

## Si protegemos la vida y la salud durante la gestación, construimos para los dos un futuro saludable\*

*If we protect life and health during pregnancy,  
we build a healthy future for both  
ourselves and our babies*

*A proteção da vida e da saúde durante a gestação  
garante a construção de um futuro saudável  
para mãe e filho*

NORIDIA RÁTIVA MARTÍNEZ\*\* Y CARMEN HELENA RUIZ DE CÁRDENAS\*\*\*

### Resumen

El objetivo de la presente investigación fue describir el significado de las prácticas de cuidado que tienen las adolescentes gestantes y su hijo por nacer a partir de sus creencias, prácticas y valores. Es un estudio cualitativo etnográfico basado en la metodología de etnoenfermería propuesta por Madeleine Leininger. La investigación se desarrolló con la participación de ocho adolescentes gestantes con edades que oscilan entre 10 y 20 años, que pertenecen al régimen de salud subsidiado o vinculado y asistieron a consulta de control prenatal de bajo riesgo en la Unidad Primaria de Atención (UPA) Candelaria del Hospital Vista Hermosa de primer nivel, localidad 19, Ciudad Bolívar, de Bogotá, durante marzo a junio de 2007, quienes, con su nueva experiencia de vida, compartieron sus conocimientos y prácticas de manera natural y espontánea con la investigadora.

\* Trabajo de grado para obtener el título de magíster en Enfermería con énfasis en cuidado materno perinatal, Universidad Nacional de Colombia.

\*\* Magíster en Enfermería con énfasis en cuidado materno perinatal. Enfermera asistencial, Hospital Vista Hermosa. I nivel. norirama80@yahoo.com; Bogotá, Colombia.

\*\*\* Profesora asociada. Especialista en Enfermería perinatal. Magíster en Enfermería con énfasis en cuidado materno perinatal. ccruizd@unal.edu.co; Bogotá, Colombia.

Recibido: 11-06-08

Aprobado: 06-02-09

De esta investigación se plantea el tema “*Si protegemos la vida y la salud durante la gestación, construimos para los dos un futuro saludable*”, del que surgen cuatro dominios culturales: protección a la madre, protección al bebé, cuidarse en la alimentación, prepararse para el parto.

Para las gestantes de esta investigación las prácticas de cuidado en la etapa prenatal a partir de creencias y valores se orientan hacia la protección de ellas y sus hijos por nacer, pensando siempre en el futuro, convirtiéndose en una garantía de bienestar para los dos.

Así mismo nos deja ver cómo la mayoría de las prácticas de cuidado se soportan en un conocimiento y en un comportamiento cultural.

*Palabras clave:* embarazo, cultura, investigación cualitativa, conocimientos, actitudes y práctica en salud (Fuente: DeCS, BIREME).

### Abstract

The purpose of this research was to write on the meaning of care practices held by pregnant teenagers and their unborn child based on their beliefs, practices and values. It is a qualitative ethnographic study based on the ethnonursing method proposed by Madeleine Leininger. The research was developed with the participation of eight pregnant teenagers between 10 and 20 years of age who belong to the subsidized or affiliated health regi-

me and who attend low risk prenatal controls in the UPA (Primary Care Unit) Candelaria of Vista Hermosa first level Hospital, district 19, Ciudad Bolívar, Bogotá, from March to June 2007. They, based on their new life experience, shared naturally and spontaneously their knowledge and practices with the researcher.

From the research comes the statement “*If we protect life and health during pregnancy, we build a healthy future for both ourselves and our babies*”, from which four cultural domains arise: protecting the mother, protecting the baby, good nutrition, preparing for birth.

For the pregnant women of this study care practices in the prenatal stage based on their beliefs and values are oriented towards protecting themselves and their unborn child, always thinking on the future, which turns into a guarantee of well-being for both.

In the same way, it shows us how the majority of care practices are based on cultural knowledge and behavior.

