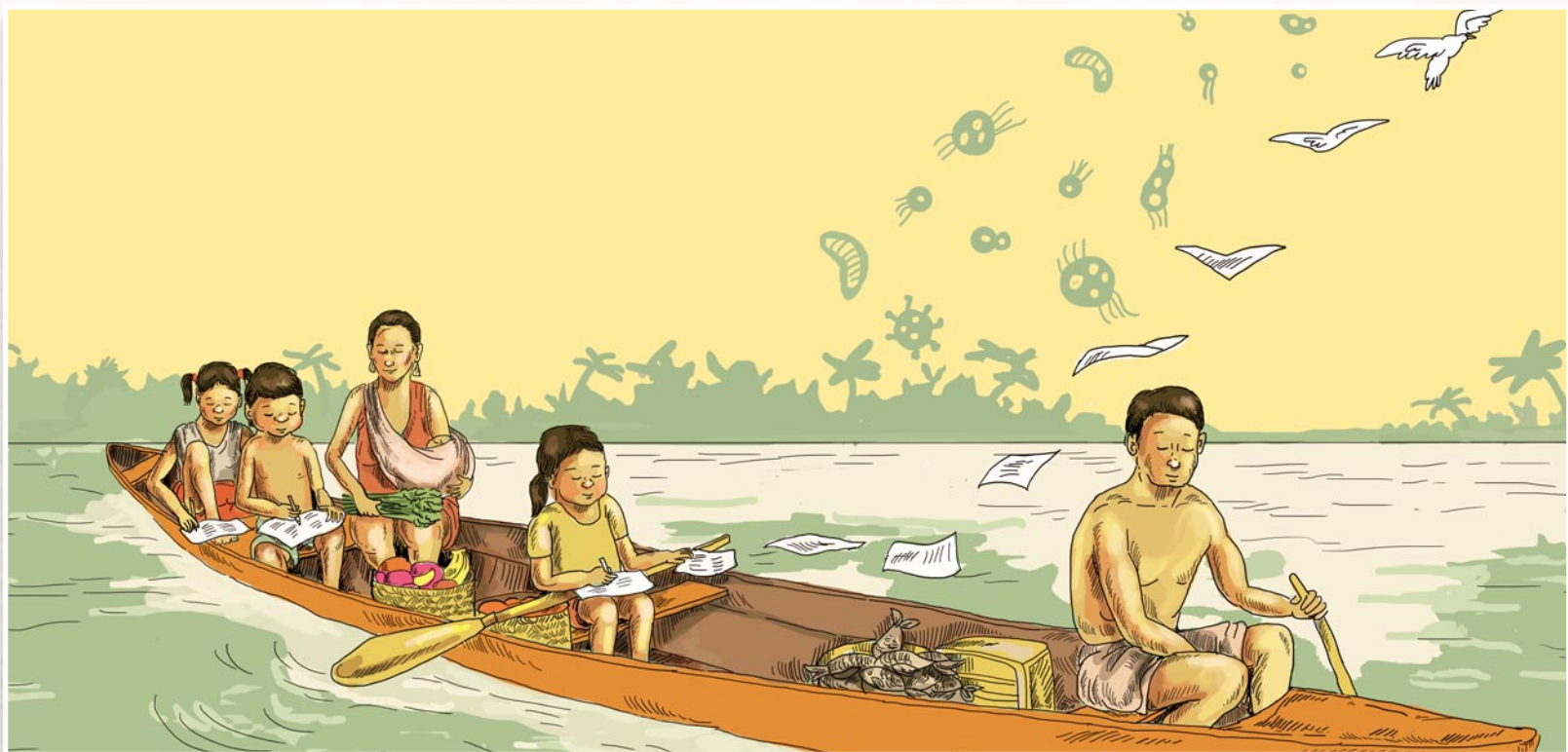


HAGAMOS HISTORIA, CONTANDO NUESTRAS HISTORIAS

EDICIÓN 2021





PRESENTACIÓN

Dicen que las historias configuran el mundo.

“Hagamos historia, contando nuestras historias” fue una invitación lanzada a las comunidades de América Latina y el Caribe a contar sus historias relacionadas con la prevención de infecciones, el uso de antimicrobianos y la resistencia a los antimicrobianos (RAM), desde la Organización Panamericana de la Salud, el Consorcio de Salud Global de la Universidad Internacional de Florida y ReAct Latinoamérica.

Realizada en 2021, el propósito de la convocatoria fue hacer emerger lo que está sucediendo a nivel comunitario con respecto a la RAM, así como las ingeniosas iniciativas para afrontar el problema, en el marco de la concepción Una Salud y la solidaridad humana.

Agradecemos a todas las personas que, desde siete distintos países latinoamericanos, respondieron y nos enviaron sus historias, particularmente a Diana Andrade, Hugo Noboa y Hans Labra, cuyas historias sobre la importancia del parto natural, la promoción de la salud y la defensa de un río Mapuche fueron seleccionadas. Sus historias son semilla.

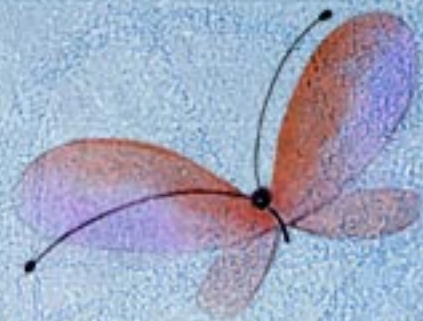
Semilla para reconocer que la RAM está en la vida cotidiana y entre la gente de a pie; semilla con el potencial de fructificar en una mejor comprensión de la problemática y en nuevas acciones; semilla para aprender a contener y mitigar una de las principales amenazas a la salud mundial, desde el corazón de la comunidad.

