

La salud de la mujer es algo más que una cuestión médica

Cathie Lyons

Si tratamos de descubrir los elementos que influyen sobre la salud, no tardamos en encontrar diversos factores de los que no se suele pensar que puedan contribuir al buen o mal estado de salud. Cada vez se tiene más conciencia de que sobre nuestra salud influyen las circunstancias que nos rodean: las condiciones del medio ambiente, de la vida, los recursos, el modo de vida, así como las realidades políticas y económicas.

Las costumbres, las actitudes y las tradiciones culturales también influyen sobre la salud y, en el caso de las mujeres y de las niñas, el efecto es con frecuencia negativo. A medida que profundizamos la cuestión, comprobamos que la salud de la mujer no se limita a su dimensión médica. Las mujeres de todo el mundo tienen necesidades fundamentales en materia de salud que deben reconocerse y estudiarse con el fin de que se adopten las medidas oportunas para permitirles gozar de buena salud y trasmitirla.

La salud y la condición de la mujer

La relación entre la salud de una mujer y su condición es de fundamental importancia. Es una triste realidad que la mayor desventaja que tienen millones de mujeres es el hecho de pertenecer al sexo femenino. Un paso importante para el mejoramiento general del estado de salud de la mujer es promover su situación dentro de la familia, de la comunidad y de la sociedad.

Fathia Al Assal, una mujer egipcia que escribe desde su propia pers-

pectiva acerca de las mujeres del campo de su país, hace en pocas palabras la siguiente declaración: "¿Saben qué es lo que les hace más falta a las mujeres? Que se comprenda y que *se admita que son seres humanos.*"

Muchas mujeres de todo el mundo han aceptado su condición inferior como algo natural e irremediable, por el simple hecho de pertenecer al sexo femenino. Dondequiera que miren, no encuentran sino la confirmación de la idea que tienen de sí mismas, esto es, de su escasa importancia o valor.

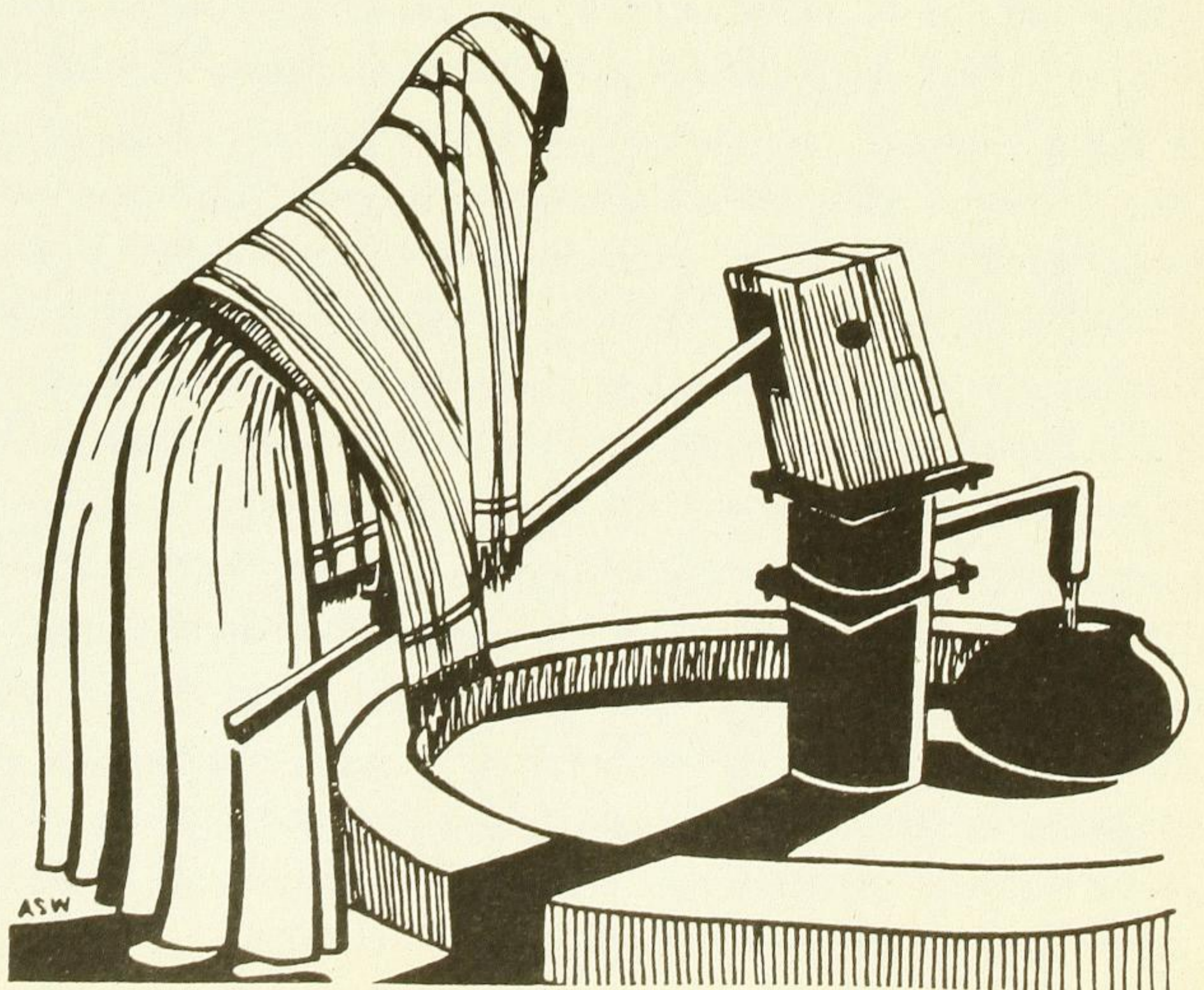
La condición social de la mujer y su salud están estrechamente conectadas. Para que toda tentativa seria de mejorar la salud de la mujer tenga éxito, deberá hacer frente a la forma en que las costumbres sociales y las tradiciones culturales afec-