**Key words:** Pregnancy, Culture, Qualitative Research, Health Knowledge, Attitudes and Practice.

## Resumo

Objetivo da presente pesquisa conseguiu escrever o significado das práticas de cuidado das adolescentes gestantes e seu futuro filho com base em suas crenças, práticas e valores. Ele constitui um estudo qualitativo etnográfico baseado na metodologia de etnoenfermagem proposta por Madeleine Leininger. A pesquisa foi realizada com a participação de oito adolescentes gestantes com uma faixa etária de 10 a 20 anos, afiliados ao sistema de saúde subsidiado ou vinculado e que compareceram a consulta pré-natal de baixo risco na UPA (Unidade Primária de Atenção) Candelaria do Hospital Vista Hermosa de primeiro nível, localidade 19, Ciudad Bolívar, Bogotá, durante os meses de março e junho de 2007, os quais, a partir dessa nova experiência de vida, compartilharam seus conhecimentos e práticas de forma natural e espontânea com a pesquisadora.

A pesquisa levanta a questão “*A proteção da vida e da saúde durante a gestação garante a construção de um futuro saudável para mãe e filho*”, que abrange quatro domínios culturais: proteção para a mãe, proteção para o bebê, cuidado alimentício, preparação para o parto.

Para as gestantes desta pesquisa as práticas de cuidado na etapa pré-natal com base nas crenças e valores estão dirigidas à proteção da mãe e o filho, pensando sempre no futuro e tornando-se uma garantia para seu bem-estar.

Igualmente, permite-nos enxergar como a maioria das práticas de cuidado está fundada em um conhecimento e comportamento cultural.

**Palavras chave:** Gravidez, Cultura, Pesquisa Qualitativa, Conhecimentos, Atitudes e Prática em Saúde

## INTRODUCCIÓN

El embarazo en las adolescentes ha venido aumentando desde la década de los noventa y se ha convertido en una más de las experiencias de vida de estas jóvenes, desarrollando así una crisis de madurez a la vida adulta, lo cual promueve un cambio en la percepción de la vida y de su cuidado. La gestante adolescente debe asumir nuevas prácticas de cuidado para lograr el bienestar suyo y del hijo por nacer; estas prácticas están influenciadas por los conocimientos empíricos y tradiciones de la familia, las cuales se han transmitido y realizado de generación en generación y han presentado óptimos resultados; esto brinda seguridad a la gestante y permite que ella también las practique en su actual gestación.

Se evidenció un cambio en las adolescentes en este periodo de gestación, se observó el gran interés por consumir alimentos que garantizaran el bienestar de la madre y el bebé, y de igual manera cambiaron su forma de vestir, buscando siempre la comodidad y la protección del bebé. También se observó la motivación de la gestante por buscar asesoría que la oriente a adoptar prácticas saludables que le permitan el desarrollo de una gestación sin complicaciones; dicha asesoría se vio influenciada en primera instancia por su familia, en donde se tuvieron en cuenta las creencias y conocimientos empíricos que habían permitido obtener experiencias de gestaciones con terminación feliz por varias generaciones, y en segunda instancia también se apoyaron en el personal de salud, al cual asisten para realizar su control prenatal.

Esta investigación busca incentivar al profesional de enfermería a desarrollar su capacidad de reconocer que las gestantes que atiende viven en diferentes contextos y a pesar de ello va a encontrar algunas prácticas similares y otras diversas. Esto le permitirá realizar un mejor análisis en el momento de diseñar un plan de cuidado, donde pueda involucrar aspectos culturales a través de los cuales puede conocer sus prácticas, valores y creencias, sin juzgar ni calificar ninguna de las conductas ejercidas por la persona cuidada.

Lo que se espera es que el profesional aprenda una nueva forma de crear planes de cuidado desde lo transcultural que le permitan innovar y fortalecer el gran objetivo de la profesión de enfermería: ofrecer un cuidado íntegro y coherente con la cultura.

El método utilizado fue la etnoenfermería de Leininger (1) y para el análisis se tuvo en cuenta el método propuesto por Spradley (2).