Agradecemos asimismo al jurado calificador del certamen por su sensibilidad en el proceso de selección: Denisse Vásquez Guevara, de la Universidad de Cuenca (Ecuador); Luis Pablo Méndez, de la Red de Acceso a Medicamentos (Guatemala); Darío Montenegro, de la Federación Argentina de Medicina General; y Juan Pedro Alonso, del Instituto de Efectividad Clínica Sanitaria (Argentina).

En una de las novelas de la escritora chilena Marcela Serrano, uno de sus personajes recuerda: “Existe un antiguo mito que sostiene que contar historias puede curar enfermedades o salvar; sin historias, viviríamos un presente viejo. Dame la mano, Camila, ven conmigo y te contaré alguna”.

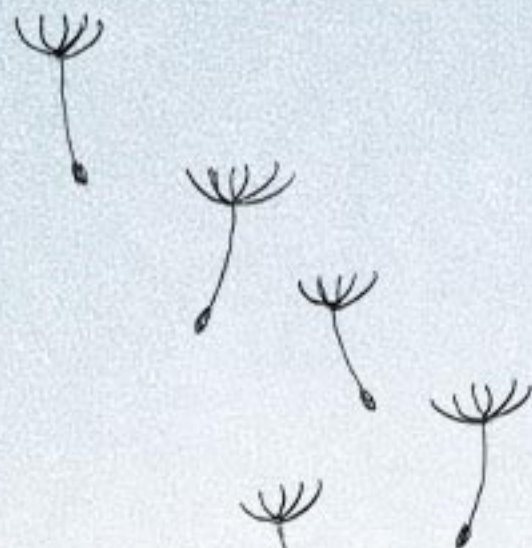
Estas historias sanan. Quedan todas y todos invitados a leerlas y a contarlas para que cumplan con su misión.

Seguiremos escuchando y contando historias en 2022.



MI PARTO, TU PRIMER CONTACTO CON LAS AMIGAS BACTERIAS

Diana Geoconda Andrade Rodas



Todo inició en el cuerpo de una madre primeriza que albergaba en su vientre el más anhelado de sus sueños: una aspiración llamada Martina.

La incertidumbre de los primeros meses de embarazo hizo la espera pertinaz, hasta que un 12 de noviembre de 2015 decidiste, querida Martina, iniciar tu llegada a este mundo.

Debo confesar que dentro de mí asilaba el temor a lo desconocido de un parto natural, debido a la frecuencia con que mis amigas, e incluso colegas, habían rechazado este procedimiento en virtud de la apología de la anodinia y la propaganda mediática, que nos induce socialmente a pensar que el parto natural es una experiencia lacerante, desgarradora y solitaria. Fue precisamente esta “cultura del miedo” que me hizo titubear por un momento en mi decisión. Sin embargo, la convicción de que las bacterias amigas y saprófitas de mi canal vaginal colonizarían tu piel, tu vía aérea, tu tracto digestivo, me hicieron mantenerme firme en mi prioridad. Estaba dispuesta a darte todo aquello que estuviera a mi alcance, querida Martina, para que tu sistema inmune y el resto de tus órganos funcionaran adecuadamente.

El microbioma, tan sonado en el ámbito médico, es un conjunto de bacterias amigas y su material genético, que normalmente tenemos en todo nuestro cuerpo, nos ayuda a regular el metabolismo y prevenir el padecimiento de varias enfermedades.



Podríamos compararlo con una rica y diversa selva, como nos refiere la investigadora Dulcenombre Gómez Garre del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, sí, una selva que brinda un efecto trascendente sobre el medio ambiente que nos habita y que enriquece la variedad de seres que albergamos en nuestro cuerpo, su ausencia haría que partes relevantes que nos constituyen dejen de funcionar de manera apropiada. Tanto así que varias conductas humanas como la automedicación y los partos por cesárea han llevado a esta selva a convertirse en un monocultivo, y con ello a la aparición de múltiples enfermedades metabólicas, neurodegenerativas, cardiovasculares, neoplásicas y alérgicas.

Fue por eso que finalmente tomé la decisión de traerte a este mundo mediante un parto natural. Tras 48 horas de persuadirte para que salieras de tu preciosa cuna biológica, un 14 de noviembre de 2015 miraste la luz por primera vez... abotagada, rosada, húmeda, llena de todas esas amigables bacterias que permitieron que tu sistema biológico se acoplara a este mundo y que hasta ahora han evitado prolíficamente la aparición de múltiples enfermedades que pudieran albergarse en tu pequeño cuerpecito. Han sido 48 horas duras, pero cada segundo ha valido la pena sabiendo que estarías en mejores condiciones para adaptarte de manera sana a este mundo.



Mirar tu tierno cuerpecito agazapado en mi vientre, tembloroso y húmedo de amor, mientras emitías tu primer grito y el cordón umbilical aún latía fue la sensación más maravillosa que he sentido en mucho tiempo. Tanto fue mi éxtasis que los profesionales que nos acompañaron durante el parto nos dieron un momento a solas para que tú y yo tuviéramos un espacio de intimidad, en el que solo hay espacio para el amor profundo y verdadero. Y mientras te observaba, pasaron pocos minutos para que empezaras a buscar tu fuente de alimento, aquel líquido de oro cargado de bacterias amigas que fluyó gota a gota desde mis pechos hacia tus aprendices y delicados labios.

Han pasado 5 años desde aquella decisión y debo decir que mi elección ha mostrado sus beneficios, pues en general has sido una niña muy sana, solamente has tomado antibióticos dos veces en tu vida, jamás has sido hospitalizada por ninguna razón y gozas de una salud envidiable. Eres una niña feliz y equilibrada, ¡como tu microbioma!

