

CAPÍTULO 1

Palabras a las parteras

En este capítulo:

El aprendizaje es de toda la vida	1
Compartir sus conocimientos	3
Comparta sus conocimientos con otros trabajadores de salud y parteras	3
Comparta sus conocimientos con la comunidad	4
Atender a las mujeres con respeto y sensibilidad.....	6
No juzgue a la gente	6
Predique con el ejemplo.	6
Ayude a la gente a ayudarse a sí misma .	7
Hable menos y escuche más.	7
Hable abiertamente sobre los temas difíciles	7
Proteja la vida privada de las mujeres . .	7
Trabajar para mejorar la salud de las mujeres	8
Personas que influyen en la salud de la mujer	8
Trabajen juntos para salvar vidas	10
Los hombres pueden cuidar de la salud de las mujeres	9
Trabajar por el gusto de trabajar.....	11

Palabras a las parteras

CAPÍTULO 1

Para trabajar por la salud y el bienestar de las mujeres y los bebés—es decir, para ser partera—usted necesita estar dispuesta a aprender, a tratar a la gente con respeto y sensibilidad, y a colaborar con otras personas para cuidar la salud de toda la comunidad.

El aprendizaje es de toda la vida

Para llegar a ser partera, o cualquier tipo de trabajadora de salud, lo primero es aprender de los demás. Incluso, las parteras que ya tienen mucha experiencia siguen aprendiendo y desarrollando nuevas habilidades a lo largo de toda la vida.

Las parteras aprenden de las experiencias vividas, de los libros y de las clases. Todas esas formas de aprender son importantes. Todas las parteras deben encontrar un buen equilibrio entre los estudios y la práctica.

Los libros y los estudios ayudan a las parteras a entender mucha información de diferentes tipos.

Pero la práctica es la única forma de desarrollar las habilidades necesarias para cuidar a las mujeres y los bebés.



Las parteras con experiencia no dejan de aprender

Siempre se puede saber más acerca del parto y la salud. Cada parto es diferente, la información médica cambia y hay nuevas habilidades que aprender. Mientras usted sea partera, puede:



- **observar** la forma en que otras parteras, trabajadores de salud y doctores hacen las cosas.
- **preguntarles** a las mujeres que atiende (y a sus familiares también) cuáles de los cuidados que usted da les agradan y cuáles no.
- **leer** libros u otros materiales escritos. Tenga libros útiles a la mano, para que pueda consultar la información que no use con frecuencia o que no recuerde.
- **desarrollar** nuevas habilidades. Si puede obtener capacitación e instrumentos para hacer nuevos procedimientos sin riesgo, no tenga miedo de aprender nuevas habilidades. Eso le permitirá ayudar a más mujeres en su comunidad y a ser una partera más capaz.

Las parteras aprenden de los maestros, los libros y otras parteras y trabajadores de salud. La mayor parte del tiempo aprenden formas de hacer su trabajo sin poner en peligro a las mujeres que atienden y sus bebés. Pero, a medida que una partera va adquiriendo más experiencia, descubre que algunas de las cosas que aprendió no son las formas más saludables y eficaces de atender a las mujeres.

Las parteras deben estar dispuestas a cambiar de idea cuando aprenden nuevas formas de hacer su trabajo. Así, siempre estarán trabajando de la mejor manera que puedan. Las parteras deben observar honestamente sus métodos de trabajo para asegurarse de que están trabajando bien, sin importar si aprendieron esos métodos de los doctores, los curanderos u otras personas.

Hay que preguntar ¿por qué?

Es importante que pregunte ¿por qué?, puesto que así no sólo recordará lo que se le dijo o lo que leyó, sino que entenderá la razón de las cosas. De esa manera, podrá tomar decisiones, aunque no tenga allí a una persona o un libro que le indique exactamente lo que debe hacer. Usted también puede adaptar un tratamiento o un instrumento para usarlo de una manera en que quizás otras personas no lo usan. Además, el preguntar ¿por qué? es importante para entender las causas de los problemas. Eso permite tratar los problemas con mayor eficacia y evitar que vuelvan a suceder.