### OBJETIVO GENERAL

Describir el significado de las prácticas de cuidado que realizan las gestantes adolescentes con ellas mismas y su hijo por nacer que asisten a control prenatal en la UPA Candelaria del Hospital Vista Hermosa de la localidad 19, Ciudad Bolívar, a partir de las creencias, prácticas y valores, durante marzo a junio de 2007.

### MARCO CONCEPTUAL

La enfermería en el área materno perinatal, en el aspecto investigativo, ha tomado como punto de partida el estudio de prácticas de cuidado en diferentes etapas del periodo de la gestación, apreciando en la mayoría de las investigaciones el cuidado de la gestante desde la perspectiva de sus creencias, prácticas y valores, lo cual ha ofrecido grandes aportes para contextualizar en el siglo XXI el nuevo concepto de cuidado teniendo en cuenta estas visiones desde lo cultural, aspecto que cada día ha tomado más fuerza en la profesión de enfermería ya que se ha considerado parte fundamental para desarrollar un adecuado plan de cuidado por el profesional de enfermería.

Las prácticas de cuidado se han abordado a través de varios estudios realizados en diferentes contextos (3-7) donde se han identificado prácticas similares o diversas relacionadas con la alimentación, como el consumo de comida “chatarra” rica en carbohidratos y grasas y el poco consumo de proteínas, frutas y vegetales. Igualmente la actividad que realizan es caminar y la consideran apropiada y beneficiosa para la salud. Donde se observan más diferencias es en las prácticas de higiene y cuidados personales con relación a los genitales y el cepillado de dientes, ya que estas tienen un alto componente cultural de costumbres y creencias.

Estas investigaciones se han desarrollado con la orientación desde la enfermería transcultural de Leininger considerada por ella como “un área formal de estudio y práctica en enfermería enfocada en el cuidado cultural holístico comparativo, en la salud y en los modelos de enfermedad de individuos y grupos con respecto a las

diferencias y similitudes en los valores culturales, creencias y prácticas, con el fin de proporcionar un cuidado en enfermería que sea congruente, sensible y culturalmente competente a las personas de las culturas diversas” (8).

### METODOLOGÍA

Se trata de un estudio cualitativo-etnográfico el cual aplica los elementos básicos de la etnoenfermería propuestos por Madeleine Leininger.

Las participantes fueron ocho adolescentes gestantes con edades que oscilan entre 10 y 20 años, pertenecientes al régimen de salud subsidiado o vinculado, que asistieron a consulta de control prenatal de bajo riesgo en la UPA Candelaria del Hospital Vista Hermosa.

La muestra se obtuvo por medio de la información de las ocho gestantes adolescentes que cumplieron con los criterios de inclusión y que se encontraban disponibles para recibir visitas y entrevistas por parte de la investigadora, las veces que fuera necesario. Se llevaron a cabo de dos a tres entrevistas por cada gestante hasta que se logró la saturación de la información. Se realizó una observación de las acciones de las adolescentes gestantes respecto a las prácticas de cuidado de ellas mismas y de su hijo por nacer, la cual se consignó en las notas de campo.

El rigor metodológico del estudio se dio a través del cumplimiento de los criterios propuestos por Vásquez y Castillo (9): credibilidad, auditabilidad y aplicabilidad.

### CONSIDERACIONES ÉTICAS

En esta investigación se tuvieron en cuenta los principios adoptados en la Resolución 8430 del Ministerio de Salud (noviembre de 1993), en la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud (10).

### RECOLECCIÓN Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

La información se recolectó a través de entrevistas a profundidad donde se utilizaron preguntas descriptivas, estructurales y de contraste, las cuales se grabaron, transcribieron y analizaron simultáneamente.

Para el análisis de la información se siguieron los pasos propuestos por Spradley (1983) (11):

1. Identificación de las categorías, que es una sola relación semántica.

2. Identificar el dominio, una categoría que incluye otras categorías. Todos los miembros de un dominio comparten al menos una característica de significado.

3. Realizar el análisis de dominios mediante:

– Análisis taxonómico: busca las relaciones semánticas entre los diferentes dominios.

