, el pelito del bebé quise empujar tan fuerte, que hasta el aire me faltó. Sentí que mi bebé me decía: "con calma, no apreesures" y recordé las palabras de mi partera: "dale su tiempo, tu bebé va a nacer en silencio y despacio". Tomé aire, fue como un descanso y salió su hermosa cabecita. Con otro movimiento salió su cuerpecito y, al tenerlo entre mis brazos, sentía como tocar un poco ese algo divino que no se puede alcanzar y siempre lo estás buscando; como una gran bendición de Dios que nos regalaba la vida de Esthercita, nuestra hija.

El lugar adecuado, una pequeña clínica o sanatorio, llamado "Vistalegre" donde todo el personal, sólo el necesario e indispensable, apoya este tipo de trabajo de parto. Que no interrumpe, que no impone reglas, sino que te da la libertad



Integral ecología y salud natural. Monográfico No. 4. Embarazo y nacimiento gozosos

necesaria de movimiento, la confianza de hacer todo lo que se te ocurra, sientas o te venga a la cabeza; en el momento en que tú quieras, sin miedo a que te escuchan o te dirijan miradas desaprobatorias o acusadoras. Es un ambiente propicio para parir; de familiaridad y de apoyo. Lo puedes percibir desde que llegas, sobre todo al tratarse de un acto tan importante como es el tener un hijo y vivir intensamente esa experiencia y disfrutarla.

La atención de mi partera, quien durante mi embarazo, parto y posparto actuó como compañera, amiga y consejera, propició el desarrollo de esa comunicación que no necesita de palabras; ese lenguaje a través de miradas y actitudes, lágrimas y sonrisas, que me dieron mucho, pero mucho más que las palabras... Muchas gracias.

Paulina Durán, México, D.F.

Recordando... nuestras tradiciones...

Los niños no tienen hora para nacer, pero las parteras saben que vienen al mundo "cuando hace efecto la luna: cuando hace llena la luna, cuando hace cuarto creciente y menguante, conjunción de luna, cuando está acabando; harto niño. Y no nomás la gente; vaquitas, marranitas, chivitas, hasta la colmena no se aparta al criadero cualquier día, cuando hace efecto la luna ¡cuánta cría sale del cajón! ya se apartan".

Antonella Fagetti, "Cuando hace efecto la luna. El embarazo y el parto en una comunidad campesina", p.10

Apoyando... a la lactancia...

PEZONES ADOLORIDOS, LASTIMADOS O AGRIETADOS.

¿Qué debe hacerse para evitar las grietas en los pezones, uno de los problemas más frecuentes?

En efecto, los pezones tienen muchas terminaciones nerviosas y por lo tanto son muy sensibles. Cuando no se amamanta al bebé en una posición correcta, es decir, cuando la areola (parte café del pecho) y el pezón no penetran lo más adentro posible en la boca del bebé, éste tiende a mordisquearlo porque no puede sacar bien la leche. Esto facilita la aparición de pequeñas heridas (grietas) que incluso pueden llegar a sangrar.

¿Cómo ayudarse, desde el embarazo, a que esto no suceda?

- No usar jabón para lavar el pecho, ya que reseca y quita el aceite natural
- Cortar la punta de un brasier viejo para que el pezón salga y el roce de la ropa lo haga más resistente.

Si las grietas aparecen, a pesar de los cuidados durante el embarazo, ¿qué se debe hacer?

i) Amamantar con mayor frecuencia, pero hacer las tetadas más cortas; por ejemplo, si se amamantaba cada 3 horas 10 minutos de cada pecho hacerlo ahora cada 2 horas de 5 a 7 minutos de cada pecho. Se trata de evitar que los pechos se llenen y las grietas se agranden.

ii) Dejar los pechos ventilados (sin brasier, con blusa floja) para permitir la circulación del aire. Si es posible, exponerlos al sol unos minutos diariamente. El aire y el sol son excelentes medios para la cicatrización de heridas.

iii) Empezar a dar pecho por el lado menos lastimado, y cuando baje la leche del otro, cambiar a ese lado. La fuerza de succión de un

niño menos hambriento provocará menos molestias a la madre.

iv) Antes de dar de mamar, poner hielo envuelto en un paño de algodón y pasarlo varias veces sobre el pezón antes de iniciar la tetada; con esto se disminuye la sensibilidad en el área afectada, y la amamantada resulta más cómoda.

iv) Cambiar de posiciones al amamantar, para que los puntos de presión de la boca del bebé sobre la areola varíen no siempre sean los mismos. Se puede amamantar sentada, acostada, y cambiando al bebé de posición, por ejemplo, en posición de fútbol con los pies del bebé hacia atrás, por debajo del brazo de la mamá.

vi) Lo más importante es NO dar NINGUN biberón, ya que la succión de éste y el pecho es totalmente diferente y eso hace que haya confusión pezón-chupón y el bebé no identifique la manera correcta de succionar el pecho.