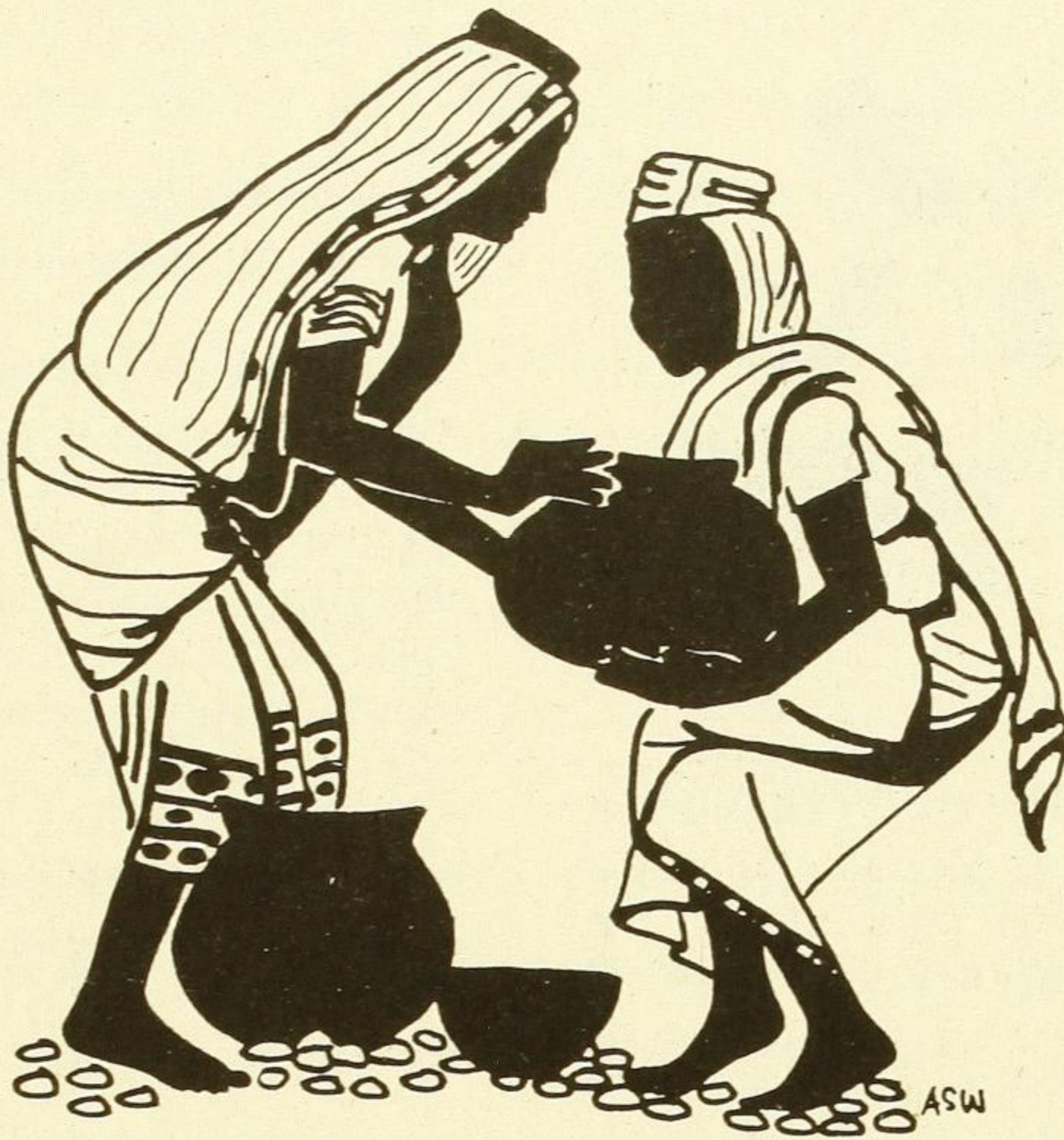
tan negativamente la salud de las mujeres por el simple hecho de pertenecer al sexo femenino.

