

MUJER Y VIDA EN LAS COMUNIDADES NASA

Hugo Portela Guarín¹
Departamento de Antropología Universidad del Cauca
Grupo de Investigación Antropos
EHAS-AIEPI

INTRODUCCIÓN

La “medicina” indígena a través de los tiempos ha servido para la conservación de sus pueblos, así lo afirman hoy los *nasa*. Ella contiene un saber que nació en un espacio distinto al de la biomedicina y el saber occidental, tiene otra historia y por lo tanto resuelve problemas y situaciones diferentes o de manera diferente. El presente material quiere informar sobre el conocimiento sobre los estados especiales de la mujer (menstruación: “salir agua del cuerpo”, embarazo: “niño en la barriga”, parto: “nacimiento”, puerperio: “dieta”, etc.), así como los cuidados recomendados por los recursos propios de salud (*t^he² wala*: hombres sabios y *tut_y ^mbahisa*: parteras) y el personal de las instituciones de salud. Se espera, con el trabajo que se adelante en la comunidad, conseguir más conocimientos que permitan complementar, modificar y adecuar, si es necesario, el contenido de este material, para que contribuya en el fortalecimiento de los saberes propios y de la relación intercultural en salud.

1. *tut_y ^mbahisa²*, sobabarriga o partera.

Las *tut_y ^mbahisa* son las mujeres que ayudan a las mujeres “con niño en la barriga”, para que el niño nazca bien.

Es la mujer que soba y calienta la barriga, para que la mujer no tenga problemas y no se le atraviese el niño.

Ayuda a la mujer cuando esta esperando niño, en el nacimiento mismo y después de que nace.

A nivel popular se le conoce como “partera”, también hay hombres llamados “parteros”.

El *t^he² wala³*: mayor o médico tradicional, también colabora cuando la mujer presenta problemas durante el embarazo.



Figura No. 1 *tut_y ^mbahisa* preparándose para la atención del parto

¹ Las fuentes de información se encuentran en los cuadernos de campo del grupo de investigación Antropos obtenida en las investigaciones en las comunidades *nasa* de Tierradentro, jambaló y Toez –Caloto-

² *tut_y ^mbahisa*, donde *tut_y* es barriga, *^mbahi* es sobar y *sa* un nominalizador, literalmente quien soba barriga y comúnmente conocida como partera

³ *t^he² wala*, donde *thē²* es hombre y *wala* es grande, literalmente hombre grande, grande en sabiduría al que se le conoce con el nombre de medico tradicional

1.1. ¿Cómo aprende la *tut_y^mbahisa*, sobabarriga o partera.?

Una mujer para iniciarse en el conocimiento y práctica de *tut_y^mbahisa* requiere de una predestinación cultural a través de señas, también aprende del propio sufrimiento cuando las mujeres tienen sus hijos.

A partir de señas, sueños o visiones:

Cuando una mujer “siente señas de *tut_y^mbahisa*”, quien le dice que puede iniciar el aprendizaje - con una partera de experiencia- es el *t^he²wala* que siente las señas de la mujer en su cuerpo y las interpreta, luego la baña con plantas y le autoriza para que busque a la persona con la que quiere aprender.

Una vez que las mujeres han tenido “*sueños y visiones que indican el poder para poder ser partera o partero*”, los describen y cuentan a los familiares - madre, abuelos o personas importantes de la comunidad - quienes orientan a la joven o al joven sobre lo que debe hacer para su aprendizaje.

Se logra establecer que es una visión porque se comprueba que las personas que aparecen en ella, se encuentran en lugares diferentes en el mismo momento de la visión. Las visiones son variadas, la joven mujer puede tener una visión donde ve una "*Mujer anciana bien vestida con una jigra atrás [...]*", otra experiencia nos dice: "*En un charco encontré una niña bajita y pequeña jugando con agüita y al rato se desapareció, el cabello era largo y estaba cobijada con una ruana de ovejo negro, de allí no más, me fue avisando señas en el cuerpo [...]*", entre otras visiones.

Los sueños más repetidos tienen que ver con escenarios asociados a los gallineros, gallinas y postura de huevos: "*Soñó con una gallinita buscando nido*".

Después de las visiones y los sueños, las mujeres que se iniciarán en el aprendizaje de *tut'bahi'sa* deben seguir algunas normas y rituales como: una limpieza con el *t^he²wala*, y dieta con alimentos.

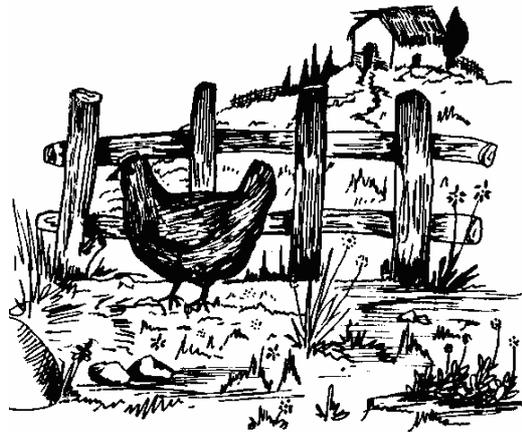


Figura No.2
Gallina buscando nido

Del propio sufrimiento

Algunas *tut_y^mbahisa* aprenden después de haber atendido sus propios partos, “*aprenden del sufrimiento*”, o por la necesidad sentida de la comunidad donde viven, “*al no haber parteras, y personal de salud, toca ayudar a nacer los niños, y si sale bien, el trabajo lo confirma la comunidad*”.

Para llegar a ser *tut_y^mbahisa* se necesita un trabajo de muchos años, “[...] *atender muchos partos*

para tener seguridad”, “solo después de mucho tiempo atiende sola a la mujer con niño en la barriga [...] a los veinte años fui aprendiendo y a la edad de treinta, trabajé sola”.

La comunidad es la que aprueba su trabajo de acuerdo al rendimiento, por eso la *tut_y^mbahisa* se preocupa para “[...] que la atención de sus partos sea afortunada” y mantiene una actitud de colaboración y de ayuda a la comunidad, comportándose de acuerdo a las normas que la cultura le ha definido.

Ellas dicen que para ser “caliente barriga”, se necesita “ser conciente, tranquila, no ser nerviosa, tener paciencia, estar dispuesta a prestar el servicio en cualquier momento del día o de la noche o en la madrugada”. Su trabajo es voluntario, “algunas personas de la comunidad les dan animalitos” -como agradecimiento-.

Recordemos:

Hay una medicina *nasa* y en cada comunidad tienen sus propios recursos de salud, cada uno de los cuales aprende de manera diferente. La *tut_y^mbahisa* por ejemplo, aprende a partir de las visiones y los sueños, o por las necesidades de las mujeres de la comunidad para atender sus propios nacimientos.

¿De qué otra manera se aprende en su comunidad a ser *tut_y^mbahisa*?

1.2. ¿Cuál es el trabajo de la *tut_y^mbahisa*, sobabarriga o partera?

La *tut_y^mbahisa*, según los *nasa*, no solo “ayuda al nacimiento”, debe asegurar la felicidad de la comunidad y que el nacimiento de los niños y niñas sea afortunado:

- Visita a “las mujeres con niño en la barriga”
- “Soba la barriga” de las mujeres cuando la llaman.
- Ayuda a la madre a tener el niño.
- Enseña a “la mujer con niño en la barriga” algunos cuidados como: no tomar chicha, alimentarse bien, no caminar cerca a charcos de agua y ciénagas para que “no bote el niño”.
- Hace “tratamiento del frío” usando emplastos sobre el estomago de la mujer y elaborados con plantas calientes como la ortiga, altamiza, ruda y ajo, y con grasas animales como la infundia. En ocasiones se da a beber aguas de plantas medicinales



Figura No. 3
La *tut_y^mbahisa* visitando a “mujer con niño en la barriga”

2. *kwe kwe yu' β_ya*⁴, mes, regla o menstruación.

kwe kwe yu' β_ya es un estado especial y delicado de la mujer, con la primera vez que aparece – sangre – se marca el inicio de la fertilidad, entre la biomedicina se conoce como menstruación porque se repite cada mes – a no ser que tenga niño en la barriga o presente problemas –, dura de tres a seis días.