Compartir sus conocimientos

Además de aprender de los libros y los maestros, una partera aprende mucho de lo que sabe de otras parteras y también de las familias que atiende. Y las parteras pueden mejorar la salud de la gente al compartir lo que saben con la comunidad.

Comparta sus conocimientos con otros trabajadores de salud y parteras

Las parteras pueden colaborar para ayudarse mutuamente. Si una partera se enferma o no puede trabajar, otra partera puede atender a las mujeres que ella estaba cuidando. Las parteras también pueden enseñarse muchas cosas y aprender unas de otras. En algunas comunidades, las parteras y otros trabajadores de salud comparten información entre sí y hablan abiertamente sobre su trabajo. Algunas parteras se reúnen cada 2 ó 3 meses, comparan información y comparten recursos. En una reunión de parteras, usted puede:

- **turnarse con las otras parteras para contar historias de los partos que ha atendido.** No olvide hablar sobre los partos difíciles y sus errores. Aunque cuesta mucho trabajo admitir los errores, el hacerlo puede ser un gran regalo cuando hay oportunidad de aprender de ellos. Las demás parteras pueden explicar lo que habrían hecho igual o de diferente manera. Para proteger la vida privada de la madre, no mencione su nombre.

La próxima vez le voy a tomar la temperatura a la madre durante el parto. Así podré notar una infección más pronto.



- **pedirles a otros trabajadores de salud que vengan a reunirse con el grupo.** Por ejemplo, un hierbatero o curandero podría venir a hablar sobre las plantas de la región que sirven para curar infecciones. O un grupo de parteras podría hablar con algunas de las enfermeras de un centro de maternidad de la zona para averiguar cómo pueden colaborar las parteras y las enfermeras.



- **compartir libros educativos (¡como éste!) con las otras parteras.** Si nadie tiene mucho dinero, tal vez puedan juntar el dinero entre varias parteras para comprar un libro que todas puedan usar.

- **ensayar formas de ayudar a mujeres con diferentes problemas (sociodrama).** Por ejemplo, una persona podría hacer el papel de una mujer embarazada que no está comiendo suficientes alimentos nutritivos. Otra persona podría hacer el papel de la partera, que la escucha y le da consejos. Después, cada una de las actrices puede describir lo que sintió y el resto del grupo puede dar sugerencias de las cosas que podrían hacerse de otra manera. Asegúrese de que todas las personas tengan oportunidad de actuar.



- **aprovechar las habilidades de cada quien.** Si una de las parteras sabe leer, les puede leer libros en voz alta a las otras parteras. Una partera que sabe cómo esterilizar instrumentos les puede enseñar a las demás.

Comparta sus conocimientos con la comunidad

Como partera, usted da consejos, trata problemas e incluso salva vidas. Pero la salud general de las personas a su alrededor no sólo depende de usted. Eso se debe, en parte, a que las personas deciden por sí mismas qué comer, cómo hacer su trabajo y qué decisiones tomar. Cuando enseñan y comparten información, las parteras pueden ayudar a que la gente tome decisiones con más conocimiento. Ésa es la razón por la cual la enseñanza es el trabajo principal de las parteras.

La enseñanza puede ocurrir en cualquier lado y a cualquier hora. Tiene lugar durante un control de embarazo, cuando usted le explica a la mujer por qué le está haciendo cada pregunta. También tiene lugar cuando usted le explica a un hombre porque a él también le toca la responsabilidad de la planificación familiar. Usted incluso tiene la oportunidad de enseñarles algo a los demás cuando está en el mercado, en una reunión comunitaria o junto con otras personas por cualquier razón.