Si tienes alguna duda, pregunta o sugerencia para el tema de lactancia, por favor escríbenos o llama a Lourdes Bravo al (73) 15 1362 en Cuernavaca, Morelos.



Recuperando... la confianza...

Plantemos dátiles a sabiendas de que nunca comeremos de sus frutos

Todas las parteras hemos tenido la oportunidad de presenciar nacimientos que se desarrollan de forma total y completamente natural. De esos partos en los que no metemos ni las manos. Nacimientos en los que la mujer se encuentra en perfecta armonía con las fuerzas de la naturaleza; tiempo en el que ella sabe qué hacer y cómo hacerlo, desde respirar, relajarse, moverse y empujar, hasta recibir a su hijo en brazos y brindarle todo lo que necesita en esos primeros momentos de vida fuera de la matriz.

Estos nacimientos son para la partera un gran regalo, no porque sean fáciles y sin complicaciones, sino porque nos ofrecen la oportunidad de "recordar que hemos olvidado que recordamos"; ellos nos confirman la sabiduría de la naturaleza.

En estos tiempos, las parteras tenemos una labor muy importante desde el punto de vista de la educación a la comunidad, debido a que, inmersos en una sociedad que ha perdido contacto con la espiritualidad y el humanismo, tendemos a desconfiar de la naturaleza y de los propios recursos y fuerzas de la mujer para parir.

Hemos llegado a creer que la salud es algo que se puede comprar y vender. No queremos sentirnos respon-

sables y la depositamos en el médico o la partera como si ellos fueran los encargados de proporcionar o quitárnosla.

Por medio de la educación, la mujer puede irse dando cuenta de que su salud es algo que le pertenece. Es labor de la partera devolver a la mujer ese control y la auto responsabilidad para cuidar la propia y la de su hijo. Nuestro deber no es enseñarla a parir, sino ayudarla a redescubrir lo que por naturaleza le corresponde y cuidar que su hijo pueda, a su vez, ejercer su derecho a ser sano.

El universo está en un proceso de crisis. La especie humana, en etapa de reflexión y conscientización acerca de las condiciones de vida, se pregunta: ¿qué hemos hecho?, ¿a dónde hemos llegado? y ¿en qué medida esto nos ha afectado? Este momento de crisis no ofrece la oportunidad de actuar y ayudar a la mujer a confiar en su capacidad para crear, parir y cuidar de su progenie.

Si no aprovechamos éste momento de la historia para "recordarle a la mujer que ella recuerda", puede ocurrir que en unos cuantos años más, toda una nación de mujeres se encuentre incapacitada de parir a sus hijos, si no es por medio de un bloqueo o de una cesárea. Mujeres convencidas de que no es posible parir sin que algo ajeno y fuera de ellas les auxilie.

Me pregunto, ¿cuántas décadas faltan para que nadie pueda presenciar un parto natural? ¿el parto de una madre que utiliza sus fuerzas, su potencial y recursos?

Como parteras, debemos recordar que si se educa a un hombre se educa a un individuo; si se educa a una mujer se educa a una nación. Plantemos dátiles a sabiendas que nunca comeremos de sus frutos... (continuará).



Vel Miller. Leaning Tree Inc.

Guadalupe Trueba, educadora en psicoprofilaxis, México, D.F.

Informando... 2

"Reducir la atención hospitalaria de parto, plan de la SS: Kumate"

"Más de la tercera parte de los 2.5 millones de partos que ocurren cada año son atendidos por parteras tradicionales en numerosos poblados y en las grandes ciudades de México, y esta tendencia va en aumento" reconoció el secretario de Salud, Jesús Kumate.

Ante ello, anunció que esa dependencia fomentará los partos en los hogares "siempre y cuando no sean de alto riesgo".

Kumate Rodríguez insistió que la tarea del Sector Salud en este ámbito para el siglo XXI, "como lo es en los países de Europa, entre ellos Holanda", es reducir la atención hospitalaria del parto y poner énfasis en la práctica de las consultas prenatales, en las que se hace un estudio de cada caso y se vigila la evolución del embarazo.

Subrayó que en los partos sin complicaciones a las madres se les atenderá en sus hogares por parteras tradicionales registradas en las unidades médicas y que hoy asciende a 6 mil 464.