– Análisis componencial: búsqueda sistemática de los atributos (componentes de significados) asociados con los símbolos culturales.

– Descubrir los temas culturales.

Este estudio se ejecutó con las usuarias que asistieron a la consulta de control prenatal en la UPA Candalaria, perteneciente al Hospital Vista Hermosa, ubicada en la localidad de Ciudad Bolívar. Las entrevistas se llevaron a cabo en las casas de las participantes, ubicadas en diferentes barrios de la localidad 19. Estos barrios cuentan con todos los servicios, calles pavimentadas, casas construidas en ladrillo; estas se encuentran en obra gris.

Después de realizar el análisis de los datos obtenidos en las diferentes entrevistas utilizando el concepto de “análisis etnográfico” propuesto por Spradley (1979), surge como tema principal “*Si protegemos la vida y la salud en el periodo de gestación, construimos para los dos un futuro saludable*”, con los subtemas protección a la madre, protección al bebé, cuidarse en la alimentación, prepararse para el parto.

### **Dominio 1: protección a la madre**

En este dominio la gestante para protegerse desarrolla las siguientes prácticas: no hacer fuerza, hacer ejercicio, aseo personal, cuidados de la piel, evitar el consumo de sustancias no beneficiosas y descansar.

Se logra apreciar que las gestantes adolescentes buscan siempre la protección de sí mismas en este periodo, están pendientes de los consejos familiares y su cuidado se basa en las experiencias de su madre, hermanas o abuelas.

De la misma manera son receptivas a los cuidados que les enseñan los profesionales de la salud, muestran interés por realizar actividades que favorezcan aspectos positivos en su gestación. Se ha observado un cambio en la realización de sus actividades cotidianas, por ejemplo

evitar hacer fuerzas innecesarias sobre todo en los oficios de la casa, ya que de acuerdo con las experiencias familiares el uso excesivo de fuerzas podría provocar un aborto o un parto pretérmino.

J. R.: A mí no me dejan hacer nada, por mí yo barría, trapeaba, pero me dicen que no haga nada porque de pronto por la fuerza se me viene el bebé (caso 3).

Las gestantes adolescentes se interesan por realizar ejercicios que contribuyan al desarrollo de un “buen” trabajo de parto, con el fin de obtener “buenos” resultados y “poco sufrimiento”. El ejercicio que prefieren es caminar:

L. S.: Pues es bueno porque me ayuda en el momento del parto, porque el cuerpo no está tan encogido y las caderas no están tan cerradas y si hago ejercicio mi cuerpo va a estar más flojito y no voy sufrir tanto (caso 1).

Se observa gran interés de las gestantes adolescentes sobre el cuidado de los dientes ya que tienen conocimiento de que el periodo de gestación lleva como consecuencia la descalcificación de los dientes, y conocen muy bien los efectos de tomar sulfato ferroso; ante dichos cambios la gestante ha sido más estricta en cuanto al horario para cepillar sus dientes, después de cada comida, y utilizar los elementos apropiados para desarrollar dicha acción.

E. S.: Pues cuando me mandaron a odontología me dijeron que me lavara más los dientes, porque se descalcifica uno mucho, y ahora me cepillo después de cada comida y trato de usar la seda dental (caso 4).

De igual forma las gestantes adolescentes evitan el consumo de alimentos y sustancias no beneficiosas, con el fin de no generar daños al bebé.

J. R.: El cigarrillo, dice en un libro que tengo, no los deja crecer, el alcohol, no... yo creo que eso no es bueno (caso 3).

La familia juega un papel muy importante en este aspecto ya que se observa el interés por ofrecer a la gestante los mejores consejos y cuidados con el fin de evitar que se comprometa su salud; están pendientes de los cambios que presenta la gestante y ante cada cambio ofrecen algún tipo de cuidado basándose en sus creencias y vivencias.