Dé clases

Es probable que haya temas que convendría que la gente de la comunidad entendiera mejor. Si puede, reúnase con mujeres embarazadas, familias u otros miembros de la comunidad, para darles información sobre la salud y el parto. Usted podría enseñarle a la gente:

- cómo funciona el cuerpo.
- cómo escoger y usar métodos de planificación familiar.
- cómo comer bien y cómo cuidarse durante el embarazo.
- cómo tener un parto con menos riesgos.
- cómo cuidarse después del parto y cómo dar el pecho.

Sus oídos son 2 de sus herramientas más importantes.



La enseñanza es una habilidad y hay que ensayarla. Una buena forma de empezar es escuchar a los demás. Cuando descubra lo que otras personas ya saben, podrá ayudarles a aumentar esos conocimientos. Además, cuando usted escucha, aprenderá de la misma gente a la que está enseñando.

Por ejemplo, si un grupo de mujeres quiere información acerca de las infecciones de transmisión sexual, usted primero le puede pedir a cada persona que diga lo que sabe sobre esas infecciones. Es posible que las mujeres tengan conocimientos al respecto porque leyeron libros, tomaron clases, hablaron con otras mujeres o tuvieron infecciones ellas mismas.

Una vez que las mujeres hayan dicho lo que saben, averigüe cuáles son sus preguntas. Tal vez ellas mismas las puedan contestar. Usted probablemente puede añadir información médica importante y también hacer notar cuándo la gente tiene creencias equivocadas. Si anima al grupo a hablar, averiguará lo que realmente necesita saber. Además, podrá ayudar a las mujeres a darse cuenta de todo lo que ya saben. Una persona que se siente segura de que entiende un problema puede trabajar mejor para solucionarlo.

Trate con respeto a las personas que vengan a aprender de usted y asegúrese de que les dé información que tenga sentido para sus vidas.

- **Siéntese en un círculo con el resto del grupo, de modo que todos estén al mismo nivel.** Así usted estará en la misma posición que los demás y mostrará que no es la única persona que tiene conocimientos.
- **Prepárese.** Piense en la información que desea compartir antes de empezar la enseñanza.
- **Use muchos métodos de enseñanza.** La gente aprende de diferentes formas y todos aprendemos mejor cuando aprendemos la misma cosa de diferentes maneras. Después de que hable con el grupo acerca de las infecciones de transmisión sexual, el grupo podría montar una pequeña obra teatral sobre ese tema. O ustedes podrían hacer carteles para compartir la información con la comunidad.



Las preguntas que usted haga le ayudarán a entender qué es lo que la gente ya sabe, qué es lo que necesita aprender y qué obstáculos enfrenta.

Recuerde que algunas personas están acostumbradas a hablar cuando están en un grupo. Otras podrían tener miedo. Anime a las mujeres, a las personas que tienen poca educación escolar y a las personas que normalmente se quedan calladas a decir lo que piensan. Para otras ideas sobre la enseñanza que ayuda a la gente a aprender, vea el libro *Aprendiendo a promover la salud*.

Comparta sus conocimientos con la gente que atienda

Con la información correcta, cada mujer tiene la capacidad de entender su cuerpo y de tomar decisiones sabias acerca de su salud. Cada vez que atienda a una mujer durante el embarazo o por alguna otra razón, explíquelo lo que le haga y la razón de hacérselo. Conteste las preguntas que la mujer tenga acerca de su cuerpo y su salud.

Cuando no sepa algo, admítalo

Nadie sabe todas las respuestas. ¡Algunos problemas no tienen soluciones fáciles! Cuando no sepa algo, admítalo. Así la gente confiará en los conocimientos que usted sí tiene.

Atender a las mujeres con respeto y sensibilidad

Toda la gente se merece que la traten con respeto.

Como trabajadora de salud, la forma en que usted trata a las mujeres es muy importante. Muchas veces, las parteras son autoridades en quienes la gente confía. Unas cuantas palabras amables o alentadoras de su parte pueden ayudar mucho a una mujer a tener confianza en su propia capacidad de cuidarse. Un comentario cruel o desconsiderado podría dolerle a la mujer muchos años.