El trabajo de la mujer

El trabajo de la mujer es un elemento que ha de tenerse en cuenta para mejorar su estado de salud. Las mujeres necesitan compartir su carga de trabajo y mejorar la forma de realizarlo.

Una verdad de todos los tiempos es que el trabajo de la mujer no se termina nunca. Krishna Ahooja-Patel sugiere que "algunos de los problemas graves que afectan la salud de las mujeres han permanecido escondidos tras las barreras de los hábitos tradicionales de pensamiento". Muchas mujeres trabajan continuamente y, según palabras de Patel, contribuyen así "el acervo del es-





fuerzo humano". Sin embargo, para la mayor parte de la sociedad, el trabajo de la mujer, en particular el que hace dentro de casa, es prácticamente invisible, se valora insuficientemente y no se considera un factor determinante de su estado general de salud.

Muchas mujeres permanecen a lo largo de su vida activa físicamente cansadas y psicológicamente sobrecargadas, dice Patel. Esto es cierto no sólo en zonas rurales de los países en desarrollo, donde las mujeres acarrear agua, buscan leña y forraje, preparan la comida, lavan la ropa y, además, asumen la responsabilidad principal de la producción agrícola y crían a los hijos. Esto ocurre también en las zonas urbanas de los países en desarrollo y de los países industrializados.

La UNESCO realizó un estudio comparativo en centros urbanos de diez países industrializados. Según los resultados del estudio, tanto en las economías de mercado libre como en las economías de planificación centralizada, las mujeres asalariadas con hijos trabajan más horas que los hombres y tienen menos tiempo libre y menos horas de sueño.

Nuevas formas de trabajo

Toda medida destinada a adoptar las tecnologías apropiadas para mejorar las condiciones de trabajo de las mujeres serán de gran utilidad, ya que su salud depende directamente del trabajo que hacen y de las condiciones en que lo realizan. Las herramientas de que disponen las campesinas son a menudo del tipo más primitivo. Las muchachas que caminan desde un pozo distante con un cántaro de agua en la cabeza, pueden parecer muy pintorescas pero son el símbolo de la negligencia en una época en que impera la tecnología.

Esas mujeres dicen claramente cuál es la ayuda que necesitan para hacer su trabajo más eficaz y productivo. Por otra parte, sus necesidades se relacionan específicamente con su trabajo. Ahora bien, contempladas desde otra perspectiva, esas necesidades se relacionan también con la salud. El peso que las mujeres transportan al acarrear leña y agua entraña una realidad física: el transporte continuo de cargas pesadas no sólo favorece la artrosis grave de la columna vertebral y las

extremidades, sino que consume la energía de la mujer.

Durante los últimos tres meses de embarazo, en los que es vitalmente importante que aumente el peso del feto, la mujer debe o bien incrementar su ración de alimentos o limitar su actividad física, con el fin de asegurar el crecimiento adecuado del niño.

Cansancio crónico

En todos los países del mundo, hay que tomar más medidas relativas a los efectos que tienen sobre la vida y la salud de la mujer la tensión, el cansancio, la anemia y las infecciones. En los países industrializados, la mujer sobrevive generalmente al hombre pero este hecho disimula otro más importante, y es que muchas mujeres padecen continuamente a lo largo de su vida más enfermedades crónicas. Esas mujeres pueden vivir más que sus congéneres masculinos, pero su estado general de salud es insatisfactorio y su mayor duración de vida se debe principalmente a una tasa menor de accidentes, de enfermedades cardiovasculares y de enfermedades relacionadas con el consumo de alcohol y tabaco.