Descansar es un aspecto muy importante para las gestantes adolescentes, las actividades cotidianas se

sienten más pesadas debido a que no se cuenta con la misma agilidad física que antes; de igual forma se observan con más frecuencia los episodios de cansancio, por tal razón la gestante se ve en la necesidad de tener más periodos de descanso que le permitan reponer las energías perdidas.

M. M.: Yo antes dormía por la noche y ahora me da sueño en las tardes y dicen que es bueno que uno duerma una hora diaria para descansar pues dicen que a toda mujer en embarazo le da mucho sueño (caso 2).

## **Dominio 2: protección al bebé**

Proteger al bebé es la gran prioridad de toda madre y en el caso de las gestantes adolescentes no es la excepción; el cuidar a su bebé por nacer se convierte en su principal tarea, por tal motivo todo lo que ellas hacen va acompañado de interrogarse por el beneficio que le aporta al bebé dicha actividad; en este periodo es muy importante para la madre sentir al bebé, ya que estos momentos hacen que se fortalezca más este sentimiento de ser madre; por tal motivo las gestantes adolescentes buscan siempre asesoría sobre los alimentos, la ropa y sobre todo las actividades que les permiten desarrollar la estimulación intrauterina del bebé.

La alimentación es parte fundamental del cuidado de las gestantes participantes en la investigación. Alimentarse adecuadamente es fundamental para que “el bebé salga bien” y se “desarrolle de manera adecuada”; así la gestante adolescente consume alimentos nutritivos que beneficien su actual estado; leche y derivados lácteos, frutas, proteínas de origen animal, bienestarina, leche con banano, entre otros.

L. S.: Desde que supe que estaba embarazada consumo muchas frutas, cuido los desayunos, almuerzo a ciertas horas y en la noche no como muy pesado; con las vitaminas también soy juiciosa. Porque el bebé lo necesita y yo también (caso 1).

La estimulación intrauterina es un tema de interés de las gestantes adolescentes ya que es un momento que permite el fortalecimiento del vínculo afectivo madre e hijo, en que ellas pueden sentir los movimientos del bebé y reflexionan sobre el nuevo rol que van a adquirir próximamente. Se observa gran interés por conocer actividades que les permitan estimular al bebé; algunas de las

que más desarrollan son: “alumbrar el abdomen con una linterna, utilizando papel celofán, hablarle, leerle un cuento, realizar masajes en el abdomen y escuchar el CD de Mozart”; las gestantes participantes en el presente estudio son conscientes de los beneficios que estas actividades le aportan al bebé en desarrollo cognitivo e intelectual; manifiestan que el realizar este tipo de actividades permite que “el bebé salga más inteligente, despierto, activo y que este reconozca a la madre”.

J. R.: Le hablo pero muy poco, lo que hago es ponerle la linterna e ir variando un poco la barriga, me la paso sobándome la barriga y cuando yo le hago así, se empieza a mover, mi tía política me dijo que ellos ya ven y que se ponen más despiertos y empiezan a diferenciar (caso 3).

El vestido es uno de los aspectos en que las gestantes ponen más atención; se cuidan de utilizar ropa ajustada porque existe la creencia de que puede generar daños y malformaciones en el bebé y no permite que se mueva en el vientre. Las gestantes adolescentes prefieren utilizar ropa suelta, como sudaderas y blusas que les ofrecen mayor comodidad y les permiten moverse con mayor libertad.

J. R.: Pues yo ahorita me pongo más blusas sueltas; antes yo me ponía blusitas corticas y *jeans* bien ajustados y ya no... porque se espicha la barriguita y qué tal que le pase algo, y yo creo que no puede crecer bien porque no tiene espacio (caso 3).

## **Dominio 3: cuidarse en la alimentación**

Para las gestantes adolescentes cuidar la alimentación significa consumir un desayuno balanceado, ya que es el primer alimento que se ingiere en el día, por tal motivo debe ser el más completo porque proporciona las energías y las vitaminas para las actividades diarias.

L. S.: Siempre me levanto y lo primero que hago es tomar jugo de zanahoria con media cucharada de calcio y a la media hora consumo chocolate, leche con huevos, queso y pan, también jugo de zanahoria porque no me deja dar tanto sueño (caso 1).

