



Páramo de Chingaza

Experiencias y vivencias de una partera

Rosa María Raigoso Pulido
Vereda La Caja, Choachí



Comunidades
de los Páramos

Fortaleciendo las capacidades
y la coordinación para la adaptación
a los efectos del cambio climático





Comunidades
de los Páramos

Experiencias y vivencias de una partera

**Vereda La Caja, municipio de Choachí,
páramo de Chingaza**

Autora

Rosa María Raigozo Pulido

Fotografías e ilustraciones

Catalina Raigozo Hortúa

Comunidades de los Páramos, fortaleciendo las capacidades y la coordinación para la adaptación a los efectos del cambio climático

Marcos Cerra

**Coordinador de proyecto regional
UICN Sur, Quito, Ecuador**

Tropenbos Internacional Colombia

Carlos A. Rodríguez

Director de programa

Diana Lucía Duque Marín

Coordinadora del proyecto

Catalina Vargas Tovar

Asesora de comunicaciones

**Acompañamiento TBI Colombia
para Comunidades de los páramos**

Nathaly Ruiz

Coordinación editorial

Catalina Vargas Tovar

Asistente editorial

Vanessa Villegas Solórzano

Diseño y diagramación

Machete

Impresión

Torreblanca Agencia Gráfica
Bogotá D.C., 2015

Citación sugerida

Raigozo, Rosa. (2015). Experiencias y vivencias de una partera. Proyecto Comunidades de los páramos, fortaleciendo las capacidades y la coordinación para la adaptación a los efectos del cambio climático. Bogotá: Tropenbos Internacional Colombia & UICN Sur.

ISBN 978-958-9365-75-5

El Proyecto regional Comunidades de los páramos es ejecutado por la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN, Oficina Regional para América del Sur) e implementada, a nivel nacional, por las siguientes organizaciones: Tropenbos Internacional Colombia, Instituto de Investigación de Recursos Biológicos Alexander von Humboldt, en Colombia, Corporación Grupo Randi Randi y Ecopar, en Ecuador, e Instituto de Montaña, en Perú. Esta iniciativa se lleva a cabo con el financiamiento del Ministerio de Asuntos Exteriores de Finlandia.

Experiencias y vivencias de una partera

Rosa María Raigozo Pulido



Tabla de contenido

6

Presentación

8

Historia de la señora Eva
como partera

16

¿Partera u hospital?

17 Mujer de 75 años

18 Mujer de 29 años

19 Mujer de 72 años

20 Anaís Hortúa

22

Aprendizajes



Presentación

Hoy día el pensar en tener un hijo es algo de meditar bastante, por salud y por economía, ya que desde el día en que una mujer queda en embarazo se empiezan a generar gastos en la salud del bebé y su gestante, por la cantidad de enfermedades y complicaciones que existen para cualquiera de las dos vidas. Malformaciones del feto, preeclampsia, diabetes, anemia, descalcificación: son unas de tantas enfermedades que puede padecer una mujer y su hijo o hija, sin contar que por una mala ubicación de feto, entre otros motivos, los especialistas realizan a diario cientos de cesáreas que se podrían evitar, ya que por más doloroso que sea un

parto natural, a mi parecer, con el debido cuidado, no tiene tantas complicaciones a futuro como la cirugía.

Desde hace varios años en adelante las mujeres en esta zona presentan muchas complicaciones en sus embarazos y en la culminación de ellos a pesar de los cuidados que tienen desde la misma concepción de sus bebés.

Hace muchos años estar embarazada, tener el bebé, no era tan costoso y mucho menos no tenía tantas complicaciones como hoy día, debido a que las mujeres eran más sanas y a la excelente ayuda que prestaban las parteras, tal vez por ello las abuelas tenían tantos hijos.

Antes las mujeres no asistían a controles prenatales, los cuidados los tenían en sus hogares y por la distancia, por los mitos y muchos otros factores, las mujeres tenían sus bebés en casa y casi no se daban complicaciones. Cuentan las abuelas que en esta zona a ninguna mujer le realizaban cesárea, no se enfermaban y mucho menos morían por complicaciones al momento del nacimiento de los bebés.

En el municipio de Choachí las madres eran muchas pero las parteras con conocimiento pocas, por eso quiero darme a la tarea de recopilar el conocimiento de la única partera que conozco, que no solo trajo niños

al mundo en estas veredas, sino en muchas veredas de los municipios de Choachí y de la Calera.