¡No hay mejor forma de agradecer a estas dulces y desinteresadas amigas llamadas bacterias que compartiendo nuestra experiencia!



Diana Geoconda Andrade Rodas. Médica especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Magíster en Investigación de la Salud. Actualmente trabaja como devengante de Beca de la Especialidad Médica. Ha trabajado como Asistente de investigación en ReAct Latinoamérica, médico residente en la Unidad Renal del Austro (UNIREAS) y médico residente de cirugía en el Hospital José Carrasco Arteaga.



KALFUMALÉN Y EL ESPÍRITU DEL RÍO CHESQUE

Hans Labra Bassa

El cajón de Chesque Alto está ubicado al oeste del Rukapi-llán (volcán Villarrica) y es uno de los pocos pulmones de bosque nativo que van quedando. Hace un par de décadas se instaló allí una piscicultura que comenzó a contaminar las aguas del río con productos tóxicos y antibióticos en grandes cantidades, entonces, todo cambió.

Chesque significa "abuelo paterno" en mapuzungun, y, visto desde la cosmovisión mapuche, lo que sucedió fue que la piscicultura rompió el equilibrio y dañó al espíritu del río (ngenko).

Cuando su abuela se sentó junto a la cocina de leña, uno de los gatos dio un salto y se acurrucó entre sus piernas. A la primera vuelta del mate, la joven notó algo extraño en la yerba.

—Su mate está salado, ñañita— comentó Kalfumalén, al tiempo que le devolvía el matecito.



—¿Cómo, mi niña?, si primero hiervo el agua y la dejo enfriar un poc...— no alcanzó a terminar la frase porque su nieta la increpó.

—Pero, ñaña... no debería sacar agua del río, sabe que está contaminada, recuerde que "desde que se instaló la piscicultura ni los animales bajan a tomar agua y si alguno lo hace, se muere"— dijo mirándola con severidad.

Lo que decía Kalfumalén era parte de las historias que su misma abuela le había contado, como aquella de una ternerita que, con mucho esfuerzo, un día tuvo que enterrar, o la de vecinos que habían perdido animales o que habían enfermado. Así que la remedaba con una rara mezcla de sarcasmo e impotencia.

—En verano las vertientes se secan y lo que trae el municipio apenas me alcanza para mis plantitas, mis perros y gatos— comentó la anciana resignadamente— ¿qué haría sin mis animalitos? Por eso no les doy agua del río, ¡no, no, no!— dijo acariciando a su gato regalón, y agregó —bueno, y si tengo que darles, la hiervo y se las enfrió.

Debido a la contaminación, hace años el municipio reparte 500 litros de agua semanales por familia, pero, considerando el riego de la huerta y el darle de beber a los animales, sumado al aseo personal, tanto a la anciana como al resto de la gente no les alcanza y deben buscar del río, refugiados en la creencia de que al hervirla ya no estará contaminada.

Kalfumalén ha visto la salud de su abuelita empeorar con los años y quiere ayudarla, pero no sabe qué hacer. La viejita llena nuevamente con agua caliente el matecito y se lo ofrece, ella lo recibe y se toma el mate salado con pena, sólo por amor a su ñañita. Se lo toma y lo entrega de vuelta sin decir una palabra, mientras piensa... ¿puede un ser humano enriquecerse a costa de dañar el medioambiente y la salud de las personas?

—El daño que los de la piscicultura han hecho a la ÑukeMapu es inhumano— comenta justo su abuela, como si leyera sus pensamientos.

Kalfumalén busca sus ojos, pero la mirada de la viejita está perdida dentro del matecito, el que afirma con ambas manos cerca del rostro, manos arrugadas y rostro cansado que reflejan el dolor de una generación que vio cómo aquella salmonera destruyó la naturaleza.

—¡Esos no son gente!— sentenció la viejita.

Guardan silencio. Otra ronda de mates salados. De pronto la abuela se pone contenta porque se acuerda de algo y le comenta a Kalfumalén que se enteró que las comunidades aledañas se han organizado y preparan un juicio contra la piscicultura y —esto es algo que encendió una luz de esperanza en su nieta— esta misma tarde se reunirían en la sede. Kalfumalén se entusiasmó y se decidió a ir.