A las mujeres indígenas les aparece a los 12 o 14 años y desaparece después de los 40 o 45 años, y "*Cuando se va acercando esta época no se siente nada, ni dolor ni enfermedad*".

2.1. Cuidados

“Se puede bañar pero para ello debe hacer un hueco al lado izquierdo de la casa retirado por lo menos cinco metros [...], en éste tiene que bañarse y allí mismo lavar la ropa que ensucia durante los días que dura el periodo. Algunas veces esos baños se acompañan de remedios -yu' ce- que dan los médicos tradicionales”.

Anteriormente – y hoy en lugares donde la tradición es más vigente – cuando aparece la menstruación por primera vez en una niña, se hacía una fiesta: *“se dejaba la mujer en un ranchito aparte y se tenía que estar quieta tejiendo jigrita, comiendo maíz molido tostado, bañándose y lavando la ropa en un hueco para que la sangre quedara ahí y así devolverla a la tierra”.* *“El agua corriente se evita, porque puede causar hemorragias graves”.*

Las recomendaciones que le hacen a la mujer durante este periodo generalmente tienen que ver con el tipo de relaciones que debe establecer con la naturaleza, con el arco y con el duende⁵, para evitar romper la armonía y protegerse de las hemorragias, para poder tener hijos, para que no *“chamusque la roza”*, para que no se muera un animal o una persona porque el arco o duende se han enojado.

Las costumbres alrededor de *kwe kwe yu' β_ya* se han perdido o han cambiado y además hay diferencias entre una zona y otra; pero las normas se cumplen para no afectar a las personas y los animales de la casa.



Figura No. 4: Dibujo de una visión de duende

⁴ Menstruar en la lengua *nasa yuwe* es *kwe kwe yu' β_ya*, donde *kakue* es cuerpo, *yu'* Es agua y *β_ya* es aparecer, literalmente aparecer agua. Surge como un estado del agua, ya que dentro de la medicina *nasa* se le considera un estado bastante delicado. Es como si fuera un estado frío que, de aumentar su grado, corre el riesgo de congelarse.

⁵

2.2. ¿Por qué es importante *kwe kwe yu' βya* , mes, regla o menstruación?

Durante cada mes la *"du ya'ha"*⁶, jigra de parir o útero se prepara para recibir de la mujer y el hombre la semilla que empezará a formar un niño o niña. Si el hombre y la mujer no se juntan, a los 26 o 30 días "*aparece el mes*", vuelve la menstruación.

En el pensamiento *nasa* son varias las causas por las cuales "*no aparece el mes*", y ellas pueden ser:

- "*La mujer tiene niño en la barriga*".
- La mujer tiene un problema conocido como "*ausencia de mes*".
- La mujer tiene problemas de alimentación.
- A la mujer no le va a venir más por la edad.

Cuando el mes aparece antes de la fecha en forma de pequeñas hemorragias, puede ser por:

- No cumplir las normas y el duende la enfermó.
- Por tener algún tumor.
- O por tener un cáncer.

"Si perdemos mucha sangre nos enfermamos, entonces cuando hay hemorragia debemos ir rápido al médico para que nos hagan un examen".

Recordemos:

1- Si el mes no aparece, la mujer puede estar con niño en la barriga, de no ser así hay problemas.

2- Si hay mucha hemorragia o aparece *kwe kwe yu' βya* (mes, regla o menstruación) antes de la fecha puede haber problemas.

3- Cuando la mujer tiene el mes se expone al frío por eso debe lavarse con aguas calientes para no complicarse.

Estemos atentas y ojala la mujer se haga un examen médico.

3. *nasa tu' te hi'pa* , o mujer con niño en la barriga.

Cuando la mujer "*está con niño en la barriga*", la comunidad está atenta y comparte el acontecimiento, intervienen los padres, abuelos y vecinos.

⁶ *"du ya'ha* donde *"du* es parir y *ya'ha* es mochila, literalmente mochila de parir, es el útero.

3.1. ¿Cuándo, una mujer queda con niño en la barriga?

“Una mujer indígena puede quedar con niño en la barriga por el duende, si no cumple las normas”.

“Una mujer con niño en la barriga” es el resultado de la relación del hombre y la mujer. “Cuando un hombre y una mujer, a quien ya le apareció el mes por primera vez, se acuestan juntos puede pasar que la mujer quede esperando niño”.

El hombre y la mujer tienen cada uno una parte del cuerpo que sirve para que la mujer quede con niño en la barriga.

Las sobabarrigas llaman a la parte reproductiva de la mujer *“du ya’ha*: jigra de parir, y a la del hombre *iu*: pene y *“zit_s*: huevos.



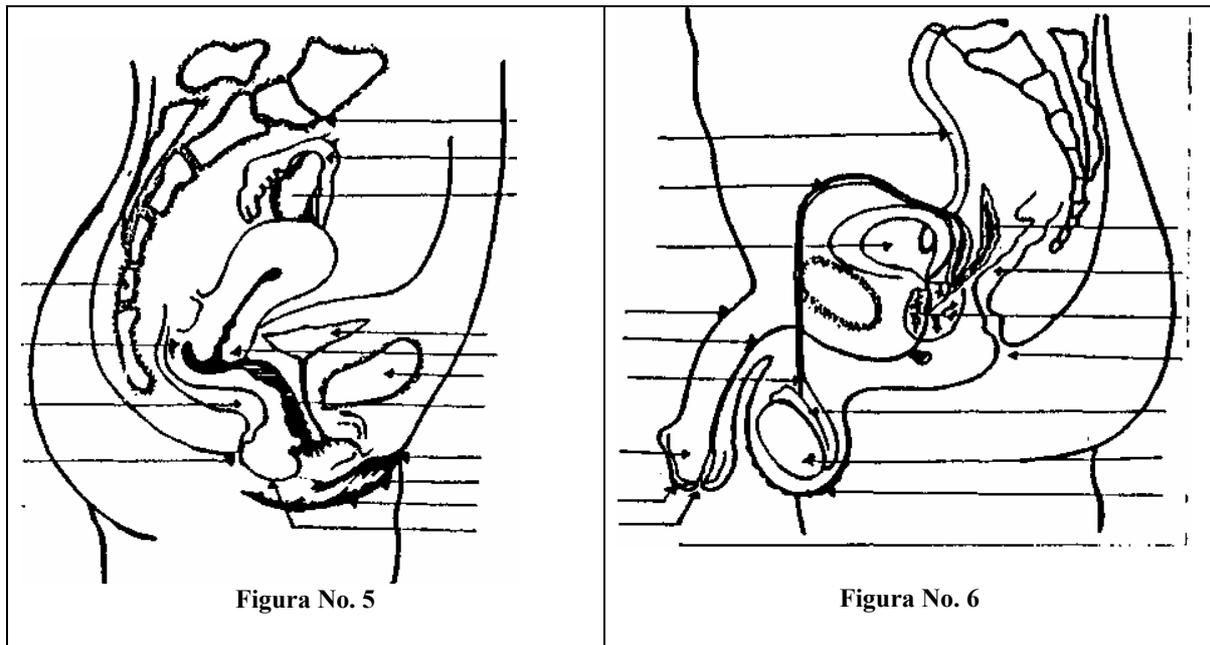
Figura No. 4

Además de la jigra de parir (útero o matriz), la mujer tiene dos bolitas al pie de la jigra de parir llamadas *“zit_s* – huevos –. Cuando la mujer nace tiene en esos *“zit_s* unas semillitas que maduran como las frutas a medida que la mujer se hace más grandecita. De los huevos, cada mes, sale una de estas semillitas, más o menos quince días antes de venir el mes.