Aunque por la tecnología y los avances de la actualidad se crea que hay muchos conocimientos que no pueden ser aplicados en las gestantes, por lo frágil y delicadas, es importante saber cómo eran antes los embarazos, quien los atendía al momento del alumbramiento y cómo lo hacían, qué cuidados tenían con las madres y sus bebés; y saber qué puede contribuir a mejorar el servicio prestado a mujeres embarazadas y tal vez puede reducir la realización de tantas cesáreas por la inadecuada posición del feto.





Historia de la señora Eva como partera

Doña Eva María Pulido ya no recuerda ni cuántos años tiene, «como 100» dice, pero lo que no olvida es todas las pequeñas y grandes experiencias que tuvo en el trascurso de su vida. Se casó aproximadamente a los 14 años, apenas una niña, todavía jugaba con muñecas «y me subía a los árboles», nos cuenta con una sonrisa, pero me enamoré de un hombre muy simpático, muchas lo perseguían pero él me quería a mí, era alto y de hermosos ojos azules, Leónidas mi viejito. «Fui muy feliz porque él era un gran hombre, pero Dios decidió llevarlo a encontrarse con mis dos hijos: Evaristo y David, uno siempre piensa que no verá partir a sus propios hijos».

Como antes no habían carreteras, casi no íbamos al pueblo, y cuando lo hacíamos, bajábamos a pie o a caballo, por eso, cuando una mujer estaba embarazada la atendían en la casa las parteras, como antes las mujeres éramos más saludables, no se daban tantas enfermedades como ahora, la mayoría teníamos hijos hasta que “San Juan agachara el dedo”, no planificábamos, pues religiosamente siempre se nos dijo que era pecado.

Como a los 20 o 25 años, estudiaba cada viernes de catequista en las mañanas en el pueblo, y salió el curso de partera en la tarde con un doctor que no recuerdo el nombre y aproveché y lo tomé, pero no pude asistir al grado donde entregaban toda la instrumentación

(hilo para el cordón umbilical, tijeras, elementos de protección personal), pues mi esposo citó obreros ese día y no me dejó bajar. Luego el doctor me mando un libro que se llama la madre y el niño donde explican muchas cosas de forma bonita pero se lo presté a una señora de La Caja hace décadas y esta es la hora que no me lo ha devuelto.

Tengo nueve hijos(as), cuarenta y tres nietos(as) y como cuarenta y dos bisnietos y recibí como veintiséis nietos, pero sobé a todos cuando estaban en la barriga de la mamá y también a la mayoría de mis bisnietos. Y, desde que inicie de partera, recibí más de mil niños en las veredas de La Caja, El Rosario, Chatasuga, Mundo Nuevo, Tunjaque



La señora Eva con uno de sus bisnetos

y muchas más, pues me llamaban de diferentes lugares pues confiaban en mí.