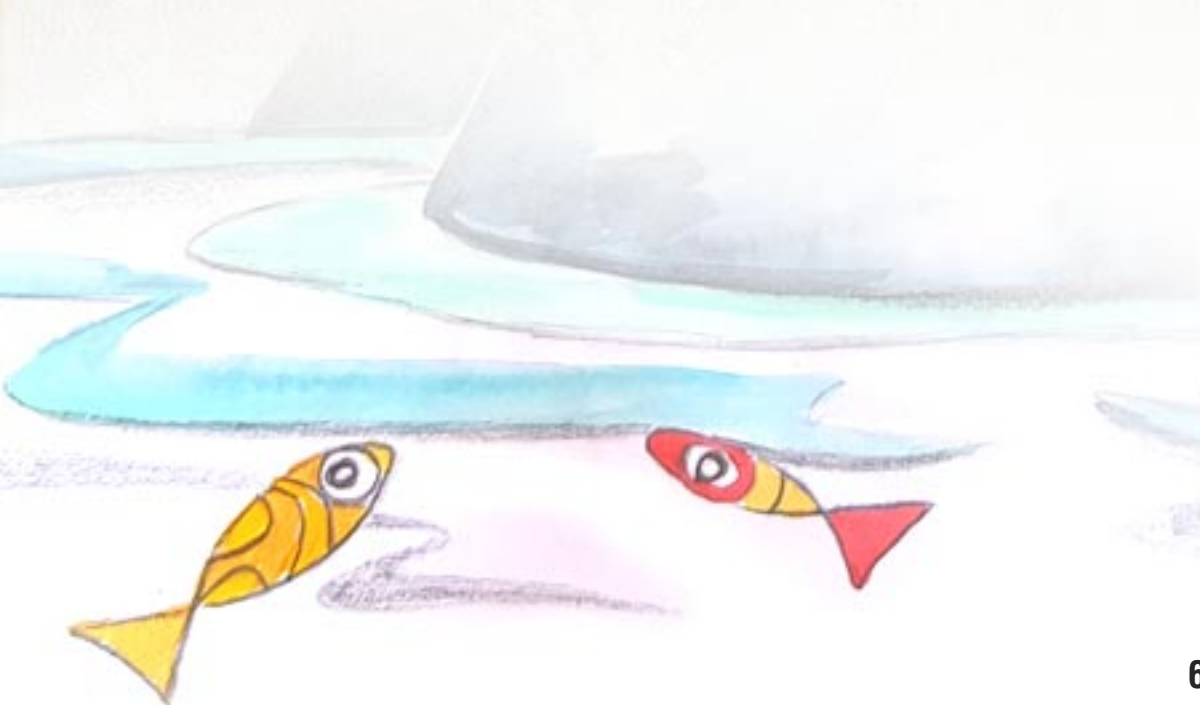
Al salir de la casa su abuela la detuvo, besó su frente y le regaló una sonrisa. Kalfumalén caminó contenta, motivada, esperanzada. Cuando le tocó presentarse dijo que, si bien ella no poseía estudios ni conocimientos técnicos, ayudaría en lo que pudiera. Fue entonces, gracias al trabajo investigativo que la gente del territorio ha realizado, que entendió las verdaderas razones del por qué los mates sabían salados y por qué su abuelita estaba cada día más enferma. Vio además los esfuerzos de las comunidades por visibilizar la vulneración de sus derechos y comprendió, entre otras cosas, que aquella piscicultura era en realidad un laboratorio.

Una vez terminada la reunión, corrió a casa de su abuela a contarle lo que las comunidades habían descubierto. La empresa se dedicaba a la producción de alevines y smolt, y a la maduración de reproductores de salmónidos, es decir, fertiliza "huevitos" artificialmente, los que, siendo pequeños pececitos, son trasladados a piscinas donde los alimentan hasta llegar a la edad juvenil, para, posteriormente, madurarlos hasta llegar a su etapa adulta aplicando grandes cantidades de cloruro de sodio al agua.

—¡Ese es el problema pò, ñañita! ¿Cachai? Son peces anádromos, por eso salen los mates salados pò— dijo Kalfumalén con tal seguridad en sus palabras que su abuela la miró, más que con asombro con gran gozo.

—Ay, mi niña, no entiendo ná de eso yo— se lamentó la anciana —pero me pongo contenta de que usted se una a la gente que defiende al río, yo ya estoy vieja pà eso.

—Mira, ñañita, lo que pasa es que...— Kalfumalén le habló y le explicó con la paciencia y la calma de quien le enseña a una niña o un niño, pero su abuela, aunque le prestaba toda su atención, no abrazaba su voz con sus oídos, sino que, con las aurículas de su corazón, entendía el sentimiento en sus pala-



bras. La voz de su nieta la transportaba por el río, por los lugares de su infancia, a aquellos años mágicos en los que no había contaminación y la gente bajaba a bañarse o buscar agua, y se encontraban y compartían felices en comunidad en los pozones y en las riberas del río. Algo que las nuevas generaciones no disfrutaron. Su propio hijo se fue a vivir a la ciudad y, como su viejo había muerto hace años, ella estaba solita, aunque su nieta la visitaba de vez en cuando. Para ella estar con su nieta era una bendición y la miraba como embobada, mientras su voz la transportaba a sus recuerdos.

Kalfumalén le explicó que los peces anádromos son los que nacen en agua dulce en las cabeceras de las cuencas y que luego bajan por el río hacia el mar y maduran en agua salada, para luego subir nuevamente por los ríos a reproducirse en agua dulce.

—O sea, en la piscicultura están rompiendo el ciclo natural de los peces ¿te das cuenta, ñañita?!— Las comunidades descubrieron que la piscicultura implementó un método para evitar llevar los peces hacia las jaulas de maduración ubicadas en el mar, lo que significa que están aplicando sal en grandes cantidades a las piscinas para madurar los salmones. De ese modo, aplicando toneladas diarias de cloruro de sodio, los peces que antes debían llevar en camiones hasta las costas y fiordos del sur para su maduración, son mantenidos en piscinas "saladas" en la cabecera del río, lo que reporta grandes ganancias a la industria por concepto de ahorro en traslados e infraestructura. Esta técnica antinatural luego comenzó a ser utilizada por varios países productores de salmón a nivel mundial, y hoy es conocida como maduración de "smolt en tierra", "producción post-smolt" o "Sistemas de Recirculación de Acuicultura" conocido mundialmente como "RAS", por sus siglas en inglés.

Su abuela se había dormido oyendo su voz y ya se caía de la silla, así que prefirió acostarla; feliz se dejó conducir por su nieta hasta la cama. La idea de que salaban el agua producía en la joven una impotencia enorme por el daño ambiental y el daño a la salud de la gente, pero su preocupación iba más allá.

—¿Los peces no se enferman?— preguntó Kalfumalén en la reunión.

—Claro que sí, lamien, y mucho— contestó un peñi —y para evitar grandes mortandades es que la industria utiliza enormes cantidades de antibióticos.