Los *“zit_s*: huevos en el hombre – o testículos según la biomedicina –, cuando el niño nace son pequeños y están más arriba del lugar definitivo, pero a medida que van creciendo van bajando y van aumentando de tamaño. Dentro de estos huevos se producen otra clase de semillitas pequeñísimas, son millones, y se conocen como espermatozoides.

“Según nuestra creencia – nasa –, las sobabarriga dicen que el niño se forma como una bola, que se va agrandando y va formando sus partes, si es mujer al mes está formada, si es hombre a los cinco meses”. El niño está prendido mediante el *s_ya^m bwes*: lazo o cordón umbilical al *pa^ogo* que es banca, asiento del retoño, o placenta, *“es como un banquito en el que está sentadito”.*

Es importante seguir investigando entre las mamás, los abuelos, las abuelas, las mujeres sobabarrigas, sobre el conocimiento que la cultura **nasa** tiene alrededor de cómo se forman los niños. También es importante el ejercicio de identificar en cada uno de los dibujos – figuras No.5 y 6– las partes del cuerpo que tienen que ver con la reproducción desde el pensamiento *nasa*; y escribir los nombres en lengua y en español, así como sus funciones. También es importante identificar las partes de la reproducción según lo aprendido de la biomedicina.



Según la biomedicina, al juntarse la semilla del hombre con la semilla de la mujer produce el embarazo – la mujer queda con niño en la barriga –.

El niño al principio es como un huevito que se pega dentro de la matriz de la mamá, donde se forma la placenta que se encarga de alimentar al niño por medio del cordón umbilical. También se forma una bolsa o manto dentro del cual hay un liquido que sirve para alimentar y proteger al niño. A medida que pasa el tiempo se van formando todas las partes del cuerpo, después el niño ya formado empieza a crecer hasta completar los nueve meses de embarazo, momento en que el niño nace.

En ocasiones el huevito no se pega bien en la matriz y se desprende produciéndose lo que se llama aborto. En otros casos el niño ya formado puede desprenderse por:

- Infecciones fuertes de la mamá.
- Debilidad o desnutrición de la mamá.
- Por mucho trabajo durante el embarazo.

3.2. ¿ Cómo se conoce que una señora tiene niño o niña en la barriga ?

La comunidad y muy especialmente las *tut^y bahisa* saben cuando una mujer está esperando niño o niña. Esto dice la sobabarriga:

- “Levantán un poco el pie derecho al caminar”.
- “Los ojos se hunden y se ponen más negros”.
- “El hueso de la rodilla al tocarlo se siente un poco blando”.
- “El estómago va aumentando de tamaño”.
- “No le aparece el mes”.

- *“Cuando va a trabajar le duele la barriga”.*
- *“Le cambian los senos”.*
- *“Le cambian las nalgas”.*
- *“Cambia el modo de vestir”.*
- *“Usa ropa, como ruana continuamente”.*
- *“Tiene antojos”.*
- *“Le da sueño”.*
- *“Le puede dar manchas en la cara”.*
- *“Le falta apetito”.*
- *“Le da orinadera”.*
- *“Le cambia el genio”.*
- *“Asco por las comidas”.*
- *“Náuseas, vómitos o mareos”.*
- *“Si está amamantando esta leche le cae mal al niño, le da diarrea y dolor de estómago”.*
- *“Se ponen pálidas”.*
- *“Se pueden hinchar un poco los pies”.*
- *“Al avanzar el embarazo la barriga crece más y la madre puede sentir las partes del cuerpo del niño que ya se está formando”.*
- *“Si va a ser niña, la madre tiene cara pálida, los ojos asustados y se ponen más feas”.*
- *“Si va a ser niño la cara no cambia nada y el que sufre es el hombre”*

3.3. Recomendaciones desde el pensamiento *nasa*, frente a síntomas que presenta la mujer.

El que la mujer esté esperando niño o niña es algo muy natural que da alegría, por eso todos colaboran, especialmente el padre, quien en esta época cuida más a la mujer para garantizar que el niño nazca sin problemas.

- Si hay náuseas, vómitos, agrieras - sobretodo en los primeros meses- : se recomienda comer la comida repartida en más de tres comidas, tomar agua de panela con una galleta cuando se levante, no comer grasas ni aliños, evitar los olores fuertes.
- *“Si sufre antojos”* de alimentos debe comer solo huevos calientes.
- Cuando sufre mareos: debe levantarse despacio, tomar algún alimento con azúcar, no estar mucho tiempo de pie.
- Cuando se presenta dolor de espalda: debe descansar, y al acostarse dormir con los pies altos, hacerse sobar la espalda.
- Cuando le dan calambres y se sienta hormigueo en los pies: se debe frotar la pierna de abajo hacia arriba, y colocar paños de agua tibia.
- Si tiene hinchazón de pies, piernas y tobillos: se debe disminuir la sal en la comida, levantar los pies, no tomar mucho líquido.
- La orinadera se da porque el lugar donde está el niño esta cerca al lugar donde se guarda la orina, por eso cuando la mamá espera un niño o una niña, *“le dan deseos de orinar cada rato, eso es normal”*.
- Cuando hay flujo o salida de líquido: durante el tiempo que *“la mujer tiene niño en la barriga”* puede salir un líquido blanco del color de la leche, *“si no huele mal no hay problema”*.
- *“Es difícil ensuciar”*: se hace más fuerza y a veces sale sangre al dar del cuerpo, para evitar eso se debe tomar mucho líquido y comer frutas como banano, manzana y piña.

3.4. Cuidados en el trabajo cuando la mujer tiene niño en la barriga.

“Por trabajar los niños nacen flacos”, por eso es necesario trabajar para que no sean gordos y grandes, de lo contrario, pueden complicar el nacimiento. Por eso la mujer indígena en embarazo sigue haciendo los trabajos de rocería, carga leña, y cocina, con ciertos cuidados:

- Si va a cargar algo: debe colocarse un chumbe alrededor de la barriga para que no se “descuelgue el niño” y le produzca dolor en las piernas y el estomago.
- Debe cargar la leña vertical; si se carga al través, el niño también se atraviesa o se inclina a un lado.
- No dejar que le caiga llovizna cuando el arco está en el firmamento porque puede tener niños deformes o puede abortar.
- No enrollar o tejer lana: porque puede nacer el niño con el cordón enrollado y se puede ahorcar.
- No puede hacer nudos en un lazo.
- Cuando la mamá barre, debe botar la basura inmediatamente: si la deja recogida, la placenta puede quedarse adentro.
- “Si se rompe la jigra, la mujer en embarazo no debe remendarla, porque ataja al niño”, simbólicamente se esta cerrando el hueco por donde va a salir el niño.

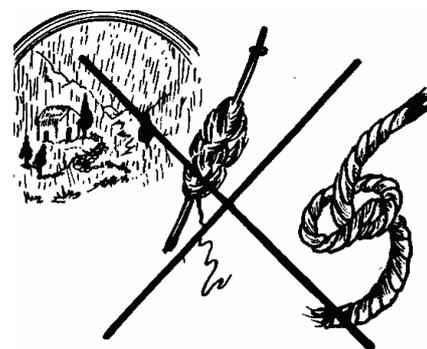


Figura No. 7
Arco Iris, lana enrollada, nudo de lazo

3.5 Recomendaciones desde la biomedicina.

- Comer toda clase de alimentos que tenga en su comunidad de una manera balanceada: granos, harinas, azúcares, frutas, verduras, que le ayudan a la mamá y al niño a mantenerse sanos, alegres y sin problemas.
- Mantenerse siempre limpia, con la ropa ancha nunca apretada.
- Evitar las caídas, golpes y chuzones.
- En el tiempo que la mujer tiene niño en la barriga, las características de la saliva cambia favoreciendo el crecimiento de bacterias. La mamá debe comer bien y lavarse los dientes todos los días después de cada comida, para evitar las caries.
- La mujer con niño en la barriga debe suspender el consumo de la chicha y el aguardiente porque al beberlos puede afectar al niño, y pueden salir demasiado flacos o antes de tiempo.
- Durante el embarazo no se debe tomar medicamentos que no hayan sido recomendados por el médico. Personas de la comunidad dicen que “tomar drogas sin control médico hace que se tenga niños fenómenos”.
- La mujer “con niño en la barriga” debe ir a control desde el primer momento que se da cuenta que está en embarazo.
- A veces ocurre que los niños después de nacer sufren una enfermedad conocida como tétano. Por eso es importante que toda mujer en embarazo se vacune para evitar esto. La vacuna se coloca en dos tiempos: una al quinto mes y la otra al séptimo mes.