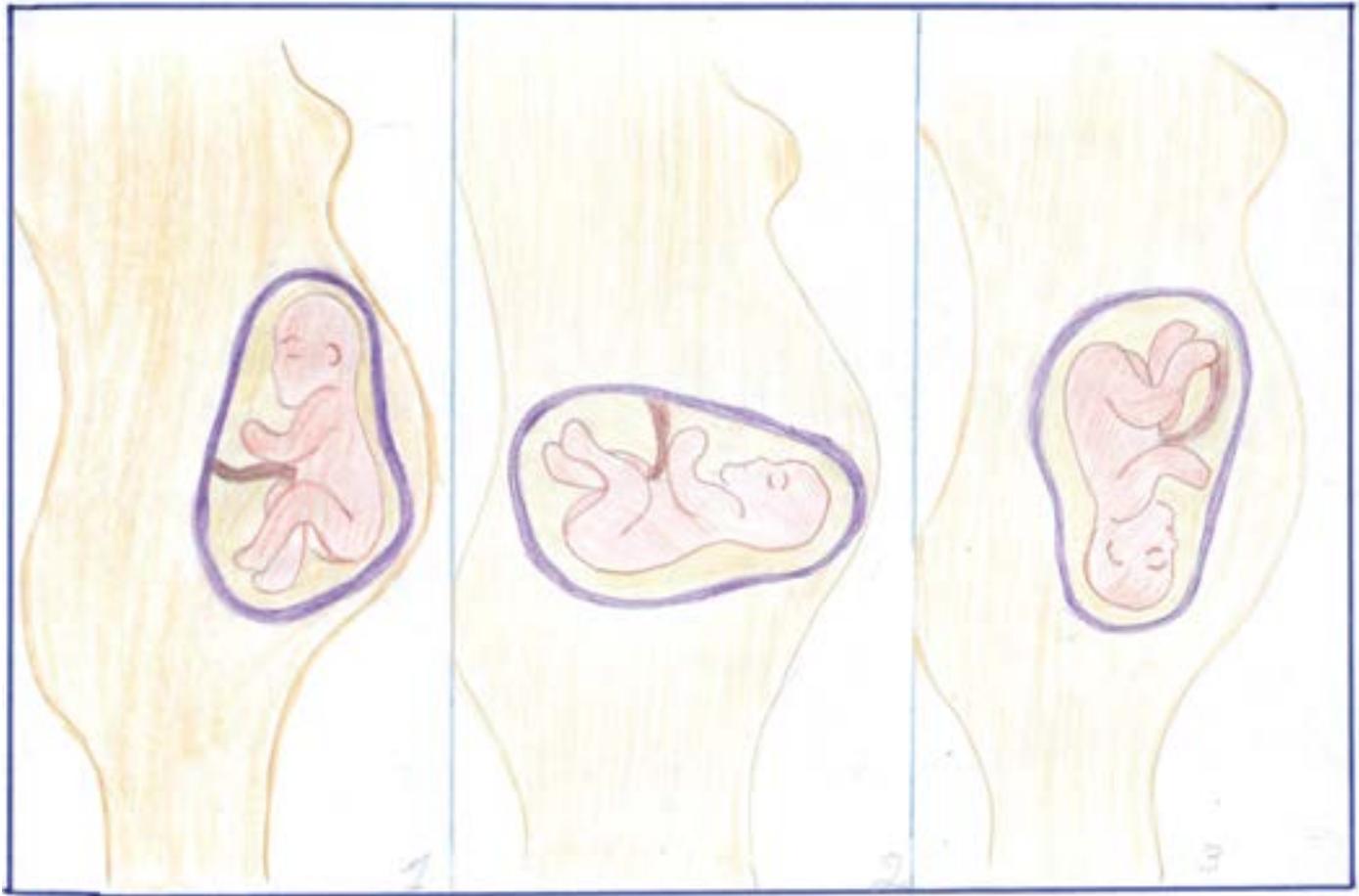
Antes muchas mujeres iban a que las sobara sin saber que estaba embarazadas, pensando que estaban descuajadas o que la matriz se les había bajado y, al mirarles la cara y tocarles el estómago y oírlo, me daba cuenta que estaban embarazadas, ya que sonaba diferente a un estómago normal, entonces, a muchas no les decía que estaban en estado ya que no las veía muy animadas, porque tenían muchos hijos, y sólo les decía que se cuidaran de hacer fuerza, estuvieran pendientes de su menstruación y

además que estuvieran tranquilas, ya que si se asustaban podían perder el bebé o éste puede nacer con problemas del corazón, porque el nene siente todo lo que uno siente, y como son tan delicados, hay que cuidarlos lo que más se pueda, pero yo ya sabía cuántos meses o tiempo de embarazo tenía la señora por el tamaño del feto, ya que después de tantos años de ayudar a las embarazadas aprende uno a conocer los tamaños del feto según su edad.

Las abuelas decían que si a una mujer le daban antojos los debían cumplir todos o si no el bebe nacía boquiabierto o baboso y así quedaba.

Las que sabían que estaban embarazadas empezaban a venir a sobarse desde los tres meses en adelante ya que antes es muy delicado y no se debe tocar la barriguita, el bebé está muy chirle (pequeño o tierno), y casi siempre la primera vez ya me daba cuenta si era niño o niña al tocarle el estómago a la mamá y al mirarle la cara a ella. Las niñas ubican su cabecita generalmente más al lado izquierdo y los niños al lado contrario, y era muy acertada, aunque pocas veces les decía para que fuera sorpresa, más sin embargo, sí les decía si el bebecito estaba sentado o atravesado para que vinieran para acomodarlo. Cuando un bebé está atravesado son tres sobadas cada cuatro





Dibujo de cómo ubicar al bebé cuando está en mala posición para que nazca normalmente.