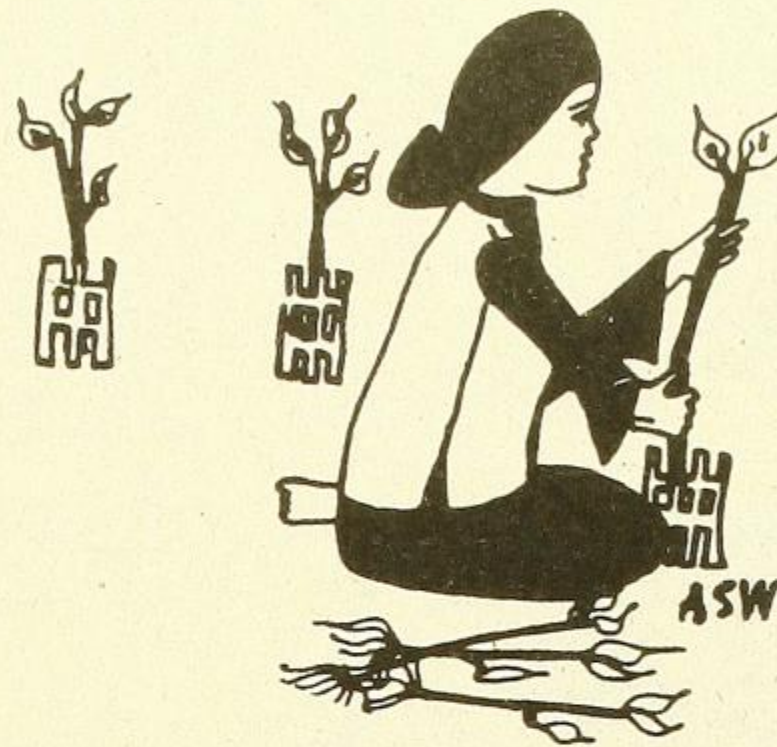
Las frecuentes enfermedades de la mujer —ya se deban a la malnutrición, las infecciones, la fecundidad incontrolada, una sobrecarga de trabajo o una combinación de todos estos factores— contribuyen a un estado constante de fatiga y debilidad. Esta fatiga física y mental se interpreta demasiado frecuentemente como una característica del sexo femenino.

Cuando se observa el trabajo que hacen las mujeres y las condiciones en que lo llevan a cabo, se comprende que su salud puede mejorarse por medios muy diversos, entre ellos, aligerando el peso que transportan o compartiéndolo mejor con sus compañeros, desarrollando la tecnología adecuada para facilitar su labor o reducir el número de horas diarias de trabajo, o facilitándolo-

les la posibilidad de beneficiarse de una formación técnica que les permita mejorar sus capacidades y aumentar sus conocimientos.

Apoyo a la comunidad

Las comunidades y sus servicios, así como la forma en que toman conciencia y responden a las necesidades generales de salud de las mujeres, constituyen otro factor fundamental. Los hospitales y los dispensarios tienen una importantísima función que desempeñar en la detección y el tratamiento de las enfermedades. Sin embargo, los programas comunitarios pueden centrarse mejor en



la comunidad y en las condiciones de vida de cada individuo; están en mejor situación para ofrecer una atención preventiva y, a menudo, pueden resolver los problemas antes de que requieran un tratamiento médico formal.

Tomemos, por ejemplo, el caso de una mujer que ha sido víctima de violencia en el seno de la familia. Puede necesitar atención médica pero, sobre todo, necesita cambiar sus condiciones de vida. En el Estado de Maharashtra, en la India, las campesinas que en un principio se unieron para formar un sindicato agrícola, utilizan su organización para luchar contra los malos tratos físicos y las consecuencias de la embriaguez de los hombres, y tratan de evitar el problema actuando en común.

Los sistemas de apoyo comunitario varían de una cultura a otra: a veces consisten en grupos formalmente organizados, como iglesias y guarderías; otros son los grupos tradicionales tribales y familiares. Los agentes de salud señalan lo bien que confortan a las mujeres durante el parto las parteras tradicionales, las familias y, a veces, toda la comunidad. Cuando dan a luz en el hospital, a menudo pierden el apoyo psicológico de los familiares y los parientes y están nerviosas y asustadas sin ese apoyo.