No juzgue a la gente

Algunas mujeres están acostumbradas a que las traten sin respeto. A veces la gente trata a una mujer sin respeto a causa de su edad, el trabajo que hace, su raza, su religión, su pobreza, una discapacidad u otras razones. Cuando empiece a atender a una mujer en esa situación, quizás ella espere que usted también la trate mal. Usted sólo podrá ayudarle a vencer ese temor demostrándole que usted está allí para escucharla y ayudarla, no para juzgarla y criticarla.

Predique con el ejemplo

Lo que usted haga afectará más a la gente que lo que usted diga. Y como la gente de una comunidad suele respetar a sus parteras, las cosas que usted haga podrían animar a los demás a cuidarse. Si les da el pecho a sus hijos, es más probable que otras mujeres de la comunidad también amamenten a sus bebés. Si no fuma, quizás otras mujeres sigan su ejemplo y no fumen o dejen de fumar. Viva de la misma manera en que les recomendaría a otras personas que vivan.



Ayude a la gente a ayudarse a sí misma

Cada quien tiene derecho a controlar su propio cuerpo. Y las personas pueden y deben dirigir sus propios cuidados. De esa forma, se pueden hacer responsables de su salud y la salud de su comunidad.



Hable menos y escuche más

A menudo, una mujer necesita que alguien la escuche sin juzgarla. Y a medida que hable, es posible que descubra que ella misma tiene las soluciones para algunos de sus problemas.

Hable abiertamente sobre los temas difíciles

Algunas mujeres tienen problemas que ellas consideran privados o que les causan timidez, vergüenza o confusión. Eso es frecuente sobre todo cuando se trata de problemas familiares o de sexo. Si una partera habla de esos temas abierta y honestamente, descubrirá que muchas otras mujeres tienen los mismos problemas. Si usted habla con las mujeres de una forma tranquila y directa acerca de las familias, la sexualidad y la salud sexual, les ayudará a sentirse menos solas. Además, tal vez les ayude a solucionar problemas que tienen un gran efecto sobre la salud.

Proteja la vida privada de las mujeres

Nunca hable con nadie más sobre la salud y los cuidados de otra persona, a menos que esa persona le dé permiso. Y cuando hable con las mujeres acerca de su salud, hágalo en un lugar privado, donde los demás no las puedan oír.



Una partera no debe decirle a nadie lo que ella sabe acerca de una mujer.

Proteja la vida privada de una mujer sobre todo en cuestiones que podrían ser delicadas para ella, como infecciones de transmisión sexual, abortos o pérdidas, y problemas familiares. Usted nunca debe darle ese tipo de información a nadie más sin el permiso de la mujer.

Sólo hay una situación en que está bien compartir información sobre la salud de una persona: si otro trabajador de salud está atendiendo a la mujer en una emergencia, ese trabajador necesitará saber la historia médica de la mujer para poder darle los cuidados más seguros y eficaces.

Trabajar para mejorar la salud de las mujeres

El trabajo de las parteras no sólo consiste en atender los problemas de salud a medida que se presentan. Esos problemas tienen muchas causas. Algunas son físicas y otras son sociales, económicas o políticas. Si usted trata las causas sociales, económicas y políticas, podrá prevenir muchos problemas de salud y proteger a más mujeres de la comunidad.

Pero una partera sola no puede tratar las causas sociales y mejorar la salud de las mujeres. Necesita trabajar con la comunidad entera. Cuando la gente trabaja en conjunto los aportes de todos ayudan a entender las causas de los problemas y a encontrar soluciones. En la página 23 hay algunas ideas de cómo colaborar con los demás para lograr cambios.

Personas que influyen en la salud de la mujer

Muchas personas influyen en la salud de una mujer. Para atender a una mujer, usted también necesita trabajar con esas personas.