Posición adecuada del bebé para el nacimiento

días para acomodarlo con mucho cuidado para no enredarlo en el ombligo; cuando está sentado, son dos sobadas más pues primero hay que atravesarlo para luego continuar con el proceso.

Una mujer embarazada no debe consumir licor porque es muy dañoso para los dos y debe procurar no consumir mucho limón, ya que le aumenta la gastritis. Si monta a caballo lo debe hacer de lado y en moto puede viajar según el riesgo de su embarazo. Si tiene riesgo de aborto es muy bueno partir la pepa de aguacate por la mitad, sacar tres rodajas y hervirla en un pocillo de agua, tomarla y luego permanecer en reposo un día, preferiblemente con

los pies en alto, y es efectivo muchas mujeres evitaron perder sus bebés con esta receta que me dio mi madre.

Las últimas veces que venían yo les decía que permanecieran acompañadas, pues ya casi les tocaba dar a luz en unos días ya que él bebe se baja y la parte superior de la barriga queda floja.

A la hora del parto se le daba a una mujer embarazada agua con manzanilla, con tomillo, hierbabuena o chocolate con ruda, pero unas semanas antes ella se bañaba con agua de brevo de la cintura para abajo, para ayudar a que el parto sea más rápido y a que los músculos cedan un poco.

Para amarrar el ombligo del bebé, se desinfectaba un hilo negro con alcohol y lo cortaba dejando un pedacito y ninguno quedaba ombligón. Después no hay que dejarle mojar el ombligo al bañarlo pues se ponen pujones (hacen fuerza y quedan rojos), en ese caso hay que poner cebolla, poleo o chilco en cruz. Para evitar eso se fajaban con un fajero comprado o casero y se les dejaba en todo momento, especialmente cuando los bañaban.

La matriz se arregla en el mismo momento después del parto sobándola suavemente en círculo, ya que la mamá esta adolorida, y se le aprietan las caderas con una faja que antes vendían, eran especiales y ahora no se encuentran

o con una sábana, así no se escurren como en los hospitales, pues por eso se baja la matriz. La matriz es muy delicada y como queda una mujer después de su primer embarazo va a quedar para los siguientes, incluso muchas mujeres, después de su primer embarazo, tienen abortos, pues en el hospital las maltratan. A mi pobre nieta hace apenas unos meses la escurrieron cuatro veces después de realizarle la cesaría y ella cuenta que, con ese dolor que tenía de la cirugía, no quería que la tocaran y le hundían los puños con fuerza desde la boca del estómago y se los corrían hacia la pelvis donde estaba recién cosida y casi se desmaya del dolor.

Después del parto, en los siguientes días, se puede hacer vahos para sacar el frío de la matriz y ayudar a que se desinflame más rápido: se cocina en una olla tapada agua con poleo, hierbas aromáticas, flores de sauco, jumaria (planta medicinal para realizar vaporizaciones para sacar el frío de la matriz) y se pone en el suelo en la bacinilla para que ella se ubique encima con las piernas abiertas y se acerque a ese vapor lo más que se aguante. Ayuda también a que no les quede barriga a las mujeres, para que sigan bonitas.

Antiguamente, después del nacimiento, nos daban a comer mucha sopa de maíz pinto (el maíz se semituesta en

un caldero seco, se muele para sacar la harina y preparar la sopa con sustancia de gallina criolla). Es muy buen alimento y nutritivo, no se deben comer cosas irritantes y debe evitar levantarse los ocho primeros días después del parto para que la matriz quede bien. Tampoco debe tomar líquidos fríos para que no les den entuertos (dolor intenso de estómago, se siente igual al dolor de una contracción de parto), y para que el bebé no le dé resfrío, pues les da diarrea y les duele el estómago.

En esta labor uno se acerca más a Dios. Una vez llegué y ya había nacido el niño, pero se había asfixiado y estaba ya casi sin vida, no se movía, ni

respiraba a un lado de la madre, que ya lo lloraba. Les pedí permiso para llevármelo, lo saqué a la salita y le soplé tres veces la molleja y no reaccionó, entonces, lo cogí de pies con la cabeza para abajo y lo sople por el recto y, la segunda vez que lo volví a soplar, el bebé vivió y empezó a llorar. Fue Dios el que me iluminó, porque sólo se me ocurrió soplarlo por el recto, nunca lo había hecho.