La hora del almuerzo es uno de los momentos más importantes para la gestante porque es cuando se ingieren alimentos ricos en proteínas, hierro, vitaminas, que permiten que se conserve el cuerpo de la gestante y se desarrolle el del bebé.

L. S.: Yo como carne, pollo y pescado porque son de alimento y si me alimentan a mí, obviamente alimentan al bebé, y además, cuando como esto, me siento llena y no me da tanta hambre en el transcurso del día (caso 1).

En el periodo de gestación las frutas se consideran uno de los alimentos más apetecidos por ser suaves y más tolerables en el primer trimestre de la gestación y porque favorecen el control y manejo del estreñimiento; las gestantes adolescentes consideran las frutas como alimento rico en nutrientes y vitaminas que fomentan el desarrollo del sistema de defensa de los bebés y, de acuerdo con las costumbres y creencias, a frutas como la naranja se les atribuyen beneficios en el fortalecimiento de los pulmones del bebé.

L. S.: Mi abuela me dice que coma harta papaya y melón para que pueda hacer del cuerpo porque el sulfato ferroso lo pone a uno duro, y me dice que coma hartito durazno para que el bebé nazca con la piel rosada y blanquita (caso 1).

Una de las razones más importantes para cuidarse en la alimentación es aumentar de peso.

J. Q.: Tomo harta leche, yogur, frutas, hartito grano, coladas, estoy tomando bienestarina... primero para que el bebé salga bien y segundo porque estoy baja de peso (caso 6).

Otra es evitar el sobrepeso, considerado un aspecto negativo para el desarrollo de la gestación ya que se puede convertir en amenaza para el mantenimiento de la salud de la gestante y del bebé.

Y. R.: Por lo que estoy en sobrepeso me cuido un poco de las harinas, consumo más verdura, más fruta, como porciones más pequeñas (caso 5).

#### **Dominio 4: prepararse para el día del parto**

Al final del embarazo la gestante y el bebé se preparan para el gran día del parto; han enfrentado diferentes adaptaciones fisiológicas y psicológicas durante todo el embarazo que les permiten afrontar con seguridad y satisfacción el nacimiento del bebé. Sin embargo se tiene gran temor a los periodos de dilatación, borramiento y parto, los cuales representan el final del embarazo y el comienzo de la vida extrauterina del bebé. Debido a las experiencias de las madres, abuelas y hermanas, tienen conocimiento de que en este periodo la mujer experimenta uno de los máximos dolores físicos que se puedan soportar; por tal razón la mayoría, por no decir que la totalidad de las

mujeres, temen la llegada de este momento; las gestantes adolescentes participantes en el estudio escuchan y reciben los consejos de las mujeres mayores de su familia: mamá, abuelas o hermanas; están muy atentas a escuchar cuál es el manejo que le han dado las mujeres de su familia y confían en las actividades que se han realizado generación tras generación para superar estos periodos con satisfacción; en este momento juega un papel muy importante la abuela de la familia ya que es la mujer que conoce muy bien los beneficios de la botánica y con su experiencia de vida ha logrado evaluar su efectividad.

L.M.: Comer mucho durazno los dos últimos meses porque es bueno para la dilatación (caso 8).

## **DISCUSIÓN**

### **Creencias y prácticas que deben preservarse**

Tener prácticas adecuadas durante la gestación es muy importante ya que de estas acciones dependen el bienestar y la salud de la gestante y de su hijo por nacer. En la presente investigación surgieron muchos cuidados que favorecen el bienestar de la gestante, como no hacer fuerza, aprender a agacharse y modificar sus actividades diarias; son cuidados que se han mantenido en las familias y que han sido efectivos para las mujeres gestantes; es una práctica que se puede preservar debido a que es inofensiva y beneficiosa para la gestante.

