

## Alimentación y magia en las prácticas del embarazo y nacimiento en Villa Milpa Alta

Maestra María de la Luz del Valle B.

FFyL/IIA - UNAM

luzdel\_valle@hotmail.com

El embarazo y parto es un proceso transformativo por el cual se efectúan profundos cambios físicos en la mujer y en el recién nacido. Sin embargo, el traer un niño al mundo es solamente el primer paso, el acto crucial que inicia el cambio. La crisis del cambio y el restablecimiento del orden «el retorno social del embarazo y el parto» (Van Gennep, 1960:46) será el tema a desarrollar en el presente trabajo.

Van Gennep ha señalado que cada cambio social importante acaecido a un individuo se puede analizar en términos de su división tripartita en fase de separación, marginación e incorporación (*Op. cit.*:11). Las tres fases conforman un rito de pasaje que funciona sociológica y psicológicamente para reparar la ruptura de la continuidad causada por el cambio. Con esta perspectiva, los trabajos presentados acerca del tema han prestado atención a los ritos de pasaje vinculados a la iniciación, el matrimonio, la muerte y nacimiento, éste último enfocado hacia el recién nacido. Sin embargo, para el otro participante, la nueva madre, existe una serie de profundos y permanentes cambios, tanto sociales como biológicos, comenzando por el embarazo. Este hecho resulta más que

evidente en las costumbres de la dieta, un conjunto de reglas que rigen el comportamiento de las mujeres recién embarazadas en Villa Milpa Alta, Distrito Federal.

La mayoría de las familias en Villa Milpa Alta tienen un promedio de siete miembros y predominan las familias nucleares sobre las extensas; sin embargo, no desaparecen los estrechos lazos de parentesco que se establecen en las segundas, por lo que, es muy frecuente que los hijos establezcan sus hogares en el solar paterno o materno. Así, los parientes consanguíneos suelen abarcar hasta tres generaciones: los abuelos, los hijos y los nietos, y ocasionalmente los tíos.

Cuando la mujer sabe que está embarazada no acude de inmediato al médico, sino que en primera instancia acude con la partera, quien observa el color de su semblante, poniendo énfasis si está «desmerecida». Busca si los pezones se han ennegrecido y si ha aparecido una raya negra en el vientre; sin embargo, el indicio más seguro del embarazo es la pérdida de la «regla» o menstruación. Los síntomas son: náuseas, vómitos, escalofríos, mareos, exceso de sueño y dolor de cabeza. Durante esta etapa, la mujer adquiere la categoría de «enferma» y al término se le nombra: «ya se alivió» o «ya compró». Cabe mencionar, que a pesar de que en Milpa Alta se cuenta con médicos particulares y un servicio hospitalario correspondiente al Sector Salud y al Departamento del Distrito Federal y un hospital particular, una gran cantidad de mujeres continúan atendiendo con parteras o «rinconeras», sobre todo las de escasos recursos, pero también algunas otras las visitan para «acomodarse al niño», esto es, mediante «sobadas» o con el apoyo de un rebozo apropiado al bebé de la mala posición. La elección de la partera depende de los lazos de amistad o parentesco y sobre todo de la reputación que se tenga de ellas o porque ostentan títulos de parteras empíricas otorgados por algún hospital y tienen una clientela extensa.

Las mujeres embarazadas continúan casi con su vida normal, ya que tienen que acatar una serie de recomendaciones hechas por su madre y suegra: se les prohíbe cargar o hacer trabajos pesados, estar mucho tiempo sentadas o acostadas durante el día, porque esto le resta vitalidad para enfrentar el parto, bañarse solamente cada tercer día y con

agua caliente, de lo contrario le puede dar alferecía<sup>1</sup> al niño durante la lactancia; no debe ver un eclipse de luna o de sol, ya que el pequeño puede nacer con la «boca partida», para evitarlo la mujer debe llevar consigo una moneda de cobre o un espejo, también debe cuidarse del arco iris, pues puede provocarle un aborto y a partir de cuarto mes deben evitar las relaciones sexuales con el marido.

Para la identificación del sexo, se cree que cuando la madre empieza a sentir «brincoteos» muy tempranamente es niña y cuando se tarda más en sentirlos es niño y se expresa: «siempre los niños son más flojos», además de observar la forma que adopte el vientre; si se torna «picudo» se trata de un hombre, pero si hace redondo será contemplado como una mujer.

De hecho, el embarazo acarrea algunos inconvenientes como la «chípiles», en donde toda la familia puede ser afectada por este malestar; el marido sólo desea ciertos alimentos, mientras que hay un constante lloriquear de los demás hermanitos. Esta situación concluye al nacer el niño.