Otra vez recibí mellizos a una mujer de una vereda lejana, nunca había venido a que la mirara, así que no sabía que tenía dos bebés. Cuando nació el primero y ella continuó con las contracciones y le toqué el estómago,



al instante me di cuenta que tenía otro bebé. Así que me encomendé a la virgen y, para no asustarla, le dije que pujara fuerte, que faltaba por salir la placenta, y nació el segundo bebé bien. Ese día sentí nervios, pues nunca había atendido un parto así. En un embarazo doble los bebés se crían uno al lado del otro y, al momento del parto, uno se corre para un ladito dejándole el espacio al otro para que se acomode y nazca, y luego el último se le ayuda a acomodar para que no se ahogue, pero igual un parto doble asusta.

Antes cuando íbamos al doctor en estado de embarazo, que era raro ir ya que se maltrataba uno con ese viaje, nos daba

un jarabe que se llamaba Ferrovital y, de ver que éramos de tan lejos, eran más partidarios de que existieran las parteras. Sin embargo, hoy día he hablado con muchos médicos de por qué pudiendo arreglar el bebé no lo hacen, para no echar cuchillo: «el estómago queda feo y las mujeres no quedan igual», les digo. Pero a ellos no les gusta la idea y muchos se molestan. Le quise enseñar a mi nieto que es médico, pero la prima que estaba embarazada no quiso dejarse y, como él viajó, ya no pudo aprender porque él si entendió que él bebe no se lastima.

Cuando una mujer tiene el mal de estómago (menstruación), se debe bañar con agua tibia y no en aguas

corredizas como chorros o quebradas porque uno se enferma. Cuando fui a comprar la ropa para casarme me llegó el mal del estómago y me dio pena contarle a mi viejito para que me pasaran en la quebrada, así que pase con el agua arriba de la cintura y, claro, me enfermé porque se me paró de una y mi papá me llevo al médico, pues casi me muero.

Una mujer se debe cuidar embarazada o sin estarlo, pues somos muy delicadas, pues en la creación de Dios esperó a hacernos de últimas porque necesitábamos más tiempo y dedicación.

[Doña Eva María Pulido]





¿Partera u
hospital?

Mujer de 75 años

De mis diez hijos, nueve nacieron con partera y la menor en el hospital. En cada parto fui atendida por diferentes parteras: doña Ercilia, doña Timotea y Sara, mi cuñada.

Mi primer alumbramiento fue terrible. La partera era muy brusca, así que para mis siguientes partos buscamos otras parteras para que me sobaran como desde los seis o siete meses, y en ese entonces había más parteras. A los ocho meses y medio empezábamos a tomar agua de brevo y a realizarnos baños de la cintura para abajo, duraba casi tres días con dolores y, cuando iba a nacer el bebé, el esposo no miraba ni acompañaba.

Cuando ya era el momento me daban para comer huevos tibios con ruda y crudos con vino, y al nacer él bebe le cortaban el ombligo con tijera y lo amarraban con hilo y lo fajaban, también a uno después de sobarme.

Comía sopa de maíz pinto y sólo hacía dieta de ocho días, luego ya jabonaba. No nos dejaban tomar leche o cosas frescas. Si me daban entuertos (dolor fuerte de estómago después del parto) me colocaba arboloco.

Es mejor tener los hijos con partera por el trato, en el hospital no tenían paciencia y nos trataban mal, mientras que las parteras eran más conscientes.



Mujer de 29 años

Tengo veintinueve años y mi abuela me empezó a sobar desde que tenía tres meses de embarazo y el primer día que fui me dijo que tendría un varoncito y efectivamente tengo un niño. En las ecografías hasta los siete meses me dijeron el sexo de mi bebé y, a mi cuñada, le dijeron que tenía él bebe sentado y estaba esperando que le programaran la cesárea, luego fue donde mi abuela y tuvo su nena por parto normal.

No tendría partos atendidos con parteras pero sí creo que ayudan mucho para acomodar los bebés y evitar tantas cesáreas y solucionan

en gran medida el problema de tener la matriz muy abajo pues es muy incómodo tener cada rato esos dolores en la parte baja del abdomen.

En los hospitales facilitan los partos pero muchos profesionales en estas áreas, sobre todo enfermeras, se acostumbran tanto a atender mujeres en embarazo que empiezan a tratarlas como animales, son bruscas y groseras, por eso el miedo de muchas al momento del nacimiento, pues después de unos dolores de un parto natural o de tener el dolor postparto de una cesárea nadie quiere ser mal tratado.