Éstas son algunas de las personas que influyen en la salud de una mujer:

- su esposo, sus hijos, sus padres y otros parientes.
- las personas con quienes o para quienes trabaja.
- sus vecinos y sus amigos.
- los líderes de la comunidad, como por ejemplo, sacerdotes, funcionarios del gobierno y autoridades del pueblo.
- otros trabajadores de salud, como curanderos, doctores y promotores de salud comunitarios.



La comunidad entera puede proteger, o dañar, la salud de una mujer.

Todas las personas que influyen en la forma en que una mujer trabaja, come, tiene (o no tiene) relaciones sexuales o atiende sus necesidades diarias, afectan la salud de la mujer. A veces el efecto es bueno: protege o mejora la salud de la mujer. A veces es malo: pone en peligro la salud y el bienestar de la mujer.

Tal vez no sirva de nada que le diga a una mujer embarazada que necesita comer más, si su esposo siempre come primero y no sobra suficiente comida para ella. Es posible que ella misma piense que el hambre de su marido y de sus hijos es más importante que el de ella. ¿A quiénes más podría usted involucrar para tratar de mejorar la alimentación de una mujer, si ella no tiene suficiente que comer?

- al esposo de la mujer, que come primero. Tal vez podría explicarle cuánto necesita comer una mujer embarazada.

- a los hombres de la comunidad, que suponen que deben comer primero. Tal vez el esposo de la mujer esté más dispuesto a cambiar si otros hombres también cambian. Usted podría tener una reunión de hombres y mujeres para discutir por qué las mujeres embarazadas necesitan comer más para estar sanas. Si un hombre de la comunidad reconoce que las mujeres necesitan por lo menos la misma cantidad de comida saludable que los hombres, abrirá las puertas para los demás.
- a los niños, que pronto se convertirán en padres y madres. Cada vez que un hombre come primero y más, y una mujer come al último y menos, sus hijos ven y aprenden que el hambre de los hombres es más importante que el hambre de las mujeres. Si usted habla con grupos de niños de edad escolar o cambia la forma en que come su propia familia, tal vez la próxima generación aprenda a valorar a los hombres y a las mujeres de una forma más igualitaria.

¿A quiénes podría involucrar para garantizar que haya suficiente comida para toda la gente?

Los hombres pueden cuidar de la salud de las mujeres

Siempre que pueda, anime a los hombres a colaborar para mejorar la salud de las mujeres. Tanto los esposos, como los padres, hijos, líderes comunitarios, sacerdotes, patrones y otros hombres influyen en la salud de las mujeres. Si los hombres de la comunidad se sienten responsables de la salud de las mujeres, toda la comunidad se beneficiará. Las parteras pueden ayudar a los hombres a participar.

Aproveche los roles y las habilidades que los hombres ya tienen. Por ejemplo, en muchas comunidades se les da el rol de protectores a los hombres. Ayude a los hombres a aprender a proteger la salud de las mujeres.

Anime a los hombres a compartir las responsabilidades del embarazo y de la crianza de los hijos. Los hombres pueden cuidar a los niños de las mismas formas que las mujeres: dándoles de comer, bañándolos, educándolos, consolándolos y jugando con ellos.

Invite a hombres y mujeres a las reuniones comunitarias y anime a las mujeres a decir lo que piensan.

Trabaje con los hombres que entienden las necesidades de las mujeres. Ellos pueden hablar con otros hombres que estén más dispuestos a hacerle caso a un hombre que a una mujer.

Haga sugerencias prácticas. Es posible que haya hombres que están muy interesados en la salud de las mujeres de su vida, pero que no saben por dónde empezar. Por ejemplo:

- Dígales a los hombres dónde pueden hacerse exámenes y recibir tratamiento para las infecciones de transmisión sexual. Si la mujer es la única que recibe tratamiento, su compañero la volverá a infectar muy pronto.
- Explíquelo a un hombre que su esposa embarazada necesita ayuda con sus tareas diarias.
- Durante el parto, explíquelo al hombre dónde y cómo sobarle la espalda a la mujer para aliviarle el dolor.