3.6. Principales peligros de la mujer con niño en la barriga.

Cuando la mujer tiene niño en la barriga hay molestias que son normales, pero hay otras que son peligrosas para la mamá y el niño, como las siguientes:

Hemorragia: sale sangre por el sitio donde va a salir el niño, con dolor en la parte de abajo del estómago. Si esto sucede antes del séptimo mes, puede salir el niño con la bolsa donde se encontraba y como es muy pequeñito no sobrevive, esto es un aborto. Si sucede después del séptimo mes la mamá y el niño están en problemas y se debe acudir al médico.

Lo que se debe hacer cuando hay sangrado:

- Descansar, no hacer oficio, tomar abundantes líquidos.
- No estar con su compañero.
- Consultar con la *tut*, *m* *bahisa* o médico para ver que le recomienda.

Recuerde:

Siempre que haya sangrado, aunque sea poco, se debe consultar al médico, no importa cuantos meses de embarazo tenga la mamá, siempre indica peligro.

Dolor de cabeza, hinchazón en todo el cuerpo, visión borrosa, ataques y presión aumentada:

- Cuando hay hinchazón sobre todo de manos y cara, presión alta, visión borrosa, hay que enviar de manera urgente la madre a la *tut*, *m* *bahisa*, o el promotor de salud, o el médico. (preferiblemente al médico porque la medicina tradicional no puede controlar estas complicaciones)
- Cuando la madre empieza a sentir dolores más fuertes de cabeza, vé como lucecitas, dolor en la boca del estómago, orina poco y por último le dan ataques, indica que la madre tiene una enfermedad llamada por la biomedicina como TOXEMIA o ECLAMPSIA, esto es muy peligroso ya que si no se hace tratamiento médico puede morir la madre, el niño o ambos. Hay que enviar a la madre inmediatamente al médico



Figura No. 8

Fiebre y Escalofrío:

- Indica que hay una infección, se debe consultar con la *tut^ym bahisa* o con el médico para evitar complicaciones que pueden llevar a la muerte de la madre o el niño.

Ardor al orinar:

- Indica que hay una infección en la orina; si hay fiebre se debe bajar.
- Debe tomar muchos líquidos para purificar la orina.
- Debe Bañarse con plantas frescas.
- No salir a las corrientes de aire.
- Consultar a la *tut^ym bahisa*. Buscar ayuda del médico.

Salida de líquido abundante por el sitio por donde nace el niño:

Esto pasa cuando se rompe la bolsa donde está el niño, es grave si pasa antes de los nueve meses o sea que el parto se presenta antes de tiempo. Esto puede causar infecciones en el niño; es importante saber el color y el olor del líquido que normalmente es como lechoso y no huele mal.

- Lavar varias veces el sitio por donde sale el niño – vagina – con agua tibia que se ha hervido antes.
- Averiguar y comprobar si la madre tiene o no fiebre.
- Escuchar los ruidos del corazón del niño para saber si está vivo.
- Enviar la embarazada a consulta médica de urgencia .

Flujos de mal olor y color:

Puede ser líquido blanco o amarillo de mal olor y que da rasquiña indicando que hay una infección.

- Insistir en la limpieza frecuente.
- Consultar a la *tut^ym bahisa*
- Consultar al médico.

Dolores antes de tiempo:

Si hay dolores antes del noveno mes puede presentarse un aborto o un parto prematuro; es decir, antes de tiempo.

- Consultar con el médico inmediatamente.

Cuando la madre no siente el niño:

Si pasados cuatro meses la mamá no siente al niño, o en cualquier momento después de haberlo sentido disminuye movimientos o no se mueve , puede haber problemas; el niño puede estar muerto.

- Acudir inmediatamente a la *tut^m bahisa*. Preferiblemente buscar ayuda médica de urgencia.

Mujer con cara muy pálida:

Sucede cuando la mamá come mal, puede tener anemia.

- Debe comer alimentos variados: sobre todo fríjol, lenteja, huevo, leche.

Brotes en el cuerpo:

A veces a las embarazadas le dan brotes en el cuerpo que pueden ser sarampión, rubéola o varicela, las que son muy peligrosas si la mamá está en los primeros meses de embarazo o muy cerca al parto porque los niños pueden nacer con las enfermedades que son muy peligrosas. Por eso se debe evitar visitar o estar cerca de personas que tengan alguna de estas enfermedades.

- Consultar a la *tut^m bahisa*.
- Acudir al médico.

Enfermedades de Transmisión Sexual:

Si le da a ella o al compañero, el niño puede salir enfermo, o “*fenómeno o puede morir*”. Lo que debe hacer: Buscar ayuda médica porque se requiere tratamiento especial.



Figura No. 9

3.7. Seguimiento y acompañamiento a la embarazada.

Las personas de la comunidad deben colaborar con el personal de salud informando sobre las mujeres embarazadas que hay en la comunidad, para que sean visitadas.

Con las visitas del personal de salud se busca:

- Conversar con ella y hacer un intercambio de ideas sobre su embarazo.
- Ayudar a conservar su estado general.

- Descubrir a tiempo cualquier señal de peligro para remitirla en caso necesario.
- Saber cuando va a ser el nacimiento del niño.
- Darle educación y orientación sobre los cuidados que debe tener en su estado.
- Coordinar la atención a la hora del nacimiento y ayudar a evitar problemas en el nacimiento del niño.

Si en la comunidad hay partera, lo más importante es recomendarle que se ponga de acuerdo con el personal de salud para hacer las visitas a las embarazadas y que ellas mismas ayuden a encontrar los problemas y colaborar para que la mamá y el niño estén bien.

Si una señora no ha ido a la partera debe indicársele que lo haga lo antes posible.

Los auxiliares de enfermería o promotores de salud pueden colaborar con la comunidad de la siguiente manera:

- Conociendo y observando el estado de embarazo de la señora.
- Estableciendo el tiempo de embarazo.
- Numero de partos anteriores. ¿Cómo le fue, quien los atendió?
- Como se encuentra de salud.
- Convencer a las mujeres de la importancia de evaluar el estado de su embarazo.
- Revisión de las condiciones generales de la señora:
 - La cara: está muy pálida o tiene buen color. .
 - Los ojos: si la parte de adentro del párpado esta pálido o tiene buen color.
 - Boca: si hay infecciones o dientes y muelas picados.
 - Cuello: Si tiene secas.
 - Estómago: Sentir las partes del cuerpo del niño y la posición en que está.
 - Piernas: establecer si están hinchadas o con las venas brotadas.
 - Se le toma la temperatura, el pulso y presión arterial.
 - Se le ayuda a calcular la fecha.

Recuerde:

La forma de calcular la fecha del nacimiento es la siguiente:

A la fecha en que le vino el último mes le agregamos 9 meses, más 7 días.

Ejemplo: Si el último mes fue el 7 de marzo de 2008, a marzo le aumentamos 9 meses, nos da el día 7 mes de diciembre, más otros 7 días nos da el 14. O sea que la señora tendrá su niño hacia el 14 de diciembre de este mismo año.

Se calcula con el primer día de la última menstruación. La fecha que se calcula es probable y es normal si se adelanta dos semanas o se atrasa una semana. Si el atraso es de más de una semana es necesario consultar inmediatamente para conocer el estado fetal.

Si el personal de salud encuentra situaciones de riesgo en el embarazo de las mujeres, es importante que averigüen si las *tut*, *mbahisa* o parteras las están controlando para ponerse de acuerdo con ellas y buscar las ayudas necesarias.