La salud depende también de la posibilidad de recibir apoyo, ya sea de la familia y de los amigos o a través de la comunidad. Por muy informales que sean esos sistemas, son

fundamentales para el mantenimiento general del buen estado de salud.

Dimensiones psicológicas de los problemas físicos

También es importante comprender que algunos problemas físicos que afectan tanto a los hombres como a las mujeres adquieren dimensiones psicológicas, especiales en estas últimas. Las enfermedades transmitidas sexualmente y el alcoholismo son dos ejemplos. No sólo se trata de enfermedades que pueden descubrirse más fácilmente en los hombres, sino que además estos últimos tienen factores culturales a su favor para buscar tratamiento.

Enfermedades transmitidas por vía sexual

Muchas culturas aceptan e incluso estimulan el hecho de que los hombres tengan relaciones sexuales con más de una mujer. Por ejemplo, en el Caribe existe la creencia de que un hombre que padece una enfermedad venérea se curará si tiene relaciones sexuales con una mujer virgen. En los lugares donde existen esas creencias, tanto los hombres como las mujeres son víctimas de prácticas culturales perjudiciales.

En su artículo, *Sexually Transmitted Diseases. A Neglected Problem for Women* (Enfermedades transmitidas sexualmente, un problema desatendido en el caso de la mujer), Sevgi Aral y Mary Guinan escriben:

“En primer lugar, una mujer puede temer que se sospeche que ha sido infiel, aun cuando de hecho haya sido su marido el que la haya contagiado. En segundo lugar, para establecer el diagnóstico es necesario que la mujer se desnude a fin de someterse a un examen ginecológico, experiencia muy penosa para muchas mujeres del Tercer Mundo. En algunos países musulmanes, donde prácticamente todos los médicos son hombres, estos no pue-

Zafra
VIDEO

**¡EN EXCLUSIVA!
LOS ESTRENOS DE
MACONDO**

Angi Vera

Historia de una adolescente que se traiciona a si misma

hasta cierto punto

La sociedad cubana recreada con gran sentido del humor

TIEMPO de SILENCIO

Historia de amores trágicos, celos y venganzas

**DOÑA HERLINDA
Y SU HIJO**

“Dos hombres y una mujer forman un triángulo erótico ¡Para darle gusto a mamá!”

**SILVIO
RODRIGUEZ**

éxitos interpretados en un concierto al aire libre en la Universidad de la Habana, Cuba

SE PERMUTA

analiza los problemas de la vivienda en Cuba

RENTA Y VENTA EN:

COYOACAN
FRANCISCO SOSA No. 9-A
TEL. 554-58-44

COPILCO
AV. COPILCO
No. 102-5

CONDESA
TAMAULIPAS No. 29-E

ROMA
MONTERREY No. 378
TEL. 584-67-70

den dirigirse oralmente a las mujeres, y mucho menos tocarlas.”

Cuando una mujer contrae una enfermedad transmitida sexualmente y luego queda embarazada, corre el riesgo de una tragedia. Las enfermedades venéreas no tratadas, según su tipo y su gravedad, pueden producir la enfermedad e incluso la muerte del niño. Como todas las mujeres saben, el sufrimiento moral de la mujer que ha transmitido a sus hijos una enfermedad no tiene fin.

Alcoholismo

El mismo problema se da en las mujeres que beben demasiado o que son alcohólicas. El alcoholismo femenino ha sido un problema cuidadosamente ocultado. A la familia no le gusta admitir que existe, y la sociedad no ha querido oír hablar de él. En general, el alcoholismo se desaprueba mucho más fuertemente en las mujeres que en los hombres.

El alcoholismo y las enfermedades transmitidas sexualmente son sólo dos ejemplos de los problemas que afectan a las personas de ambos sexos y que adquieren dimensiones especialmente agudas en las mujeres; factores de orden social, cultural y económico hacen más difícil la situación de estas últimas.

Salud materna

La sociedad debe reconocer la importancia de la salud de la madre para el niño, para la familia y para la comunidad en su conjunto. Sin duda, en la esfera de las responsabilidades familiares es donde el impacto de la tradición cultural, con las funciones que atribuye a los hombres y a las mujeres, dificulta más la realización de cambios.