Para lograr este objetivo el titular de la SS consideró que desde ahora debe prepararse a un mayor número de personal no profesional pero especializado en atender estas situaciones en una acción coordinada del Sector Salud."

Apareció en el diario *El Novedades* (10. de marzo de 1993), sección A, pág. 11.



Buscando... opciones...

Desde este lado

Cuando llevaba cinco meses de embarazo, Laura, compañera de mi curso psicoprofiláctico, aceptó invitarme a su parto. Estuve con ella y vi nacer a Efraín luego de unas 3 horas de trabajo intenso.

Fue la primera vez en mi vida que atestigüé algo semejante; una experiencia imborrable, cuyo recuerdo, estoy segura, me hará llorar de emoción siempre.

Durante los meses siguientes de mi embarazo, Víctor y yo proseguimos nuestro aprendizaje para llegar a realizar el parto en agua. Lecturas, pláticas y el curso psicoprofiláctico nos sumergían en un proceso de acercamiento y preparación para recibir a nuestro bebé. Se trataba de aprender a reconocer y dejar actuar a esa parte instintiva, primigenia, originaria, grabada en nuestra memoria inconsciente, para dejarnos guiar por ella en el momento de dar a luz al que sería nuestro primer hijo.

Meses atrás, desde que nos confirmaron mi embarazo, buscamos el lugar y a las personas indicadas para vivir la experiencia del modo más intenso posible. Supimos de Mercedes Ballesté y Carmen Quiñones, de su activismo en favor del embarazo y parto sin temor en el Sanatorio Vista Alegría y no dudamos en dejar a mi

ginecólogo para entregarnos a la exploración de ese mundo...

Cerca de los siete y medio meses de embarazo supimos que nuestro bebé estaba sentado. Una posición que sin duda resultaba más cómoda para él pero muy riesgosa para el alumbramiento, así que iniciamos un periodo de mucha actividad para corregir su postura.

A pesar de nuestros deseos y nuestra voluntad, la posibilidad de que mi bebé tuviera que nacer mediante una operación cesárea se hizo presente. Nos sentimos un tanto defraudados y miramos al futuro con algo de frustración. Sin embargo, era pronto para darse por vencida. Con el apoyo de Mercedes, Carmen y Laura Cao volvimos a ver nuestro proceso de embarazo con la pasión necesaria. Había alternativas con posibilidades de éxito nos dijeron era cuestión de conservar la calma y el optimismo.

En ese momento lo más importante fue conocer las opciones existentes. Nadie nos dijo: "Ni modo sólo queda la cesárea." Al contrario, nos abrieron un panorama amplio y nos advirtieron los riesgos y posibilidades de cada alternativa. Empezamos con los ejercicios de Carmen, gatear 50 veces al día durante las 3 siguientes semanas. Laura nos recomendó tomar un medicamento homeopático, la pulsatilla 200, 3 veces al día 2 chochitos bajo la lengua y otro disuelto en agua al tiempo que me mandó recostarme con la pelvis elevada; todo durante 5 días.

Pero no pasó nada, el bebé seguía sentado y feliz. Ha de ser hombre, nos decían, por lo terco. Entonces hablamos de la posibilidad de una maniobra exterior; de cambiar de posición al bebé mediante masaje. Mercedes nos ofreció buscar a la persona más experimentada para que la manipulación se hiciera bajo la supervisión de ella, con el ultrasonido siguiendo toda la maniobra y el quirófano listo para in-

tervenir ante la presencia de riesgo inminente. Pero el ultrasonido mostró que la maniobra no podía realizarse porque mi placenta era anterior y tenía probabilidades altas de desprenderse durante la manipulación, lo que ocurriría una hemorragia.

También era muy riesgoso un parto podálico por la posición del bebé que tenía sus nalguitas a la altura de mi pelvis y sus piernitas extendidas a lo largo del útero.

Exploradas las posibilidades, nosotros mismos concluimos que no había otra opción mejor que la cesárea. Es una suerte vivir en este tiempo en que esta operación se practica con tanta facilidad.

Víctor Miguel duerme ahora en mis brazos. Hace apenas unas horas salimos de madrugada de la casa. Víctor me tomó de la mano y me ayudó a respirar profundamente para relajarme mientras el cirujano y el anestesiólogo hacían su trabajo. En el momento en que abrían mi útero y sacaban a mi hijo, supe que la emoción, la intensidad y la belleza de ese momento no dependían de las circunstancias; nada cambiaba su trascendencia puesto que realmente importante era estar, por fin, los tres juntos.