Kalfumalén imaginó a los peces atrapados, hacinados y enfermos, pero mantenidos vivos a la fuerza mediante antibióticos. Su corazón se apretó al pensar que todo eso llegaba al agua. En la reunión analizaron cómo la piscicultura se instaló en territorio mapuche bajo la forma de emprendimiento artesanal, para



luego ampliar sus instalaciones de manera irregular, llegando a crecer en un 3.000 % sin autorizaciones ni permisos, y sin que nadie pudiera evitarlo.

—¿Creció en un tres mil por ciento?!— preguntó Kalfumalén impactada, como tratando de que alguien la corrigiera si es que estaba en un error, pero no había error.

—Así es, creció igual que la demanda de salmones a nivel mundial— contestó una vecina— pero de modo totalmente ilegal y a costa del medioambiente y de dejarnos sin agua, aunque el río sigue corriendo.

—¿Las autoridades no han hecho nada?— inquirió Kalfumalén.

—Han desestimado todas nuestras denuncias y han aprobado la RCA* de la piscicultura— contestó otro vecino.

* Resolución de Calificación Ambiental (RCA).



Le explicaron, entonces, que lo que ocurre es que quienes deben evitar que empresarios inescrupulosos instalen industrias contaminantes son los organismos de gobierno, pero que estos son dirigidos por operadores políticos, lo que significa que quienes toman las decisiones no son científicos o profesionales con vocación, sino políticos partidistas puestos ahí para impulsar el desarrollo y crecimiento de economías privadas.

—Y el desarrollo y el crecimiento privado atentan contra la naturaleza y los Derechos Humanos, sobre todo contra los derechos de los pueblos indígenas— comentó un dirigente de una de las comunidades Mapuche.

Era noche de Luna llena y, luego de acostar a su abuela, Kalfumalén bajó a sentarse a la orilla del río para escuchar sus sonidos. Se sentía triste, quería prometerle al ngenko que lo defendería y que haría lo posible para evitar que lo siguieran contaminando. Sin embargo, en verano la actividad de la piscicultura se incrementa y realizan descargas de riles durante las

noches, y el agua, aún bajo la escasa luz de la Luna, venía turbia y olía mal.

Kalfumalén se puso a llorar y pidió disculpas al río por la maldad de quienes lo contaminan. Miró la Luna llena y en ella se refugió, en su inmensa y luminosa calma. Por la mañana se levantó temprano, estaba oscuro cuando partió a buscar agua río arriba, más allá de la piscicultura. Quería servirle unos mates con agua limpia a su abuelita y sorprenderla. Cuando la viejita apareció en la cocina, Kalfumalén ya estaba de vuelta y la esperaba con la mesa servida.

—Kumeantu, ñañita— le dijo sonriendo, mientras con un gesto la invitaba a tomar asiento. La anciana se veía resplandeciente y traía su pelo canoso suelto, lo que le daba un aura luminosa y la vestía de una santidad que no le había visto antes, lo que le recordó a la joven la Luna llena en que se refugió la noche anterior. La anciana tomó el mate que le sirvió su nieta y lo disfrutó sin decir una palabra. Kalfumalén notó unas lágrimas cris-

talinas bajar por sus arrugadas mejillas y también lloró en silencio, pero ya no de pena, sino de alegría.

—Chaltumai, mi niña, su matecito está muy rico, lo he disfrutado mucho, me recordó los mates que tomaba con mi viejo hace tantos, tantos años.

La anciana se puso en pie, se acercó a su nieta y besó su frente como de costumbre, luego caminó hacia la puerta y salió diciendo: voy a unirme a la defensa del río. Kalfumalén la miró mientras bajaba hacia el agua y le pareció que ni cojeaba. De pronto, una sorpresiva bruma se levantó y envolvió a la resplandeciente viejita, sin que pudiera ver dónde se había metido.

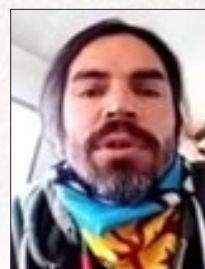
Asustada, corrió hacia el río, pero no la encontró, sus huellas se desvanecían casi llegando al agua. La espesa bruma dibujaba formas humanas con la vegetación, entre las que creyó recono-

cer no sólo la de su ñaña, sino también la de su abuelo, su amado chesque, al tiempo que, en el sonido del agua, le pareció oír una voz que decía: “cúidese de los yanaconas que se han vendido”. Entonces un presentimiento la invadió, volvió corriendo a casa y fue directo a la pieza de su abuela. El cuerpo inerte y frío de su amada ñañita seguía en la cama, rodeado de sus perros y sus gatos.

Kalfumalén entendió entonces que el espíritu de su abuela se había despedido de ella y que se había unido al Ngenko. Tiernamente besó su frente, fue por el agüita caliente y el mate, y se sentó junto a ella en silencio a tomar los matecitos sin sal ni antibióticos. Sólo se oía el sonido del río a lo lejos. Su abuela se había unido a las fuerzas telúricas de la naturaleza y, junto a ellas, lucharía para que el juicio ambiental contra la piscicultura Chesque Alto resultara a favor de la ÑukeMapu.

GLOSARIO

- **Kalfumalén:** kalfu, azul; malen, niña o mujer; niña azul (en la cosmovisión mapuche "kalfumalén" no es un nombre propio, sino que se trata de un espíritu femenino protector, algo así como un ángel).
- **Chesque:** abuelo materno.
- **Rukapillán:** Ruka, casa; Pillán, gran espíritu; donde habita el gran espíritu.
- **Mapuzungun:** Mapu, tierra; zungun, habla o lenguaje; el lenguaje que se habla en la tierra.
- **Mapuche:** Mapu, tierra; Che, gente; la gente de la tierra.
- **Ngenko:** Ngen, dueño, espíritu guardián; Ko, agua; espíritu del agua.
- **Ñaña, ñañita:** abuela, viejita, señora de edad.
- **ÑukeMapu:** Ñuke, madre; Mapu, tierra; Madre Tierra.
- **Cachai:** Observas, chequeas, captas.
- **Lamien:** Hermana.
- **Peñi:** Hermano.
- **Kumeantu:** Kumey, bueno; Antu, Sol; buen día.
- **Chaltumai:** Muchas gracias.
- **Yanaconas:** aquellos indígenas de cualquier etnia, incluida la mapuche, que se venden o trabajan para el sistema extractivista, atentando contra su propio pueblo y la Madre Tierra. (Yanacona es el nombre que daban los antiguos araucanos que resistieron durante siglos a los indios "amigos" que llegaban junto a los españoles a invadir las tierras del sur, indios que eran reclutados de entre las poblaciones de Abyayala que ya habían derrotado).