¿Dentro de nuestras comunidades cómo se puede mejorar el control de “las señoras que están esperando niño” para evitar problemas a la hora del nacimiento?

Según las *tuty^m bahisa* ¿que se puede hacer? _____

Según el personal de salud ¿que se puede hacer? _____

4. Uph'ni.

Nacimiento.

El nacimiento de los niños se atiende de manera diferente dentro y fuera de la comunidad. Es importante trabajar por el mantenimiento, valoración y complemento de los conocimientos de los recursos tradicionales como la *tuty^m bahisa* o sobabarriga.

4.1. Preparativos.

Cuando una mujer está esperando, la familia se prepara para recibir el nuevo ser.

- **Se hace un cultivo o roza más grande** : calculando que haya suficiente comida cuando el niño o niña nazca, también se siembra ajo, cilantro y otras plantas calientes que se dan al momento del nacimiento.
- **Se alistan dos chumbes**: uno para enchumar al niño y otro para aparlo. (aquí hay una discusión muy importante porque desde la biomedicina se plantea que estas praáticas agravan problemas de displasia o luxación de cadera)



Figura No. 10 Chumbe

- **Alimentos**: Chocolate, gallina, ovejo, aguardiente, papa guata, cilantro, ajo, huevos - todos calientes -
- **Controles**: por parte de las parteras a los tres meses, otros a los seis, y otras sólo cuando se sienten mal.
- **El lugar donde se atiende el nacimiento**:

Anteriormente y aún en algunos sitios existe la costumbre de construir un rancho aparte al lado izquierdo de la casa. En el rancho se hace un fogón, ahí se atiende el nacimiento. Otras familias acostumbran tener dos cocinas: una para el nacimiento y cuando la mujer tiene la menstruación, y la otra para toda la familia. Otras familias atienden el nacimiento en la única cocina de la casa.

El lugar donde se atiende el parto es muy importante, averigüemos con la comunidad donde se atienden los nacimientos, cuales son los preparativos y qué problemas encontramos en estos sitios _____

4.2. ¿Cómo es el nacimiento?

Antes de nacimiento, la *tut, ^mbahisa* recomienda a la embarazada no hacer fuerza porque cuando llega la hora estará débil. Para ésta debilidad le puede dar una taza de chocolate y caldo de huevo con ajo. La mujer se puede encerrar en un cuarto oscuro y *el t^he[?] wala* y la *tut, ^mbahisa* le queman plantas calientes.

- La acompañan la suegra, el marido, la mamá; el resto de la familia
- Se coloca una vela junto al fogón o en el cuarto vecino.
- Cuando se inician los dolores se dan remedios calientes: ruda con miel o pepa de culebra para que nazca rápido, se cocinan se machacan y se toman dos o tres veces al día.
- Se da caldo de arracacha con huevo que ayuda a pasar el dolor.
- Otros remedios calientes que se toman son: canela, clavos, con un poquito de aguardiente para que le de más fuerza, caldo de huevo con manteca para que vayan aflojando el cuerpo lo mismo que caldo de gallina
- Sobas: Le soban la barriga con aguardiente quemado con canela. Se hacen de arriba hacia abajo en la barriga y en la espalda, con cuidado pero firme. Se usa manteca de oso, infundía, aguardiente y tabaco. Todo el masaje se hace con la mujer vestida, en ningún momento está sin ropa.
- Posición: La posición siempre busca que la mamá este cómoda y pueda hacer más fuerza. La más común es que se agarre del chumbe, lazo o reja colgado, la mamá de rodillas o en cuclillas para que el niño nazca rápido. Otras veces el esposo se sienta en un banco, la parturienta se apoya con sus manos en los hombros de él. La mujer en cuclillas se esfuerza, mientras que por detrás la partera la soba de la cintura para abajo. En el suelo hay un costal en medio de los pies de la mamá donde se acuesta el niño y allí se deja hasta que salga el “*asiento del retoño*” o placenta para poder cortar el cordón, si se hace antes, se hincha el niño.



Figura No. 11

¿Qué otras posiciones acostumbran las mujeres embarazadas a la hora del parto en la comunidad?

El cordón se corta con una cuchilla pasada por el humo o un carrizo filudo.

Antes de cortar se amarra el ombligo con una telita limpia. Casi nunca se echa nada en el ombligo a no ser que los padres lo pidan de acuerdo a las creencias, como manteca de oso para que salga fuerte.

El cordón y el “*asiento de retoño*” – placenta – se entierra a un lado del fogón. Si se entierra por fuera coge frío y le da dolor de estómago a la mamá. Hay otras que lo entierran en el corredor de la casa.

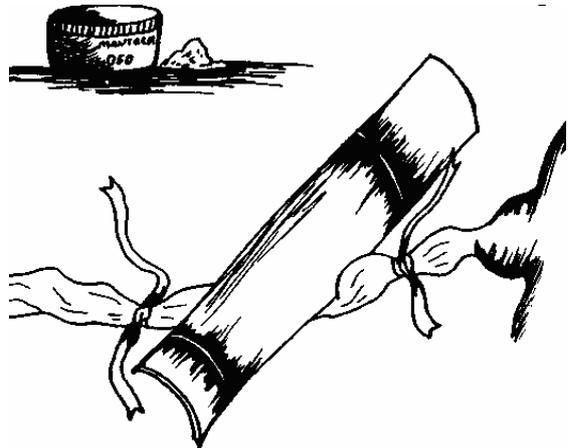


Figura No. 12

4.3. ¿Por qué se complica el nacimiento según la comunidad?

El nacimiento se complica cuando la mujer:

- No se enchumba la barriga antes de cargar leña.
- No trabaja y el niño se engorda cuando está en la barriga.
- No evita el hielo: esta cerca a los finados o la familia de ellos sin hacerse limpiezas.
- Pasa por caminos pantanosos, charcos o lagunas.
- Come alimentos fríos.
- No se cuida del arco y los nacimientos pueden darse antes de tiempo o demorarse.

4.4. Cuidados después del nacimiento.

Se deben tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Bañarse con plantas calientes: arracachilla, hojas de cedrón, ruda, siempre viva, arrayán.
- No salir en cuatro semanas.
- Lavar la ropa en el hoyo, si se lava en el chorro el duende se enoja y puede matar a la mamá y el niño.
- Algunas mujeres se amarran la barriga con chumbe para que no se suba la matriz.
- La partera arregla la madre, da masajes los días siguientes en la cintura para evitar que se abra.
- Comer alimentos calientes como caldo de gallina con ajo y cilantro y caldo de huevo.
- Consumir aguas de plantas para aumentar la leche.
- ¿Qué otras cosas se hacen en su comunidad cuando el niño nace? _____

4.5. ¿Cómo es el nacimiento en el hospital?

En caso de complicaciones es necesario recomendar a las embarazadas que vayan a los hospitales, por eso hay que estar preparados para buscar una solución a tiempo y para indicar qué es lo que van a encontrar cuando salen de su comunidad, para que la familia vaya preparada

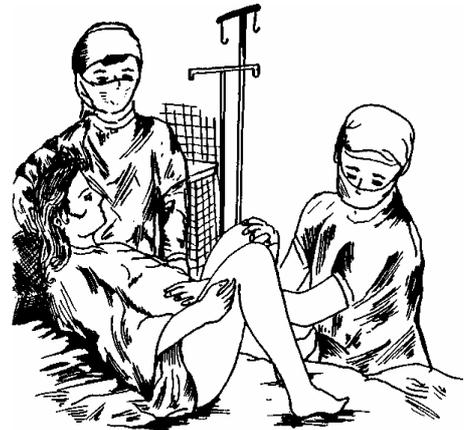


Figura No. 13

¿Qué indica que se va a iniciar el nacimiento?