Mujer de 72 años

Tengo tres varones y tres mujeres y mis partos fueron con partera y en el hospital. Antes de nacer el bebé me bañaba con agua de brevo para no tener dolores tan duros, después del parto me sobaban el estómago para arreglar la matriz y luego me fajaban con unas sábanas, tomaba agua aromática de hierbabuena, manzanilla, y ruda para sacar el frío. En la dieta no nos dejaban bañar hasta después de seis días que porque uno se enfermaba y el baño era después de las diez de la mañana para no tomar frío. No me dejaban tomar leche porque quedaba barrigona, después de los cuarenta

días podía tomarla, pero con hierbas aromáticas. Solo comía sopas de maíz pinto, pollo o gallina, caldo de pezuña de vaca, caspiroleta (leche con cidrón y un huevo batido).

Con los partos en el hospital asistía a control antes, los controles eran cada tres meses y el doctor me daba vitaminas, calcio y milanta.

Son mejor los partos en el hospital por la atención médica, corre menos riesgos el bebé y la mamá. En caso de presentarse una urgencia, la partera no podría atenderla.



Anais Hortúa

Mi nombre es Anais. Me case a los diecinueve años de edad con un maravilloso hombre llamado Evaristo Raigozo. Fuimos premiados por Dios con cuatro hijos, dos mujeres que son las del medio y dos varones en cada esquina. Todos nacieron por parto normal, los tres primeros acompañados de la partera Eva María y el menor en el hospital.

Mi primer parto fue demasiado doloroso y complicado ya que era delgada y reducida de cadera. Las contracciones me iniciaron un jueves y el niño nació hasta el lunes a las tres de la mañana y pesaba más de siete libras. Yo quedé como una muñeca de

trapo, no podía ni mover las manos, y mi esposo tenía que darme de comer, acomodarme las almohadas, colocar el niño para amamantarlo. Durante el parto me daban huevos crudos con vino, huevos tibios, aromáticas disueltas para tener más fuerza; después me daban sopa de maíz pinto con sustancia de gallina y chocolate con ruda. Me sobaban el estómago y me apretaban la cadera, además me realizaban vaporizaciones. La partera me decía que no debía dejar alzar el bebé antes de los tres meses por una mujer que estuviera embarazada o que tuviera la menstruación porque el niño se volvía pujón, y para quitarle el

pujo había que buscar a la mujer que lo había vuelto pujón para que lo alzara hasta que el bebé sudara.

El segundo y tercer parto en el que nacieron las niñas fueron más suaves, pero al igual que el primero, no me daban pujos (fuerza al momento de la contracción) y tenía que realizarlos sin el impulso del cuerpo. La placenta la enterraban al pie de un árbol.

El cuarto y último nació en el hospital, fue más rápido. Me aplicaron suero y hasta entonces supe lo que eran los pujos a la hora de la contracción.

Es mejor tener los hijos en el hospital pues le aplican medicamentos para

ayudar y porque, para cualquier eventualidad, están preparados, aunque para el cuidado y la atención, es mejor la partera pues son más humanas. Los profesionales en su mayoría no dan buen trato. Además, la partera dejaba que mi esposo estuviera conmigo para que me apoyara, mientras que en hospital no dejan que los esposos estén todo el tiempo con uno.





Aprendizajes

En todas las narraciones de la partera uno se da cuenta que en otra época las mujeres eran más alentadas y no tenían tantas complicaciones, como ahora. También el saber utilizar las hierbas y las plantas adecuadamente son un beneficio porque evitan algunas enfermedades y facilitan más el parto y la recuperación.

Esta información es de gran utilidad para las nuevas generaciones de mamás porque, así tengan los niños en el hospital, durante el embarazo y en post

parto se pueden ayudar con las plantas, subirse la matriz y fajarse.

Volver a recordar los partos y aprender cómo eran antes fue lo que más me gustó de esta investigación, además ver que es mejor tener a los hijos en la casa, porque se siente una más tranquila con la familia y con la comprensión de la partera, mientras que en el hospital son más secos, aunque saben lo que hacen y tienen los implementos y medicinas para atender a las mujeres y los recién nacidos en caso de complicaciones.