Hans Cristian Labra Bassa. Chileno de origen mapuche. Estudió Diseño Gráfico Profesional en INACAP. Taller de lutería, construcción y fabricación de arpas y guitarras. Actualmente es Musicobrero, músico callejero y percusionista de Antu kai Mawen; ha publicado dos libros "LLUVIA DE SOL, La Memoria del Canto" 2007; y "PAZ UNIVERSAL, El Derecho de la Humanidad a un Buen Vivir" en 2021. Es artesano, trabaja orfebrería en plata y estampados en serigrafía. Activista medioambiental.

Nota: el día 25/08/2021 se conoció la Sentencia Definitiva del TERCER TRIBUNAL AMBIENTAL DE VALDIVIA que acogió parcialmente las reclamaciones en contra de la RCA de Piscicultura Chesque Alto y del Director Nacional del SEA, HERNÁN BRÜCHER VALENZUELA, quien no habría considerado debidamente las observaciones ciudadanas y de las comunidades en oposición al proyecto presentado en 2016 por el titular de la piscicultura, GERMAN MALIG LANTZ.
Ver noticia de la sentencia: <https://bit.ly/Chesque>
Ver más información sobre producción post-smolt: <https://bit.ly/3LnDYmN>



HAGAMOS HISTORIA,
CONTANDO NUESTRAS HISTORIAS
2021

MARGARITA, PROMOTORA DE SALUD

Mi nombre es Margarita, nací en Esmeraldas. Cuando era niña mis padres se trasladaron del pueblo donde vivíamos, primero a Quito y luego a la parroquia de La Esperanza en el cantón Pedro Moncayo. Aquí crecí, me enamoré y me casé con el hombre que hoy es mi marido, Fernando.

Hugo Noboa

Él es un buen hombre, muy comprensivo. Al inicio se molestaba cuando iba a las reuniones de salud, decía que estaba perdiendo el tiempo en lugar de dedicarme a las cosas de la casa, pero ahora Fernando es quien más me apoya en mi labor de promotora de salud. Lo hago sin que nadie me pague nada,





sólo por el deseo de ayudar a las demás personas, por mi compromiso con este pueblo que recibió a mi familia con tanto afecto. Yo no estudié en la universidad, soy bachiller.

Cuando tuve mi primer hijo, yo apenas tenía diez y ocho años, era totalmente inexperta, no sabía cómo darle el seno y creía que todo lo hacía mal. Mi hijo estaba muy flaquito. Mi madre trataba de ayudarme, pero yo no podía alimentarlo. Decidí ir a consultar en el subcentro de salud de la parroquia, pero tampoco sirvió de mucho. Para colmo, mi hijo se enfermaba con frecuencia, especialmente con gripes; siendo tan pequeño y frágil, me daba angustia verlo así. En una ocasión fui a consultar con un médico en una de las poblaciones cercanas y me mandó un antibiótico para darle a mi hijo, creo que era Cefalosporina.

Todo parecía un desastre, mi hijo no subía de peso, se enfermaba, no le podía dar de lactar bien y el asunto se remató cuando comencé a trabajar por unas horas en una plantación de flores para llevar algo de dinero a casa. Durante ese tiempo mi hijo quedaba a cargo de una amiga de mi madre porque mis padres también trabajaban y no podían cuidarlo.

Un día, la señora Etelvina, una señora joven todavía, muy hacendosa y muy querida en la parroquia, nos visitó a algunas madres que esperábamos en el subcentro de salud. Ella era parte del Consejo Cantonal de Salud de Pedro Moncayo y responsable de algunas actividades de salud comunitaria en nuestra parroquia, lo hacía como voluntaria.

Doña Etelvina nos contó que venía una doctora de Quito. —“Ella sabe mucho de lactancia materna”— nos dijo —“y de cómo ayudar a las madres a que tengan una buena lactancia”. —¿quién quiere ir?— Preguntó. Nos dijo que ella misma buscaría quién nos ayude con el transporte. Al principio, con recelo, pero luego más convencidas por las palabras de Etelvina, cuatro mujeres nos comprometimos. Quedamos al siguiente día en vernos temprano en la puerta de la iglesia.

Yo llegué puntual con mi hijo. Me costó convencerle a mi marido que me dejara ir, porque inicialmente se negó diciendo que era una pérdida de tiempo, pero como respetaba a la señora Etelvina, por ser tía suya, finalmente accedió.

Llegamos sólo dos madres a la cita. A las otras dos seguramente no les permitieron ir. En el bus interparroquial fuimos hasta el Centro de Salud de Tabacundo. Estaban otras señoras de las diferentes parroquias, a quienes no conocíamos. La mayoría eran de Tabacundo y los alrededores.

Doña Etelvina hacía todo lo posible para que nos sintiéramos cómodas, tanto Rosa como yo, las dos madres que habíamos ido desde La Esperanza. Cuando nos presentó doña Etelvina ante todas, dijo que éramos “dos hermosas flores que veníamos en representación de la parroquia”. Todas rieron.