- Los dolores en la parte baja del estómago que van hacia atrás y los pantalones se pintan con moco y sangre.
- Si es el primer niño, el nacimiento se demora entre 10 y 16 horas; si ya ha tenido otros, el nacimiento es más rápido.
- Cuando a la embarazada le empiezan los dolores, se le recomienda que se quede en la casa, que camine, que esté pendiente de la frecuencia de los dolores, del tiempo que duran y qué tan fuertes son.
- La mujer debe ir al hospital cuando tenga tres o mas dolores en 10 minutos, cuando sale líquido por la vagina o se presente sangrado; debe ir con alguien de la familia, “lleva la primera ropa del niño y las cosas de su aseo personal”.

¿Qué indica que hay peligro cuando la mujer está con dolores?

- Aumento exagerado de los dolores.
- Salida de líquido antes de tiempo, y si es de color rojo que indica que hay sangrado.
- Si es de color verde oscuro es porque el niño se ensució adentro, porque está sufriendo y puede morir.
- El corazón del niño no se siente, puede indicar que está muerto el niño.
- Salida del cordón antes de tiempo.
- Disminución o ausencia de movimientos fetales porque no esta aguantando las contracciones.

En cualquiera de estos casos a la mujer se le hospitaliza y se le da tratamiento médico

En el hospital:

La mujer es valorada por el médico para saber si ya va a nacer el niño, se pone un guante y mete los dedos entre el camino por donde va a salir el niño o niña (la vagina) de la mujer y llega hasta la matriz. Lo poco o mucho que alcance a abrir los dedos dice que tanto tiempo le falta. Si ya es hora, a ella la entran a una pieza para esperar el momento del nacimiento, y los acompañantes la esperan afuera.

Si la señora estuvo controlando su embarazo en un Puesto de Salud debe llevar su historia para que el personal de salud se de cuenta si tuvo problemas. A la mujer se le hace un lavado del intestino para que ensucie y quede sin excrementos, esto para que cuando esté haciendo fuerza para sacar el niño, no se ensucie. Este lavado depende de la dilatación que presente la señora, con más de 4 de dilatación no se hace, con menos de tres de dilatación si se hace. Desde este momento a la mujer no se le da ningún alimento, además si no está limpia se le hace bañar.

El personal de salud vigila cuando llega la hora y se le informa al médico para que éste ordene pasarla al lugar donde va a nacer el niño.

- El parto: aquí es atendido en una sala especial. La mujer se acuesta en una camilla, las piernas se abren y se colocan altas con un par de estribos.

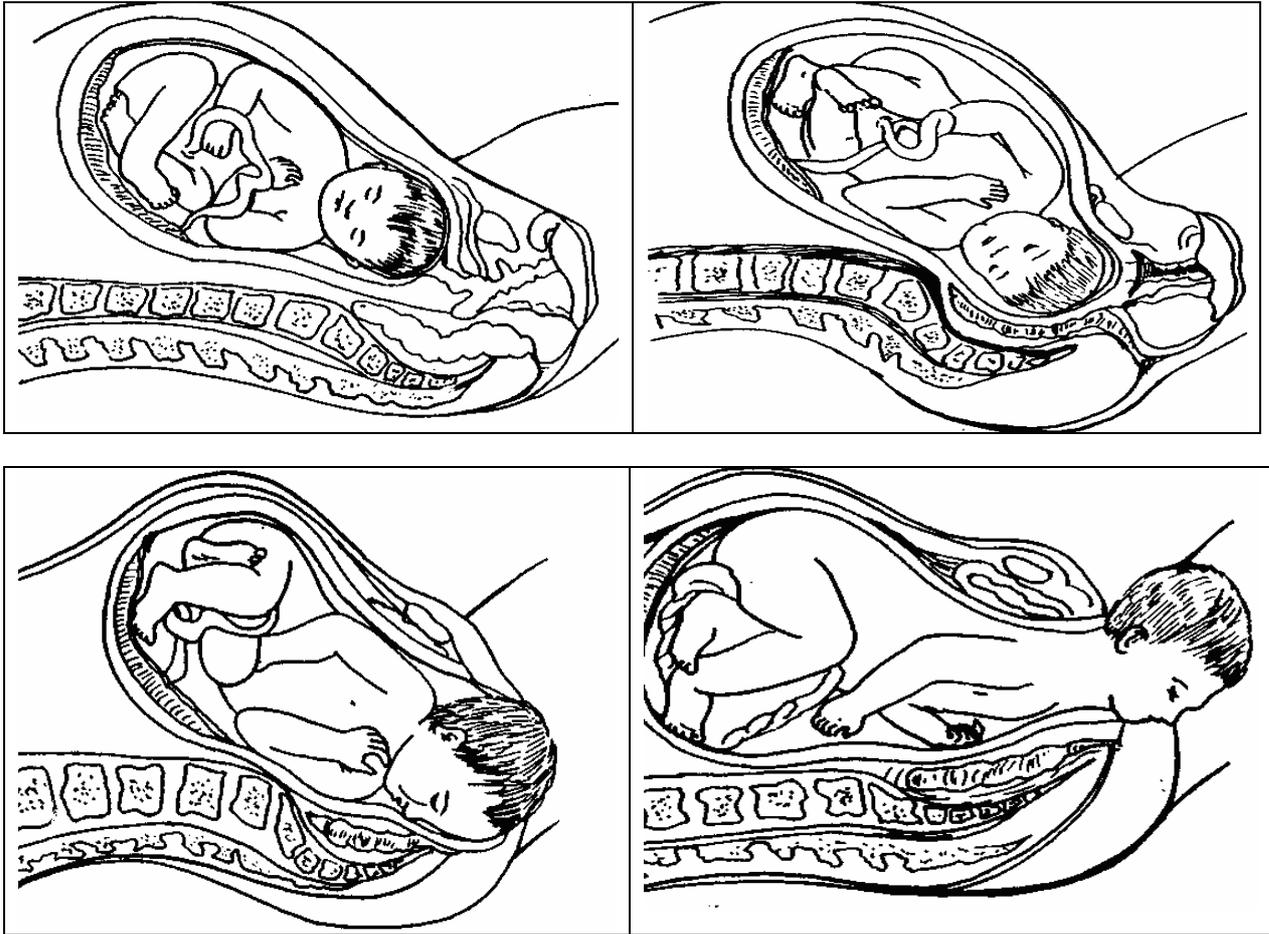
- Cómo se atiende: El parto lo atiende el médico y le ayuda la enfermera. El médico, la enfermera y la embarazada se ponen una ropa especial.

Para el nacimiento se usan muchos materiales: jabón, guantes, tijeras, gasas, cauchos para amarrar el ombligo, jeringas, agujas, inyección de vitamina K, gotas para los ojos del niño, corneta, aspirador, pinzas, un platón, baldes, un lugar para colocar el niño, agujas e hilo para coser.

Cuando todo está listo, se limpia bien el lugar por donde el niño va a nacer, si todo avanza bien la mujer hace fuerza y el niño asoma la cabeza. Si es el primer niño, el médico abre con una tijera un pedazo en el sitio por donde el niño sale, a esto se le llama Episiotomía, esto se hace porque esta parte se debe estirar mucho y a veces la piel se rompe. Si la mujer ha tenido varios niños no se le corta porque el niño nace más fácilmente.

En la mayoría de los casos el niño nace con la cara hacia abajo, luego la voltea y empiezan a salir los hombros primero uno después el otro, por eso se le ayuda subiendo la cabeza y bajándola.

1. Cabeza afuera.
2. Se limpia la boca y se revisa el cordón: se aspira la cavidad oral para que el niño no aspire el líquido amniótico. Esto en caso de que este meconíao (que se haya ensuciado adentro)
3. Se saca el niño.
4. Se pinza el cordón.
5. Se corta.
6. Se coloca alcohol en el cordón umbilical para evitar infecciones.
7. Se coloca la inyección de vitamina K al recién nacido para evitar sangrados.
8. Se coloca terramicina oftálmica para evitar infecciones oculares.



¿Qué pasa luego con la mamá?