Coni Gutiérrez de Del Valle,
México, D.F.



Teccizitl, caracol, símbolo del nacimiento
Códice Borgia



La diosa pare al dios. Fragmento de
códice Nuttal

Comentando... un libro...

Cuando una mujer embarazada me pregunta sobre alguna lectura que la ayude a prepararse, pienso siempre en varios libros: uno, con información sobre el cuerpo tanto de la mamá como del bebé sobre los progresos en el embarazo y sobre el proceso del parto; otro, sobre la importancia de la nutrición durante toda la etapa de gestación y lactancia; y uno más, para ayudar a identificar el caudal de sentimientos, muchas veces un poco más “a flor de piel” durante las etapas del embarazo, el trabajo de parto y el posparto.

Maternidad maravillosa (Edit. Pax Mex), cuyo título original habla de transformación, no de idealizar la maternidad, es uno de los que sugiero pensando en esto último. Su autora, Claudia Panuthos, a partir de su trabajo, como psicoterapeuta, con muchísimas parejas embarazadas, expone testimonios, en boca de las mismas parejas. Lo hace con la esperanza de que algunas de experiencias relatadas te ayuden a identificar algo de lo que estás viviendo como futura mamá o papá.

“Lo que me gustó es que me comentaba de dónde podían venir los problemas durante el parto; por ejemplo, cómo fue el parto de tu madre, tu relación con ella...de qué manera los rasgos de tu carácter pueden influenciar tu parto...”, expresó una lectora. “El embarazo es una oportunidad de arreglar asuntos con tu pareja que se han ido quedando pendientes... les di importancia cuando leí ese libro”, decía otra. “Todo el mundo me hablaba de lo malo que ocurría en el parto, y en el libro pude enterarme de que también hay experiencias positivas...”, me comentó alguien más. “Me ayudó a aclarar esos sentimientos, que muchas veces reprimimos y no aceptamos... sabía que podían interferir con el parto” subrayó otra. “Reflexionando sobre lo que dice, creo que podré percibir las necesidades de mi mujer en el trabajo de parto, sin necesitar mucho las palabras”, expresó un padre. “Es un libro que tiene de todo... experiencias felices y otras que no lo han sido...”.

En fin, creo que es un libro útil durante el proceso de decidir cómo quieres vivir tu parto.

Laura Cao Romero, México, D.F.



¿Qué quiere decir TICIME?

TICIME significa “parteras” y “curanderos” en lengua náhuatl. ¡Nos gustaría saber cómo se dice en otras lenguas mexicanas: en purépecha, mixteco, zapoteco, maya, totonaco, etc. ¿Usted lo sabe?

¡Escríbanos por favor!

¿Qué hace TICIME?

TICIME apoya difunde la partería, práctica tradicional de nuestro país. Lo hace con su boletín trimestral “Conversando entre parteras”.

¡Necesitamos escucharlas!

TICIME tiene un área de servicios para parejas embarazadas. Da asesoría sobre alternativas de atención de parto (parto en casa, en una maternidad, en agua, etc.) Apoya a la mujer embarazada y a su propia pareja mediante diversas actividades (cursos de sensibilización, pláticas y videos, biblioteca, etc.) con el ánimo de que fortalezcan sus decisiones acerca de cómo desean vivir el nacimiento de su bebé.



Los artículos publicados expresan la opinión del autor, no necesariamente del grupo.

Se autoriza copiarlo, total o parcialmente, dándole el crédito correspondiente a su autor y a la fuente.

Y hablando de parteras tradicionales...

No cabe duda que en diferentes momentos de la historia mexicana, las parteras han jugado un papel importante en lo que respecta a la demanda de atención de la salud comunitaria.

Más aún en estos últimos años de fin de milenio, cuando se han suscitado grandes cambios en lo que respecta a las políticas y programas del sector salud. Sin duda la búsqueda de medicinas alternativas por parte de la sociedad civil ha virado su atención hacia las prácticas médicas tradicionales, no sólo por la incapacidad en la medicina institucional de cubrir la demanda de atención, sino también por los espacios ganados y cada vez más organizados de los médicos tradicionales de diferentes regiones del país. No obstante, es importante reflexionar sobre el actual reconocimiento que las instituciones de salud tienen hacia los especialistas tradicionales, principalmente las parteras.