La charla estuvo muy buena con la doctora de Quito, nos hizo sentir muy bien. Nos habló de la importancia de la lactancia como alimentación exclusiva hasta los seis meses y de mantenerla ojalá hasta los dos años. Además, nos dijo que era fundamental durante los primeros mil días de vida, porque permitía que los niños y niñas adquirieran todas las defensas necesarias para prevenir enfermedades en el futuro. En la lactancia se transfieren muchas bacterias beneficiosas para la salud que fortalecen el sistema inmune de los bebés. Quedé un poco sorprendida porque no esperaba que las bacterias fueran tan importantes, incluso pensaba que todas las bacterias producían enfermedades, pero la doctora nos aclaró que no necesariamente era así, que todos tenemos bacterias en nuestro cuerpo que cumplen funciones vitales como la asimilación de nutrientes y la buena digestión. Nos dio ejemplos muy prácticos y nos mostró una película que nos ayudó mucho a comprender el proceso de la lactancia; también nos dejó unas cartillas para que distribuyéramos entre las amigas y vecinas con más información sobre este tema.

Quando parecía que todo terminaba, preguntó si alguien de las presentes tenía dificultades con la lactancia materna. Yo, que estaba con mi hijo, levante la mano tímidamente. Me hizo pasar adelante y frente a las otras madres me pidió que diera de lactar a mi hijo. En el acto me fue corrigiendo los errores y me dio confianza. Me hizo ver que tenía suficiente leche y que podía hacerlo muy bien.

La doctora también nos habló de cómo debe ser la alimentación complementaria de nuestros hijos a partir de los seis meses de edad. Nos enseñó a leer y usar bien el carnet infantil. Nos explicó los signos de alarma en los niños, los cuales debemos

La doctora también nos habló de cómo debe ser la alimentación complementaria de nuestros hijos a partir de los seis meses de edad. Nos enseñó a leer y usar bien el carnet infantil. Nos explicó los signos de alarma en los niños, los cuales debemos





considerar para buscar ayuda inmediata en los centros de salud. Y hasta nos enseñó a cuidar nuestra propia salud.

¡Quién creyera que luego de esa ocasión pude dar de lactar muy bien a mi hijo! Me dijo la doctora que desechara los biberones que estaba usando, que no usara más las leches de tarro que también había comprado. A los pocos días mi hijo comenzó a ganar peso y a enfermarse menos.

Para la segunda charla, que fue después de un mes, volví con más entusiasmo. Esta vez, la charla era sobre las “enfermedades diarreicas, infecciones respiratorias y uso adecuado de antibióticos”. Mi marido me apoyó más decididamente. Recuerdo que en esa ocasión la misma doctora pediatra que nos había hablado antes de lactancia materna, nos habló del peligro del abuso de los antibióticos, que lamentablemente a veces son recetados indiscriminadamente por algunos médicos, pero también por quienes atienden en las farmacias o por cualquier vecino o familiar. Allí me enteré de que también se usan para criar al ganado.

La doctora nos dijo que en muy pocos casos de enfermedades diarreicas y de infecciones respiratorias agudas se justifica el uso de antibióticos. Y que debe ser siempre el antibiótico adecuado, en la cantidad y forma que corresponde.

Eso que les cuento ocurrió hace ya algunos años. Ahora soy una madre más madura, tengo tres hijos, dos niños y una niña. Juanito, el mayor, tiene nueve años. Con los siguientes hijos no tuve ningún problema con la lactancia, ni con la alimentación. Han crecido sanos.

Sé cómo usar responsablemente algunos medicamentos, no sólo los antibióticos. Y lo poco que sé, trato de compartirlo con otras personas, especialmente con mujeres. Me dicen que soy “una promotora de salud”, yo me río y les digo que no es para tanto, sólo soy una vecina preocupada por la salud de los demás, especialmente por la de los niños.

Las madres con las que trabajamos, en general, son muy conscientes de las prácticas familiares y comunitarias para cuidar la salud de sus hijos. Aunque muchas veces tienen dificultades para cumplirlas totalmente.

Cuando hubo un congreso en Quito (V Congreso por la Salud y la Vida “Matilde Hidalgo”) en este mismo año, 2015, acudimos una delegación de madres de Pedro Moncayo. Creíamos que podríamos contar nuestra experiencia, que es mucho más de lo que hoy les he relatado. Lamentablemente no hubo una mesa sobre “trabajo comunitario en salud” o sobre “salud infantil”. Pero aprovechamos la mesa de “participación social” para contar algo de nuestra experiencia, aunque no como hubiéramos querido. Aprendimos muchas cosas nuevas en ese congreso. Siempre estamos dispuestas a compartir nuestros conocimientos y nuestra experiencia.

Hoy, el Consejo Cantonal de Salud de Pedro Moncayo, que tanto nos ayudaba, ya no existe, no sé por qué. Pero muchas de las madres que nos formamos en esa experiencia quedamos con la inquietud y seguimos ayudando en lo que podemos con la salud de la población, especialmente de las mujeres y niños. Las vecinas nos dicen que somos promotoras de la salud y nos sentimos muy orgullosas de ello.

He aquí unos consejos y guías para todas y todos:

PRÁCTICAS CLAVE PARA EL CUIDADO FAMILIAR Y COMUNITARIO DE LA SALUD INFANTIL

Para el crecimiento físico y el desarrollo:

- Amamante a los lactantes de manera exclusiva por lo menos cuatro meses y, si fuera posible, hasta los seis exclusivamente.
- Comenzando alrededor de los seis meses de edad, dé a los niños alimentos de alto contenido nutricional recién preparados, mientras se siguen amamantando hasta los dos años o más.
- Proporcione a los niños cantidades suficientes de micronutrientes (vitamina A y hierro sobre todo), que se encuentran en frutas, verduras frescas y otros alimentos. O suplementos cuando el médico indique.