La mujer espera un rato más acostada, para que la placenta salga, generalmente a los cinco minutos o más tarde. Cuando ya sale, se revisa para ver si está completa y luego se bota en un balde. Si a la señora se le hizo episiotomía, se cierra con puntos y se limpia bien el lugar. Hay que estar pendiente de la señora todo el tiempo porque a veces sangra mucho y puede complicarse el parto. Por eso se toma la presión y el pulso y se conversa con ella, terminado el nacimiento, la mujer se lleva a una pieza y se le avisa a los familiares para que la vean por un momento y conozcan el niño.

¿Qué diferencias se encuentran entre el nacimiento del niño en el hospital y en la comunidad?

HOSPITAL

COMUNIDAD

4.6. Parto de Urgencia.

El personal de salud, y en algunos casos los promotores de salud, en el momento que se presente una

emergencia en la comunidad, pueden atender un nacimiento. Se puede recordar una forma sencilla de hacerlo.

Normalmente el nacimiento de un niño o niña ocurre en tres etapas:

- 1- Desde que inician los dolores hasta que el niño empieza a bajar para nacer.
- 2- Desde que empieza a bajar hasta que nace.
- 3- Desde que nace hasta que sale la placenta.

Una cosa importante es la calma por parte del personal de salud o promotor y la conversación con la embarazada, en caso que deban atenderla; preguntar cómo le han atendido los partos y que sabe sobre ellos. El nacimiento generalmente es un proceso sencillo si la señora está bien.

En la primera etapa, la mamá no debe hacer fuerza, ojala tenga la vejiga vacía para que no estorbe la salida del niño. Si vomita se le puede suministrar un suero. El lugar donde reposa la madre debe estar lo más limpio posible y quienes van a ayudar al nacimiento deben lavarse bien las manos con agua y jabón.

Se deben alistar las siguientes cosas:

- Para cortar el cordón: cuchilla nueva., o carrizo o una tijera bien hervida.
- Una olla de agua hervida.
- Tiritas de tela o de lana también hervidas.
- Un trapo limpio para limpiar el niño al nacer.
- Ropa para cubrir al niño cuando nazca.
- Alistar el sitio donde se va a enterrar la placenta.
- Alistar en que recibir al niño.

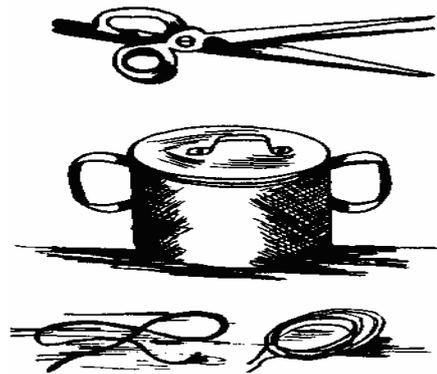


Figura No. 14

En la segunda etapa, que comienza generalmente cuando sale mucha agua por la vagina, la mamá siente muchas ganas de hacer fuerza, y para que el niño salga. Para pujar, es bueno aconsejar tomar aire y sostenerlo y luego hacer fuerza como si fuera a “dar del cuerpo”. Esta etapa es más rápida que la primera.

Cuando ya es el momento de hacer fuerza, la mamá se debe colocar en la posición que se acostumbre para tener los niños en la comunidad y tener a la mano todos los materiales que necesitamos.

Cuando aparezca la cabeza, la mamá no debe pujar más, de esta manera la cabeza sale más despacio, normalmente la cabeza del niño sale con la cara hacia abajo. Luego el niño ladea el cuerpo y la cabeza, se mira si trae el cordón enredado, en este caso hay que amarrarlo en dos partes separadas una de la otra más o menos 10 centímetros y cortamos por la mitad (Si el cordón no se observa, se deja que continúe el trabajo de parto y se corta el cordón cuando salga el niño). Cuando el niño ladea el cuerpo van saliendo los hombros, sino salen podemos ayudar cogiendo la cabeza muy suave y jalando primero hacia abajo y sacamos un hombro y después hacia arriba y sacamos el otro. La mamá es la que ayuda en esto, ella con su fuerza es la que debe sacar el niño.

¿Qué se hace con el niño al nacer?

- Se limpian la boca y la garganta de secreciones, colocándolo boca abajo y limpiando con un trapito bien lavado.
- Hay que asegurarse que está respirando bien.
- Si no respira rápido se debe -frotar la espalda con un trapo, si aun no respira, continuar estimulando –sobar las plantas de los pies, espalda y cabeza-. No se debe dar respiración boca a boca porque puede ocasionar en el niño daño en los pulmones.
- Cortar enseguida el cordón como ya se explicó arriba – a 5 cm de la pared abdominal del niño-. Lo más importante es que el cordón no quede muy largo porque así se inflama fácilmente.
- Se limpia el niño y lo cubrimos para que no se enfríe.
- Se coloca en el sitio que se había preparado para él.

Salida de la placenta.

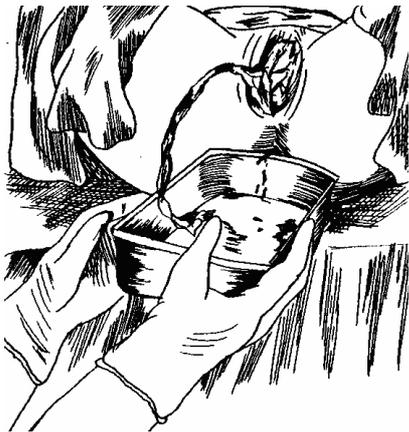


Figura No. 15

Sale sola a los cinco o diez minutos.

Se debe revisar si la placenta sale entera, para evitarle infecciones a la mamá.

Si sale incompleta se debe buscar ayuda.

¿Por qué se puede complicar el nacimiento?

- Que el niño no salga, debido a varias razones:

Que el cuello de la matriz no se abra bien para facilitar la salida del niño, entonces es necesario operar a la madre.

Que el niño sea muy grande.

Que el niño venga de pies o nalgas, o en cualquier posición que no sea de cabeza.

En cualquiera de estos casos se debe buscar atención médica o remitir para que la operen.

- Salida de líquido verde oscuro por el lugar por donde sale el niño, esto indica que él se encuentra en malas condiciones o sea que está sufriendo y puede morir. En este caso debe remitirse para tratar de salvar la vida del niño.

- Que el asiento de retoño o placenta no salga, o que salga en pedazos, lo cual impide que la matriz se ponga dura, presentándose abundante sangrado.
- Sangrado abundante por rasgaduras en el cuello de la matriz, causados por la salida rápida o brusca del niño, o cuando nace muy grande.

Recuerde:

Esta hemorragia puede causar la muerte de la madre en poco tiempo, por choque o pérdida excesiva de sangre. Es necesario remitir en forma inmediata para que la mujer reciba atención médica.

Investigue en su comunidad sobre lo siguiente:

1. Qué hacen si el asiento de retoño no sale? _____

2. Qué hacen si observan salida de líquido verde? _____

3. Qué hacen si el niño viene de nalgas o atravesado? _____

4. Qué hacen si el niño no sale? _____

Etapas del parto



Figura No. 16



Figura No. 17



Figura No. 18



Figura No. 19



Figura No. 20



Figura No. 21



Figura No. 22

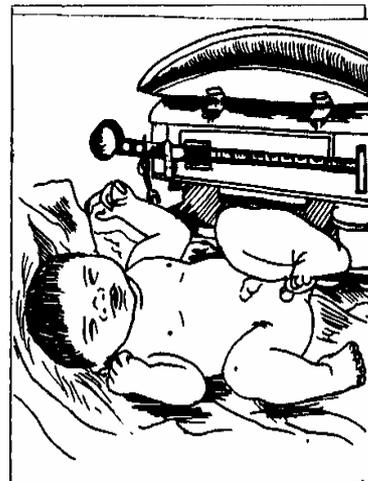


Figura No. 23

Dieta o puerperio.



Figura No. 24

Es el periodo de tiempo comprendido desde el nacimiento del niño hasta más o menos 4 a 6 semanas después, tiempo que se demora la matriz para volver a su tamaño normal o sea el que tenía antes del embarazo.