En cuanto a la alimentación, la mujer comienza con una serie de reglas durante ésta etapa. Aparentemente puede comer de todo, principalmente fruta, carne, huevos y tortillas, ya que argumentan que éstos contienen mayor número de nutrientes; sin embargo, algunas omiten ciertos alimentos como la sandía y el limón por ser de calidad «fría»,<sup>2</sup> para evitar que se tengan «dolores» al momento del parto, asimismo, no debe comer demasiados alimentos «calientes», como el chile por ejemplo, para que el niño no padezca del «chincual»,<sup>3</sup> ni tampoco tostar maíz para hacer pinole ni chicharrón, o la criatura puede nacer con granos; no debe sacar de la olla tamales calientes o el niño se puede quemar en el vientre de la madre, en cuanto al «antojo», lo deben cumplir, de lo contrario puede haber un aborto.

El momento del nacimiento, tanto los hombres como las mujeres lo consideran como uno de los momentos más difíciles y peligrosos de la vida de una mujer. Este hecho resulta más que evidente en las costumbres de la dieta, un conjunto de reglas que rigen el comportamiento de las mujeres recién paridas en Villa Milpa Alta.

Existe la convicción de que en el parto se abren todos los huesos, por lo que el cuerpo de las mujeres es tierno, vulnerable



Sor María Guadalupe de los Cinco Señores, religiosa concepcionista, colección particular, México.



Religiosa agustina, colección particular, México.

y sus huesos se vuelven suaves. Por esta razón se deben tomar precauciones y protegerse de ciertas enfermedades e, incluso, evitar el contacto con personas que acaban de estar expuestas al aire, ya que acarrearán consigo sus efectos perjudiciales cuando entran a la casa, y pueden transmitirlo a la madre y al recién nacido.

Cuando se empieza con los dolores de parto o se rompe la bolsa de la placenta (comúnmente llamada «fuente»), la parturienta se debe apresurar a tomar té de canela o de cabellitos de elote, endulzado de preferencia con piloncillo porque se tiene la creencia de que el parto será más fácil. Entonces se acude al hospital o en su defecto se llama a la partera, quien debe estar avisada.

La partera prepara a la mujer para el trabajo de parto; revisa que esté aseada y que tenga ropa limpia, tanto para ella como para el niño, después le toma medida al cuello vaginal y cuando alcanza hasta ocho centímetros de diámetro, la parturienta es acomodada en posición horizontal sobre la cama o sobre el lugar acondicionado en el piso, o si lo prefiriere, también puede estar hincada o en cuclillas.

Cuando el parto se presenta difícil, la partera soba a la parturienta en la cadera y el vientre con aceites y alcohol alcanforado, por si padece de frío, ya que es muy importante que conserve su temperatura normal para que pueda pujar.

Al momento del nacimiento, el niño se coloca a un lado de la madre y se espera a que salga la placenta, mientras se corta con tijeras o un cuchillo el cordón umbilical a una distancia de cuatro dedos. Después se quema con un ocote, se asea con agua y jabón, se le pone merthiolate o alcohol, se cubre con una gasa y se acomoda y se tapa con una faja. Algunas parteras acostumbran colocar pasas, botones o quintos sobre el ombligo, y los amarran con una faja con el objeto de evitar futuras hernias.

Al niño se le asea con alcohol y se le baña hasta pasados dos o tres días, aunque no siempre se sigue esta regla; se le baña con agua tibia y le untan aceite, posteriormente, se le viste con ropa entibiada y se envuelve con una sábana.

Si la placenta queda retenida se le da un masaje en la cadera y el vientre,

además de amarrarlo con un rebozo para hacer presión. En ocasiones se le mete el pelo en la boca para que vomite y viole la salida de la placenta.

Finalmente, la partera se encarga de fajar a la madre a la altura de «boca del estómago» para evitar que se le parta la columna vertebral, le tapa la cabeza y le cubre todo el cuerpo con una cobija o sábana para evitar enfriamiento y achaques posteriores.

Al día siguiente la madre debe tomar té de tabaquillo, por ordenes de la partera, con la finalidad de que bajen todos los residuos de sangre y así evitar que haya dolores intensos en el vientre (los llamados «entuerto»).

Después del parto, la señora se obligará «guardar cuarentena», esto es, deberá tener cuidados especiales, abstenerse de tener relaciones sexuales y descansar con la única obligación de cuidar a su hijo durante aproximadamente 40 días. De no cumplir con los cuidados apropiados se puede aflojar de la cintura y salir «pañó» (manchas oscuras en la cara). También debe evitar hacer corajes para no contraer fiebre puerperal.

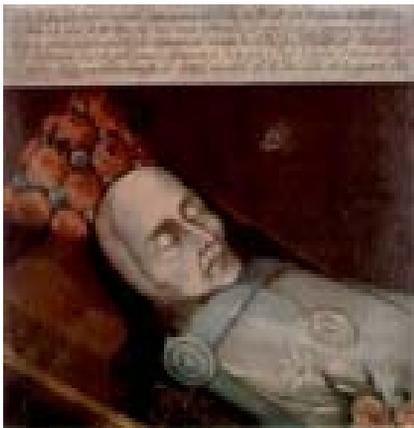
En esta nueva etapa existe la participación de la madre, la suegra, las hermanas, las tías, etcétera, quienes ayudarán a sus quehaceres domésticos (lavar, planchar, cocinar, cargar objetos pesados) y sobre todo le brindarán una dieta especial para evitar la debilidad.