Los derechos y privilegios de que goza la mujer en el seno de la familia varían de un país a otro. Sin embargo, las actitudes tradicionales respecto a la responsabilidad feme-



nina de cargar con los hijos y criarlos son relativamente similares. Y se trate de países industrializados o de países en desarrollo, las creencias más arraigadas son las que se refieren a la función del padre y de la madre debido a que son las mujeres las que quedan embarazadas y dan a luz. Las sociedades siempre han puesto de relieve la importancia de la mujer en la función reproductiva. Para muchas mujeres, el parto es la mejor oportunidad de que se las considere importantes y se les conceda valor en el seno de su familia y de la comunidad.

Sin embargo, en muchísimos casos se sigue concediendo demasiada importancia al “valor” de la maternidad y, por ende, a la responsabilidad de traer hijos al mundo, mientras que se presta muy poca atención a la salud de la mujer y a su situación socioeconómica.

Debemos tener presente los siguientes hechos:

1. Un número excesivo de niños mueren al nacer como consecuencia

de complicaciones que podrían haberse evitado. Estudios realizados en los últimos diez años han revelado que *en la mayoría de los países en desarrollo la mortalidad materna figura entre las diez causas principales de la mortalidad femenina.*

2. Demasiadas mujeres tienen más hijos de los que desean y pueden criar debido a que no disponen de anticonceptivos, no saben utilizarlos o tienen miedo de los riesgos. En otros casos se debe a que, por razones culturales o religiosas, ellas u otros miembros de la familia estiman que es inaceptable recurrir a esos métodos. *Un estudio reciente ha mostrado que la mitad de las mujeres del Tercer Mundo no deseaban tener más hijos pero por una razón o por otra, sólo la mitad de ellas utilizaban anticonceptivos.*

3. Demasiadas mujeres padecen el síndrome de depresión materna. “Subnutridas, a menudo anémicas, y generalmente debilitadas por la carga de la reproducción excesiva, las víctimas de este síndrome son

cada vez más vulnerables a la muerte durante el parto o a simples enfermedades infecciosas en cualquier momento, y sus hijos también engrosan las estadísticas de mortalidad infantil.

4. Un número excesivo de mujeres de "alto nivel de riesgo" quedan embarazadas, con graves consecuencias para su salud y la salud de sus hijos. *Es un hecho reconocido que los embarazos muy tempranos (antes de los 20 años) o muy tardíos (después de los 35 años) aumentan los riesgos de la mortalidad materna.*

El embarazo de adolescentes se produce en las zonas rurales del Tercer Mundo cuando las mujeres se casan muy jóvenes. Aunque la edad legal para el matrimonio de las muchachas en la India es de 18 años y el matrimonio de las niñas se ha prohibido desde hace ya muchos decenios, la edad media en que se casan las jóvenes en Uttar Pradesh sigue siendo de 15 años. Estas jóvenes reconocen a menudo que no están suficientemente preparadas para el matrimonio y la maternidad, pero no pueden decidir acerca de su destino. Las autoridades de los pueblos o aldeas no han podido o no han querido hacer respetar la edad legal para el matrimonio.

El embarazo de las adolescentes es también un problema en los países desarrollados, ya que los jóvenes muestran claramente que desean tener actividad sexual, dispongan o no de anticonceptivos. Los problemas del embarazo de las adolescentes sólo pueden resolverse cambiando las actitudes de la comunidad y haciendo comprender mejor a los mismos jóvenes los riesgos y las responsabilidades que entraña el ser padres adolescentes.

Por supuesto, la salud de la madre no es lo único que está en juego. También hay que tener en cuenta los siguientes hechos:

1. Un número considerable de recién nacidos no viven más de una semana debido a que pesan muy

poco al nacer como consecuencia de la alimentación insuficiente de la madre y a la gran carga de trabajo que ésta tuvo durante el embarazo. "De los 21 millones de niños nacidos anualmente con un peso insuficiente, 20 millones nacen en países en desarrollo." Estos niños insuficientemente desarrollados nacen, en su mayoría, en el momento debido pero con retraso de su crecimiento y con otros problemas que aumentan considerablemente los riesgos de no pasar del primer año de vida. La debilidad del niño es motivo de una constante tensión y fatiga física y emocional de la madre.