Durante las dos primeras horas después del nacimiento del niño, la madre debe permanecer acostada boca arriba, y hacerse masajes sobre la matriz para ayudar a que ésta se ponga bien dura y evitar así el sangrado abundante.

Se debe colocar el niño al pecho para que empiece a alimentarse del seno materno, esto también ayuda a que la matriz se ponga dura.

Durante los dos o tres primeros días de la dieta la mujer presenta salida de secreción sanguinolenta en regular cantidad; del 3 al 4 día la secreción cambia de color parduzco a más pálida que la anterior, luego entre el 5 y el 10 día, la secreción es blanca amarillenta y más escasa. Normalmente esta secreción no debe tener mal olor, en caso de presentar olor fétido o que sea de color amarillo verdoso y se acompañe de fiebre y dolor bajito, indica que hay infección y necesita de atención médica.

Las mujeres Nasa tienen algunos cuidados durante la dieta y son los siguientes:

- Evitan exponerse al viento.
- No realizan trabajos pesados.
- No comen alimentos pesados ni fríos.
- Se realizan un aseo diario de los genitales utilizando agua de plantas calientes.
- A los ocho días después del parto se hacen un baño general de todo el cuerpo con aguas de plantas como yerbabuena blanca y negra, ruda, salvia, limoncillo y altamisa.

Complicaciones del puerperio o dieta.

- Presencia de olor fétido y color amarillo verdoso en la secreción que bota la mujer, acompañado de fiebre y malestar general. Se recomienda buscar ayuda del *t^he² wala*; si continua debe remitirse al médico, ya que la infección puede avanzar hasta causarle la muerte.

- Mastitis: Inflamación, enrojecimiento y dolor fuerte de los senos, acompañado de fiebre; se recomienda aplicar paños con agua tibia sobre los senos, sino desaparece el problema se puede consultar al The' Wala o remitir a consulta médica.
- Dolor de cabeza fuerte, visión borrosa o ver candelillas, aumento exagerado de la presión arterial o que le den ataques

En este caso deben remitirse porque necesita atención médica.

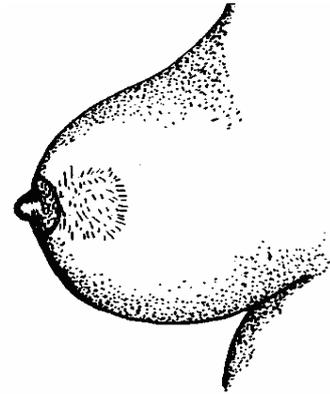


Figura No. 25

Alimentación del niño tierno.

Durante los primeros 6 meses de vida, el único alimento que necesita el niño es la leche materna o “el seno”. La madre debe poner al niño desde las primeras horas de nacido para que empiece a chupar, así facilita la salida de la primera leche o calostro, la cual le previene de muchas enfermedades.

¿Por qué es importante la leche materna?

- Contiene muchas proteínas y vitaminas necesarias para el crecimiento sano y fuerte del niño.
- Siempre está lista y a la temperatura adecuada para dársela al niño.
- No necesita preparación.
- No cuesta nada.
- El acercamiento entre la madre y el niño cuando toma el seno favorece la relación de cariño entre ellos, da al niño las defensas de la madre contra algunas enfermedades, evita diarreas, e infecciones respiratorias.

Antes de darle seno al niño, la madre debe lavarse las manos y el seno para evitarle diarreas o granitos en la boca; debe sentarse cómodamente, cogerlo entre los brazos, hacer que el niño agarre el seno, teniendo cuidado de que la nariz no le quede tapada para facilitar su respiración. Es necesario que cada vez que se alimente al niño se le de a mamar de ambos senos, primero de un seno, si queda satisfecho, la próxima vez que vaya a tomar se da del otro seno; sino queda satisfecho, se empieza a dar del otro seno hasta que quede bien, y la próxima vez se inicia del mismo seno, esto para evitar la mastitis.

Al terminar de amamantarlo, la mamá debe parar el niño y apoyarlo sobre su hombro; darle unos golpecitos suaves en la espalda para sacarle el aire y así evitarle molestias como cólicos o dolor de estomago y vómitos; luego puede acostarlo de lado, evitando así que se ahogue en el caso que se presente vómito.

Cuando el niño cumple los 6 meses, además de la leche materna es necesario darle otros alimentos para complementar y mejorar su nutrición. Se empieza a darle alimentos líquidos, luego blandos y finalmente sólidos, en pequeñas cantidades que van aumentando poco a poco, si se observa que le caen bien.



Figura No. 26

Estos alimentos pueden ser de los mismos que se preparan para el resto de la familia. Para dar el alimento se debe utilizar taza y cuchara. De acuerdo a las posibilidades económicas, después de los 6 meses de edad, el niño puede empezar a comer huevo tibio, primero dando la yema por algunos días, y si le cae bien, entonces se le puede dar clara también.

Además a esta edad se pueden brindar sopas preparadas con carne y verduras, jugos de frutas hechos con agua bien hervida, o frutas machacadas. Si no se le puede dar huevo y carne, se le reemplaza con colada o sopa de bienestarina que se puede conseguir en los puestos de salud. A los seis meses se les puede dar lentejas, frijoles, garbanzos, arvejas cocinadas y machacadas en la sopa. A los 12 meses, además de la leche materna, ya puede comer de todos los alimentos que consume la familia.

¿Qué cuidados se tiene con el niño tierno en las comunidades Nasa? _____

¿Cuáles son los principales problemas que presenta el niño tierno? _____

6. Niño Prematuro.

Es el niño que nace antes de completar los 9 meses; se puede presentar cuando la madre embarazada sufre de presión arterial alta, azúcar en la sangre, picada de pulmón, cuando la placenta está mal pegada, madres fumadoras o tomadoras, madres desnutridas, madres con enfermedades venéreas y otras infecciones, cuando se tiene susto, preocupación, al sufrir un golpe o caída.

¿Cómo se conoce un niño prematuro?

El niño prematuro se conoce porque:

- El cuerpo es pequeño, de escaso desarrollo.
- La cabeza es grande en comparación con el resto del cuerpo.
- Los ojos son salidos o saltones.
- La oreja es muy suave, delgada y se encuentran muy pegadas al cráneo.
- La cara se ve arrugada como de viejo.
- El tronco y el estómago son grandes.
- Brazos y piernas delgadas y de color rojizo.
- Su vello o pelo abundante en todo el cuerpo.
- A veces presenta dificultad al respirar.

- Se enfría con mucha facilidad.
- No chupa bien el seno. Orina poco.
- Lloro débilmente y casi no se mueve.
- No tiene casi arrugas en las plantas de los pies y palmas de las manos.

Cuidados con el niño prematuro en la casa.



Figura No. 27

Se debe mantener el niño bien abrigado para evitar que se enfríe, la madre debe utilizar ropa limpia y de lana (si es clima frío). También se puede hacer una cuna utilizando una caja de madera, cartón o un canasto grande, una caja más pequeña, ropa, trapos limpios, bolsas o frascos, ladrillos, papel periódico.

Se coloca la caja pequeña dentro de la grande y en los espacios que queden entre las dos cajas se colocan botellas con agua caliente y los ladrillos envueltos en trapos o papel periódico. Se tiende la caja pequeña con trapos limpios, cobijas y allí se acuesta al niño.

Se debe tener cuidado de no ir a quemar al niño y de cambiar el agua de las botellas o bolsas cada vez que se enfríen.

El baño del niño debe ser corto, preferiblemente en la mañana, con agua tibia – puede realizarse a partir del segundo día de vida – y después se sacarlo al sol. Si el niño puede chupar hay que empezar a darle seno lo más pronto posible, en caso contrario la mamá debe sacarse la leche en un traste bien limpio y luego dársela al niño por poquitos, si le cae bien le va aumentando la cantidad poco a poco.

También es importante que las personas que tengan gripa, diarreas o granos, no vean al niño, ya que pueden pasar estas enfermedades con mucha facilidad.

¿En las comunidades Nasa qué cuidados tienen con el niño que nace antes de tiempo?