Sin embargo, algunas mujeres no pueden cuidarse todo este tiempo porque no tienen los medios, o porque el marido no las deja, por lo que deben tomar otra serie de precauciones; estar siempre tapadas de la cabeza, no pueden permanecer mucho tiempo alejadas de su casa, ya que están «tiernas» y el aire les hace daño y se les puede ir la leche o doler los huesos, además pueden adquirir algún «mal aire» que le podrían transmitir al recién nacido.

En la primera semana del nacimiento del niño, la madre es sometida al baño de temascal. Pese a que esta práctica ha caído en desuso, algunas personas todavía la consideran importante para la recuperación de la madre y la protección del niño. Se busca un temascal cercano<sup>4</sup> y se pide permiso para usarlo, ya en el lugar se le da de beber una o dos yemas de huevo disueltas en jerez o tequila, para que no se desmaye, después con cuidado, la madre penetra en el temascal acompañada de su hijo, al que introducen cubierto con una sábana. Inmediatamente se enciende el sahumerio y una vela para que el pequeño resista el baño. Mientras que a la mujer se le frota alcohol hasta que sude, ya fuera del temascal descansa unos 15 minutos tendida en un petate y tapada con dos cobijas, mientras que se frota con ramas de pirú y finalmente se le enjuaga con agua de hierbas calientes como el romero, pirú, toronjil, árnica y pericón.

Una vez concluido el baño, se cubre y su esposo se encarga de regresarla en brazos a su casa, permanece acostada durante el resto del día, sin que le pegue el aire, de lo contrario puede ser contraproducente.

En esta etapa la alimentación consiste en tomar muchos líquidos, fruta, pan



Sor Josefa de la Concepción, religiosa concepcionista, colección Banco de la República, Colombia.

y carne de pollo principalmente y abstenerse de comer chile, carne de cerdo y pescado.

En el desayuno se les da: chocolate, té de manzanilla, de hojas de naranjo, de canela y té-limón, pan tostado de caja o bolillo, fruta y huevos, además de incluir una gran variedad de atoles; como el de harina de trigo, de avena, de masa de maíz con piloncillo y cáscara de naranja (champurrado), y de harina de arroz con hojas de higo y ajonjolí, ya que éste se considera de mayor eficacia para la producción de leche.

En la comida su dieta será preferentemente caldo de pollo, verduras y carne asada, té o refresco de manzana *sidral*. Los alimentos «fríos» se deben evitar en esta etapa (en que la mujer se encuentra «tierna»), sobre todo por los daños estomacales que pueden causar, además de que la leche que produce podría hacer daño al niño, provocándole cólicos o diarrea.

Entre los alimentos *fríos* y *calientes* de la dieta básica se encuentran:

Fríos	Calientes
Limón	Chocolate
Nopales	Atoles
Sandía	Huevos
Quelites	
Quintoniles	

La cena es ligera, puede comer algo de fruta o yogurt, pan tostado de caja o huevos en sus diferentes modalidades, leche, té o atole de en la mañana.

Estos cuidados, el cumplimiento en la dieta y el descanso en la cama permiten recuperar sus fuerzas, aliviar sus dolores, la sangre perdida y producir suficiente leche.

Este recuento de las características de la alimentación nos permite ver que ésta constituye un verdadero rito de *pasage* para la mujer. Comienza con la separación y en este caso, se separa a la mujer espacial y temporalmente, del resto de la sociedad. La regla que prohíbe el contacto directo o indirecto

con el exterior, esto es, con las personas que han estado expuestas al aire, restringe sus relaciones con su propia familia extensa. Se separa su cuerpo del de su marido o sea, el contacto sexual y su reclusión en cama la separa espacialmente de las actividades familiares.

En la práctica, el cumplimiento de la dieta funciona para reducir la exposición de la madre y del niño a los microbios ambientales, al limitar drásticamente tanto el número de sus contactos sociales como el alcance de sus contactos ambientales. La reclusión ofrece un período de tranquilidad y un espacio social apacible propios para el desarrollo de un patrón de interacción satisfactorio entre la madre y su hijo: un patrón que luego ayudará a integrarse con mayor facilidad como una unidad nueva a la vida social de la familia.

#### Notas:

<sup>1</sup> Enfermedad de calidad fría que se manifiesta con escalofríos, lo que hace que la piel y las uñas se tornen morados.

<sup>2</sup> Entendiéndose éstos, como los que tienen cualidades dañinas para el cuerpo después de haberlos ingerido.

<sup>3</sup> Enfermedad que se manifiesta en los recién nacidos y consiste en un pequeño salpullido en todo el cuerpo o en las partes genitales solamente.

<sup>4</sup> En la actualidad, en Villa Milpa Alta existen temascales que se ubican dentro de las casas y no es difícil ubicarlos, ya que la gente se conoce regularmente.

#### Bibliografía:

Van Gennep Arnold,  
1964 *The Rites of Passage*, Chicago, The University of Chicago Press.



Sor María Ignacia Candelaria de la Santísima Trinidad, colección Museo Nacional del Virreinato, México. (Detalle)