- Promueva el desarrollo mental y social del niño, respondiendo a su necesidad de atención, procure estimularlo con la conversación, juegos y otras interacciones físicas y emocionales apropiadas.

Para la prevención de enfermedades:

- Procure que los niños reciban el esquema completo de vacunas (tuberculosis, pentavalente, polio y antisarampionosa) antes de su primer cumpleaños.
- Deseche las heces (inclusive las de los niños) de manera segura y lávese las manos con agua y jabón después de la defecación y antes de preparar los alimentos y dar de comer a los niños.
- En las zonas donde la malaria es endémica, asegúrese de que los niños duerman protegidos por mosquiteros tratados con insecticida. Eso nos sirve cuando viene gente de la Costa o de la Amazonía o cuando va la gente para allá.

Para la asistencia domiciliaria apropiada:

- Siga alimentando y ofreciendo líquidos, especialmente leche materna, a los niños cuando están enfermos.
- Administre a los niños enfermos el tratamiento casero apropiado para las infecciones.
- No permita que cualquier persona le prescriba antibióticos. Hay que usarlos sólo cuando un médico lo recomiende.

- Tome las medidas adecuadas para prevenir y controlar lesiones y accidentes entre los niños.
- Evite el maltrato, abuso y descuido de los niños y niñas, tome medidas adecuadas cuando ocurran. Si es necesario, busque ayuda.
- Procure que los hombres participen activamente en el cuidado de sus hijos y en los asuntos relacionados con la salud reproductiva de la familia, el uso de métodos anticonceptivos por ejemplo.

Para buscar atención:

- Reconozca cuando los niños enfermos necesitan tratamiento fuera del hogar y llévelos al personal sanitario apropiado para que reciban atención.
- Tome en cuenta los signos de peligro. En general en todos los niños menores de 5 años: cuando no puede beber o tomar el seno, vomita todo lo que ingiere, convulsiones, está muy decaído o inconsciente. En el caso de niños menores de dos meses hay además otros signos de peligro, como: respiración rápida y dificultosa, quejido, abombamiento de la fontanela - "mollera", enrojecimiento del ombligo, pústulas en el cuerpo, fiebre alta...
- Siga las recomendaciones dadas por el personal de salud en relación con el tratamiento, seguimiento y referencia.
- Asegúrese de que toda mujer embarazada haga las visitas prenatales recomendadas y reciba las dosis de vacunación del toxoide tetánico, y de que reciba el apoyo de la familia y la comunidad para buscar atención apropiada, especialmente en el momento del parto, así como durante el post parto y la lactancia.



Hugo Noboa. Médico salubrista y activista de derechos humanos. Miembro de la Fundación Salud Ambiente y Desarrollo, de la Plataforma por la Salud y la Vida del Ecuador y de la Asociación Latinoamericana de Medicina Social.

La presente es una historia ficticia, algunos nombres de personas y lugares han sido omitidos o cambiados. Pero es una historia basada en conversaciones con profesionales y trabajadores de salud de un centro de salud de Quito y el Centro de Salud de Tabacundo, así como con algunos miembros del Consejo Cantonal de Salud de Pedro Moncayo. Los hechos ocurrieron alrededor del 2006 y años posteriores.

Las prácticas familiares y comunitarias clave para la supervivencia y crecimiento saludable de niños y niñas, es una propuesta de OMS y UNICEF, que fue acogida por el Ecuador cuando implementó la estrategia AIEPI (Atención Integrada a las Enfermedades Prevalente de la Infancia) en las décadas de 1990 y 2000.



HAGAMOS HISTORIA, CONTANDO NUESTRAS HISTORIAS

En una de las novelas de la escritora chilena Marcela Serrano, uno de sus personajes dice: “Existe un antiguo mito que sostiene que contar historias puede curar enfermedades o salvar; sin historias, viviríamos un presente viejo. Dame la mano, Camila, ven conmigo y te contaré alguna”.

Estas historias sanan. Quedan todas y todos invitados a leerlas y a contarlas para que cumplan con su misión.



DESCARGO DE RESPONSABILIDAD: Las instituciones organizadoras valoramos los conocimientos, experiencias y contextos plasmados en cada historia, y el diálogo que suscitan. No obstante, dejamos constancia de que las opiniones ahí expuestas no necesariamente concuerdan con la postura oficial de la Organización Panamericana de la Salud, el Consorcio de Salud Global de la Universidad Internacional de Florida y ReAct Latinoamérica acerca de los temas abordados.

Hagamos historia, contando nuestras historias. Edición 2021. **ReAct Latinoamérica**, Acción frente a la Resistencia a los Antibióticos • Tel: +593 (7) 288 9543 • Correo: info@reactlat.org • Sitio web: www.reactlat.org ■ **Organización Panamericana de la Salud** • Tel: +1 (202) 974 3000 • Correo: amrhq@paho.org • Sitio web: <https://www.paho.org/es> ■ **Consorcio de Salud Global, Universidad Internacional de Florida** • Tel: +1 (305) 348 7159 • Correo: ghc@fiu.edu • Sitio web: <https://ghc.fiu.edu/> ■ **Equipo coordinador:** Nathalie El Omeiri, Conié Reynoso, Juan Andrés Chuchuca, Kléver Calle Heras • **Colaboración:** Dra. Patricia Granja, Lcda. Natalia Déleg • **Corrección de estilo:** Jennifer Monsalve Sandoval • **Ilustraciones:** Vilma Vargas (portada), Juancho Vinuesa • **Diseño y Diagramación:** El Gato. Cuenca, Ecuador - 2022.