Trabajen juntos para salvar vidas

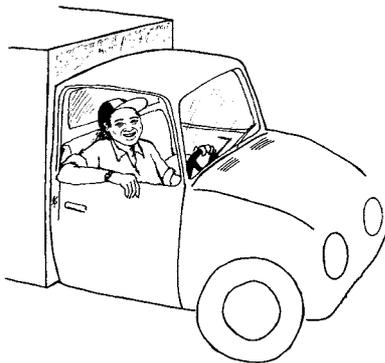
Cuando las parteras trabajan con toda la comunidad, pueden encontrar soluciones para ayudar a las mujeres que atienden —o para ayudar a toda la gente de la comunidad. Ésta es una historia verdadera:

Una solución ingeniosa

En las aldeas del África Occidental, cuando una mujer tiene un problema durante el parto, es muy difícil que ella llegue a un hospital. Muy pocos de los aldeanos tienen automóviles y la mayoría de los taxistas se niegan a llevar a las mujeres que están de parto. Cuando una mujer está en peligro, su partera casi no tiene formas de ayudarle.

Algunas parteras y aldeanos se pusieron a hablar de este problema y encontraron una solución ingeniosa. Cerca de la aldea había una carretera grande. Todo el día y toda la noche pasaban camiones, llevando productos a la ciudad. Alguien sugirió que si una mujer necesitaba ayuda durante el parto, quizás podría irse al hospital en uno de los camiones.

Para que el plan funcionara, los aldeanos tenían que asegurarse de que los camioneros estuvieran dispuestos a detenerse cuando fuera necesario. Por eso, hablaron con una persona del sindicato de los camioneros. Los miembros del sindicato estuvieron muy dispuestos a ayudar y ahora tienen un sistema sencillo y eficaz.



Cuando una mujer necesita llegar a un hospital, la partera clava una bandera amarilla cerca de la carretera. Cuando uno de los camioneros ve la bandera, se detiene para recoger a la mujer y a su partera, y las lleva al hospital de la ciudad.

Gracias a que las parteras colaboraron entre sí y con otros aldeanos, con los camioneros y con el sindicato, ellas han ayudado a salvar vidas.

Trabajar por el gusto de trabajar

Si quiere que otras personas pongan de su parte para mejorar sus vidas y cuidar de su salud, usted misma necesita disfrutar esas actividades. Si no, ¿quién querrá seguirle el ejemplo?

La mayoría de las parteras hacen su trabajo por amor y como un servicio a la comunidad. Aunque su trabajo es muy valioso, es raro que las parteras ganen mucho (una triste realidad para muchos trabajadores de salud y para las trabajadoras en general). Sin embargo, si una partera es muy trabajadora y pone en primer lugar las necesidades de la comunidad, generalmente se ganará el respeto y el aprecio de la gente que atiende.

Tal vez a usted le paguen por su trabajo y tal vez no, pero no se niegue nunca a atender a una persona que es pobre o que no le puede pagar. Toda la gente se merece sus cuidados y atención.

El trabajo de una partera muchas veces es difícil. Las parteras trabajan muchas horas, a veces no duermen, y hacen trabajo que cansa el cuerpo y desafía la mente. Las parteras sienten una gran responsabilidad, que les puede causar tensión o dolor emocional muy profundo. A la mayoría de las parteras les parece que vale la pena enfrentar esos retos porque su trabajo también les da mucha satisfacción. Las parteras hacen algunas de las tareas más importantes y satisfactorias que cualquiera puede hacer en la vida. Por ejemplo, les enseña a las mujeres y a sus familias sobre el cuerpo y la salud, tratan problemas de salud graves y ayudan a traer nuevas vidas al mundo. El mundo necesita el trabajo valioso de las parteras porque las parteras hacen que el mundo sea un lugar más sano, más seguro y más humano.