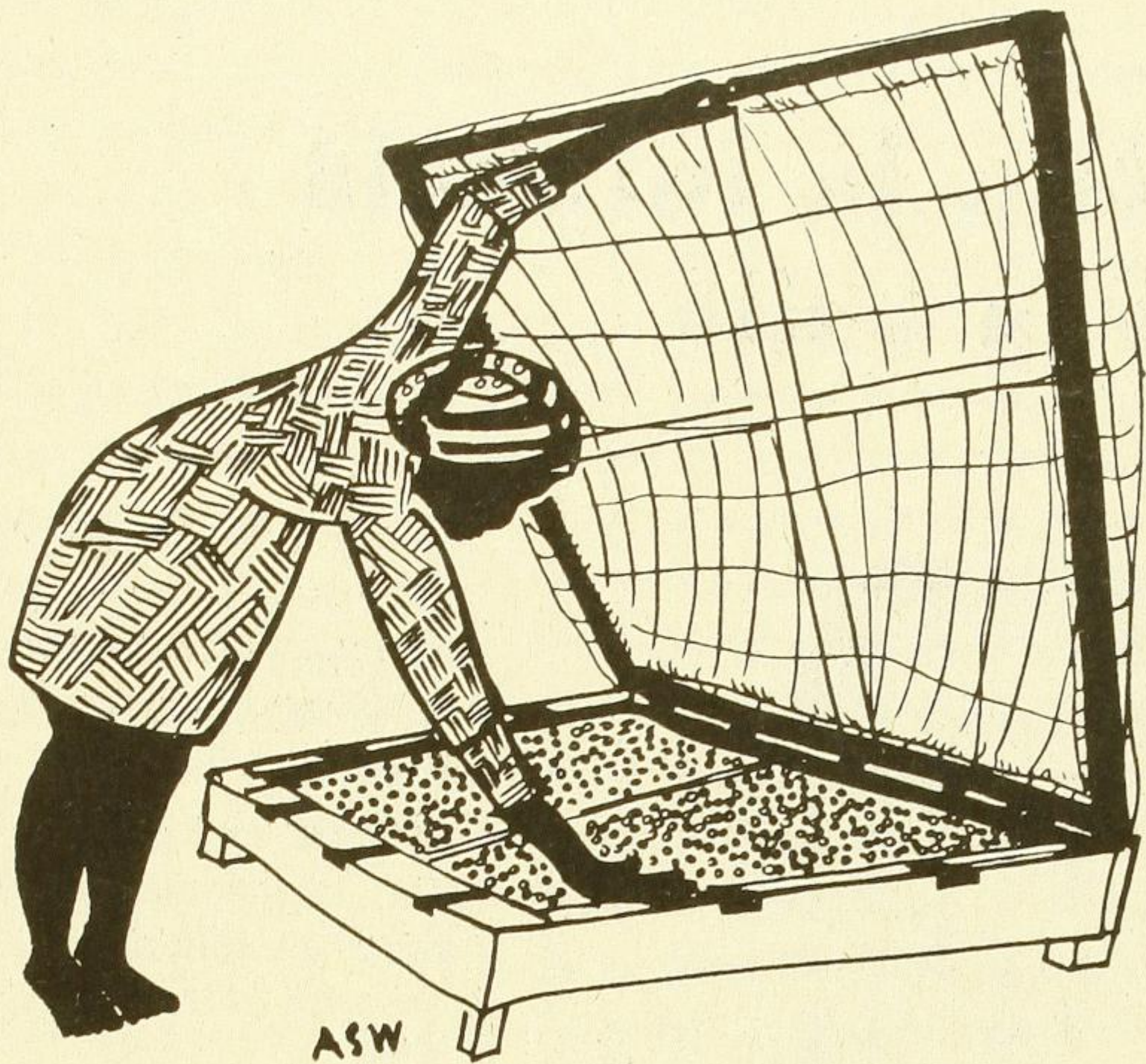
2. Cuando los embarazos son muy seguidos, no sólo puede resentirse de ello el recién nacido sino el hijo anterior. "Un estudio realizado en el Punjab, en la India, puso de relieve los peligros de los nacimientos muy seguidos no sólo para el recién nacido sino también para el hijo anterior. Cuando nace otro niño poco tiempo después de otro, el hijo anterior puede ser destetado pronto. El problema puede

ser bastante grave si no se dispone de alimentos con un elevado contenido de proteínas para sustituir la leche materna. El hijo anterior puede padecer una enfermedad producida por la falta de proteínas, *Kwashiorkor*, cuyo nombre significa literalmente en el lenguaje de Ghana "la enfermedad del niño destituido cuando nace el próximo."