Hacer ejercicio es una práctica que se encuentra soportada en la teoría y es adoptada por las gestantes adolescentes debido a su conocimiento sobre el beneficio del mismo; por tal razón se considera una práctica para preservar durante toda la vida.

De igual forma se debe preservar el énfasis que la gestante adolescente tiene en cuanto a la realización del aseo personal, debido al cambio y aumento de la temperatura corporal, el cual es normal en el periodo gestacional por el cambio hormonal; el baño de cabello cada cuatro u ocho días no ofrece ninguna amenaza a la gestante, es considerado una actividad que puede seguir practicando, la cual no le garantizará beneficios pero tampoco generará daño alguno; también se observa la práctica de la aplicación de sábila con vino y huevo en el cuero cabelludo; esta acción no genera amenaza,

entonces se puede promover ya que hace parte de una tradición cultural.

En cuanto al cuidado de la piel se observa mucho la aplicación de cremas y aceites en el abdomen; es una práctica que debe promoverse ya que se encarga de hidratar la piel del abdomen y no le genera daños a la gestante ni al bebé.

El interés de la gestante por evitar el consumo de sustancias no beneficiosas es una actividad que debe ser estimulada y cuenta con el apoyo y conocimiento empírico de las tradiciones familiares y el soporte teórico de los profesionales de la salud.

Descansar es una acción que se seguirá promoviendo ya que por el incremento de peso y aumento del abdomen se hace cada vez más necesaria la reserva de este tipo de espacios.

El interés por alimentarse adecuadamente y por incluir en su dieta alimentos saludables como frutas, verduras, granos, carnes, pollo, pescado, es una actividad que debe incentivarse ya que es un cuidado que viene apoyado por las tradiciones familiares, culturales y es aconsejado por los profesionales de la salud día a día.

El consumo de yogur se promueve por su capacidad para ofrecer calcio al bebé, la gestante lo toma para garantizar que este nazca con la piel blanca y suave, es un alimento que no genera ningún daño y sí aporta beneficio a la gestante, por tal motivo debe promoverse.

Utilizar ropa holgada y cómoda es otro de los cuidados que tienen en cuenta las gestantes, el cual debe ser estimulado ya que les ofrece comodidad.

Después de realizar esta interrelación entre el conocimiento popular y el conocimiento profesional, desde enfermería se logra crear un puente que permite generar un vínculo de confianza con la gestante donde se afianzan y apoyan conocimientos culturales desde la teoría y se brinda la oportunidad de acomodar y remodelar algunos de los conocimientos culturales que no son apropiados para el periodo de gestación, sin necesidad de crear un conflicto entre el conocimiento profesional y el cultural.

### **Creencias y prácticas que deben negociarse**

El consumo de sustancias no beneficiosas como la comida “chatarra” no genera malformaciones al bebé; hay que

explicar a la gestante que este tipo de alimentos no aportan vitaminas ni nutrientes, pero en ningún momento van a generar lesiones o limitaciones físicas al bebé.

El descansar no le garantiza evitar la formación de estrías; lo que le aporta a disminuir la aparición de las mismas es hidratar la piel por medio de cremas o aceites.

Las conductas de estimulación intrauterina durante la gestación son positivas para el bebé, pero se enseñará a la gestante que dichas actividades deben realizarse una vez en el día y a la misma hora, no varias veces al día porque la madre generaría estrés en el bebé debido a que interrumpe su sueño.

### **Creencias y prácticas que deben modificarse**

Debe abandonarse el uso de agua de brevo, ya sea para el baño o utilizando el vapor para que ascienda en medio de las piernas, pues esta hoja mancha la piel y puede generar quemaduras en los genitales de la gestante.

### **REFLEXIONES DE LA EXPERIENCIA**

La experiencia de esta investigación permite establecer un acercamiento entre el conocimiento profesional y el popular acerca de las prácticas de cuidado que realizan las gestantes adolescentes con ellas mismas y con sus hijos por nacer, y lo que para ellas representa. Ese conocimiento es muy importante para la práctica de enfermería ya que muestra las prácticas que son beneficiosas y no beneficiosas para las gestantes y así ofrecer un cuidado más acorde con su cultura y situación de salud.