Si bien la medicina tradicional constituye uno de los componentes principales del sistema mixto de atención a la salud, particularmente en la zonas indígenas donde coexiste con la medicina institucional y con la medicina doméstica; dichas prácticas médicas en otros momentos fueron objeto de persecución o indiferencia. Pero, ¿de dónde surge la necesidad de captar a las parteras tradicionales? Datos oficiales de la Dirección de Salud Materno Infantil de la Secretaría de Salud, reconoce que el 50% de los nacimientos en México son atendidos por parteras y este porcentaje se incrementa en las zonas indígenas y rurales donde alcanza hasta un 80-90%.

Llama la atención que los funcionarios del sector salud reconozcan estas cifras y que el mismo Dr. Kumate, esté a favor de que los partos se mantengan en estos porcentajes ("Reducir la atención hospitalaria de parto, plan de la SS: Kumate: Novedades, sección A, pág. 11, 10 de marzo de 1993); "La tercera parte de los nacimientos en México son atendidos por parteras" en *El Nacional*, Domingo 21 de marzo de 1993 (en donde llaman a

las parteras *enfermeras tradicionales*); estadísticas del CIMIGEN...)

El reconocimiento oficial de la medicina tradicional se ha dado en un marco de reconocer la incapacidad de cobertura del sector salud para brindar servicios médicos permanentes en zonas marginadas, que, según cifras oficiales, comprende a ocho millones de mexicanos, ya que ni siquiera será posible cubrir tal demanda de atención a través de los fondos Pronasol (señalado por el Dr. Emilio Gamboa, según *La jornada*, 22 de noviembre de 1990, en el discurso del entonces director del IMSS, Ricardo García Sanz pronunciado en la ciudad de Oaxaca.)

Por lo que el sector salud se ha planteado capacitar a los especialistas tradicionales para que sean ellos quienes cubran la atención primaria en el tratamiento y detección de las enfermedades más comunes y canalicen a los pacientes que necesiten un segundo nivel de atención.

El reconocimiento y capacitación como actualmente se lleva a cabo, descarga el peso económico sobre la población atendida, que en su mayoría representa a los sectores de más escasos recursos.

Ciertamente, dicho reconocimiento se debe a la recomposición y adelgazamiento del estado benefactor, encargado de brindar los servicios públicos a la población. No obstante lo negativo que resulta esta situación, creemos también que tal coyuntura está abriendo una compuerta al surgimiento de un movimiento de salud comunitaria para revalorar y fortalecer la cultura médica popular, que nos plantea una relación más armónica con la naturaleza y nos identifica con la gran diversidad cultural y ecológica que existe en nuestras regiones. Claro está, sin quitar el dedo del renglón en exigir al gobierno mexicano nos incluya a todos los mexicanos en los mínimos de bienestar social.

Josefina Bravo, México, D.F.



Intecambiando... recetas...

El árnica (*Compositae Thitonia*) en la cicatrización de desgarros o episiotomías:

i) En *baños de asiento*. Cocer un puño de árnica en un litro de agua, por 10 minutos. y darse los baños tres veces al día.

Beatriz Martín, Jalapa, Ver.

ii) Como *cataplasma*, (o fomento) aplicado sobre la parte afectada. Se hierva una ramita en medio litro de agua con sal, por 15 minutos. Se moja un trapito con el agua de cocimiento y se aplica calientito sobre la parte que duele.

iii) Como té, se hierven 7 hojas de flor de árnica en medio litro de agua. Se toma una taza en ayunas. San Francisco del Mar, Oax.

Las dos últimas aparecen en

“Cómo nos curamos: remedios y plantas medicinales de la región istmeña” compilado por GER (Grupo de Estudios Regionales de Oaxaca).



¿A qué te dedicas? _____

¿Qué temas te han interesado o te han servido más? _____

¿A quién sugieres que envíemos este boletín? _____

¿Sobre cuál otro tema te gustaría que conversaramos? _____

Este boletín aparece cada tres meses: en la primavera, el verano, el otoño y el invierno

Agradecemos sus opiniones, participación y donativos, indispensables para continuar

Se puede adquirir en nuestras oficinas. Escribe o llama por teléfono. ¡Y no te olvides de enviar tu dirección!

La ilustración de la pág. 6 fue tomada del libro: *El primer año de nuestro niño* de Giuseppe Ricci y Francesco Tonnuci. Mino y Dávila Editores: (Edición argentina)
Diseño: Claudia Rocha. Tel. 688 07 92
Compilado por Laura Cao Romero de Abascal y Cécile Kachadourian

Certificado de licitud, de título y contenido, en trámite



TICIME
Apartado Postal 113-082
03300 México, D.F.

Apartado Postal 157 C.P. 61609
Pátzcuaro, Michoacán