La capacidad de la mujer de tener únicamente los hijos que desea y de quedar embarazada sólo en los momentos que elija, tiene vital importancia para su estado general de salud y su desarrollo, así como para su libertad de participar en otras actividades, las cuales no sólo pueden mejorar su salud y su bienestar sino también los de su familia.

Las mujeres que trabajan entre 16 y 18 horas cada día, ya sea ocupándose de los hijos o de la casa, trabajando fuera de ésta o combinando esas actividades, raramente disponen de tiempo para beneficiarse de las oportunidades de educación básica y de formación que, cuando existen, pueden mejorar la calidad de su vida y de la vida de sus allegados. Los estudios de desarrollo





muestran que cuando una mujer puede beneficiarse de la instrucción, ésta se convierte en un factor positivo de salud.

Hay que escuchar a las mujeres

La salud de la mujer es un problema general de desarrollo. Las mujeres constituyen más de la mitad de la población mundial y su salud, buena o mala, influye en el bienestar de sus hijos y demás miembros de la familia. Teniendo en cuenta la enorme importancia de la salud de la mujer, es lamentable, aunque totalmente cierto, que no puede controlar ella misma muchos de los factores que influyen en su salud. Por ello, deberían adoptarse varias medidas prácticas.

En primer lugar, el proceso de desarrollo a nivel local, comunitario y nacional debería garantizar que se escuche a las mujeres y que se las haga participar, en la misma medida que los hombres, en las decisiones acerca de los programas y en las disposiciones que pueden influir en el progreso y desarrollo de la mujer. Ya se trate de decisiones relativas a programas de formación agrícola, a oportunidades de crédito, al desarrollo de las tecnologías apropiadas,

a los sucedáneos de la leche materna, a los métodos de regulación de la fecundidad o a la igualdad de protección de la mujer y del hombre ante la ley, las mujeres deben poder participar activamente en cuanto les concierne, sea mediante el uso de la palabra o del voto.

En segundo lugar, en un buen número de casos esto exigirá la capacidad de pensar de manera específica acerca de las necesidades femeninas. Por ejemplo, los países en desarrollo están en la vanguardia de una nueva era de la atención de la salud. Se han dado cuenta de que los servicios de salud tienen que ir al encuentro de las personas allí donde viven y trabajan; de que la promoción y el mantenimiento de un buen estado de salud dependen del mejoramiento de las condiciones de vida de la población; de que el grueso de los fondos y del personal calificado en materia de salud debe dedicarse a instruir a las personas en esta materia.

La teoría es buena, pero al pasar a la práctica hay que hacerse las preguntas oportunas. Por ejemplo, ¿han de destinarse esos servicios de salud? ¿Dónde viven?, ¿cuáles son los factores de índole no médica (condiciones culturales, de trabajo,

etc.) que pueden tener un efecto particularmente negativo sobre su salud por el hecho de que pertenezcan al sexo femenino? Entre las necesidades específicas que pueden tener esas mujeres ¿hay alguna que se refiera a su salud en materia de producción o a sus condiciones de trabajo? ¿Saben leer y escribir esas mujeres? y, si no es ese el caso, ¿qué técnicas de educación sanitaria habrá que utilizar para mejorar su estado de salud? Esta necesidad de reflexionar acerca de las necesidades femeninas también supone la capacidad de comprender la estrecha relación que existe entre la salud y el bienestar. Las mujeres tienen conciencia de la necesidad de modificar las leyes sobre la familia (leyes relativas al matrimonio, la herencia, la poligamia y el divorcio) de manera que puedan tener una imagen positiva de sí mismas y participar en la vida de la comunidad. Para las mujeres de los países del Tercer Mundo, la salud puede depender de la reforma agraria y del establecimiento de cooperativas alimentarias. Para las mujeres de cualquier parte del mundo, el simple acceso a los recursos y cierta independencia financiera son elementos esenciales para mejorar su estado general de salud.

La salud de una mujer depende de su vida y del mundo en que vive, de su situación socioeconómica, su nivel de instrucción y de que pueda adoptar medidas positivas en beneficio propio. La salud de la mujer depende de la comunidad en que vive, de las condiciones culturales y del valor que tiene ante la sociedad. La salud de la mujer depende de la posibilidad de decir claramente cuáles son los servicios que necesita. Depende de que todos nosotros, mujeres y hombres, profesionales y no profesionales reflexionemos acerca de los numerosos factores que influyen en la vida de la mujer, en su desarrollo y en su salud.

Tomado del boletín del Centro de Documentación Sobre la Mujer (CENDOC-Mujer) Perú. *fbm*