De la misma manera se crea una motivación y un interés para continuar explorando las prácticas de cuidado y los comportamientos de las gestantes en otros contextos.

### **CONCLUSIONES**

El significado de las prácticas de cuidado que realizan las gestantes adolescentes con ellas y su hijo por nacer, que asisten a control prenatal en la UPA Candelaria del Hospital Vista Hermosa de la localidad 19 (Ciudad Bolívar), a partir de las creencias, prácticas y valores está orientado hacia la protección de ellas y su hijo por nacer, pensando en lograr un futuro saludable para los dos.

Las prácticas de cuidado que realizan las gestantes adolescentes con ellas mismas y su hijo por nacer están soportadas en un conocimiento y en un comportamiento cultural.

Las prácticas de cuidado identificadas en las gestantes adolescentes relacionadas con la actividad física, el descanso, la alimentación, no consumir sustancias psicoactivas, la higiene y cuidado personal son una garantía de protección durante la gestación para ella y su hijo por nacer.

Las prácticas de cuidado que las gestantes realizan durante su gestación y el trabajo de parto les permiten afrontar con seguridad y satisfacción el nacimiento de su hijo.

Estas jóvenes madres realizan una serie de prácticas o formas de cuidarse, algunas basadas en creencias, otras producto de la enseñanza de sus madres o familiares, lo cual constituye un conocimiento acumulado.

Estas prácticas de cuidado se configuran por una serie de conocimientos y comportamientos culturales que son los que le dan el significado a este cuidado y que son poco conocidos por los profesionales de la salud, responsables del cuidado de las gestantes y sus hijos por nacer.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Leininger M. Perspectivas de la enfermería transcultural: conceptos básicos, principios y casos clínicos en cuidado cultural. Capítulo 2. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia; 2002, p. 6.
- (2) Spradley J. La entrevista etnográfica. Orlando, Florida: Harcourt Brace Jovanovich Collage Publishers; 1979.
- (3) Santos E. Prácticas de cuidado que realizan consigo mismas y con el hijo por nacer, por un grupo de gestantes de Saravena, Arauca. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Enfermería, programa de Maestría en enfermería; 2004.
- (4) Arias Caraballo AD. Prácticas de cuidado que durante la etapa prenatal realizan consigo mismas las gestantes adolescentes usuarias del Hospital General Regional Dr. Marcelino Vélez Santana. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Enfermería, programa de Maestría en enfermería; 2003.
- (5) Zambrano Plata GE. Prácticas de cuidado que realizan consigo mismo y con el hijo por nacer las gestantes adolescentes que asisten a control prenatal. Cúcuta. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Enfermería; 2004.
- (6) Izaguirre Funes de Tabora LI. Prácticas de autocuidado que realizaron durante la gestación un grupo de adolescentes gestantes que asistieron al control prenatal a la Clínica de Atención del Adolescente, en el Centro de Salud las Crucitas, Comayagua, Honduras. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Enfermería, programa de Maestría en enfermería; 2002.
- (7) Hernández LM. Significado del cuidado de sí y de su hijo por nacer para un grupo de gestantes a partir de sus valores, creencias y prácticas. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Enfermería, programa de Maestría en enfermería; 2006.
- (8) Leininger M. Enfermería transcultural: desarrollo, enfoque, importancia y desarrollo histórico. Estados Unidos de América. Nueva York; 1991, p. 9.
- (9) Castillo E, Vásquez ML. El rigor metodológico en la investigación cualitativa. Colombia Médica. 2003; 34(3).
- (10) Ministerio de la Protección Social. Resolución 8430, octubre 4 de 1993. [http://www.unal.edu.co/dib/normas/etica\\_res\\_8430\\_1993.pdf](http://www.unal.edu.co/dib/normas/etica_res_8430_1993.pdf); consulta: octubre 27 de 2008.
- (11) Spradley J. La entrevista etnográfica. Traducción libre. Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Colombia; 1983.