

**“MATERNIDADES CONSCIENTES”
UNA PROPUESTA PEDAGÓGICA DE ACOMPAÑAMIENTO GESTACIONAL
ADOLESCENTE DESDE AUTOCUIDADO Y CO-CUIDADO**

LEIDY DAYAN ALVAREZ GARCÍA

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA
BOGOTÁ, DC
JULIO 2020**

**“MATERNIDADES CONSCIENTES”
UNA PROPUESTA PEDAGÓGICA DE ACOMPAÑAMIENTO GESTACIONAL
ADOLESCENTE DESDE AUTOCUIDADO Y CO-CUIDADO**

**ELABORADO POR
LEIDY DAYAN ALVAREZ GARCÍA**

**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN COMUNITARIA CON
ÉNFASIS EN DERECHOS HUMANOS**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
MEMORIA, CORPORALIDAD Y AUTOCUIDADO**

**DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO
NAIR TOSCANO CELY**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN EDUCACION COMUNITARIA
BOGOTÁ, DC**

JULIO 2020

AGRADECIMIENTOS

A las lobas, las brujas, las doncellas, las sabias, a las abuelas, las madres a todas las mujeres; a quienes han decidido maternar y a quienes construyen desde la maternidad sus proyectos políticos. A quienes hemos decidido con amor aprender, acompañar, mimar, abrazar y contener.

A mi madre que decidió joven tejernos como parte de su proyecto de vida, mis abuelas, mis tías, mis hermanas, mis maestras, mis estudiantes y sus hijas, a cada mujer sorora, compañera que camino conmigo, al que sería quizás la gestación y el nacimiento del camino para la vida. A la educación, a la universidad pública, al feminismo, a mi poca paciencia y a mi amor propio.

¡A las nacidas y las que están por nacer!

¡La maternidad será o no deseada!

Resumen

Esta propuesta pedagógica, en concordancia con las finalidades de la licenciatura en educación comunitaria y derechos humanos, está dirigida a aportar desde el trabajo pedagógico y académico, al bienestar de la comunidad. En este sentido, en nuestro caso en particular, se abordará como eje de indagación el embarazo en mujeres adolescentes habitantes del municipio de Soacha-Cundinamarca.

Si bien el tema del embarazo adolescente, ya se ha abordado desde la investigación y la academia, esta propuesta por su parte, está dirigida a la creación de un espacio de reflexión y acompañamientos sobre las necesidades que experimentan las jóvenes adolescentes al concebir un embarazo a temprana edad, de esta manera el enfoque de este espacio, fue establecida través de ejercicios pedagógicos, una comprensión más consiente sobre la percepción que tienen cada una de las jóvenes participantes de sus cuerpos y su proceso gestacional, así como la percepción de sí mismas como mujeres en la maternidad y crianza.

Palabras Claves: Cuerpo, subjetividad, Sociedad Matriztica, Pedagogía del Cuidado, embarazo adolescente.

Tabla de Contenido

Resumen	10
Introducción.....	15
Justificación.....	18
Objetivos.....	22
Objetivo General	22
Objetivos Específicos	22
La Sociedad Matríztica y formas distintas de Concebir la Crianza.....	29
Pedagogía del Cuidado	34
Capitulo II.....	39
Metodología.....	39
Capítulo III	44
Propuesta Pedagógica.....	44
Resultados Esperados	45
Tenido en cuenta los objetivos iniciales a los cuales apuntan la propuesta, se pretende obtener como resultados:	45
Fases de la propuesta	46
<i>Desarrollo de la propuesta.....</i>	49
Resultados.....	60
Durante	63
Después.....	69
Conclusiones.....	72
Lista de referencias.....	74
Anexos	

Lista de Anexos

Anexo 1. Diario de campo

Anexo 2. Diario gestacional

Anexo 3. Cartografía corporal

Anexo 4. Consentimiento informado

Anexo 5. Formato de antecedentes y consentimiento

Lista de Tablas

Tabla 1. Módulos pedagógicos de maternidades conscientes	47
Tabla 2. Presentación y primera exploración	48
Tabla 3. Mi cuerpo como primer territorio	49
Tabla 4. Construyendo un nuevo útero en colectivo	50
Tabla 5. Juegos sensoriales intrauterino mamá-bebé	51
Tabla 6. Lactancia materna y nutrición más allá de la teta	52
Tabla7.Sororidad	52
Tabla 8.Parto respetado	55
Tabla 9. Salud menstrual y anticoncepción	55
Tabla10.Amor propio	56
Tabla 11. Actividad cierre. Hagamos memorias Compartir	57

Tabla de Figuras

Figura 1.....	44
Figura 2.....	61
Figura 3.....	62
Figura 4.....	63
Figura 5.....	65
Figura 6.....	66
Figura 7.....	67
Figura 8.....	68
Figura 9.....	69
Figura 10.....	71
Figura 11.....	71

Introducción

Este proyecto de investigación como opción de trabajo de grado, busca analizar desde la experiencia pedagógica y desde la realidad de la vida en los territorios de Soacha Cazucá, cómo experimentan las jóvenes la maternidad a temprana edad y el efecto en sus vidas, para construir desde la perspectiva de la educación comunitaria, con énfasis en derechos humanos, un proceso que permita resignificar sus experiencias

De esta manera se hace pertinente, establecer un panorama de la situación del embarazo adolescente en Colombia, en primera medida para entrar en contexto y precisar cómo se percibe en el tejido social, sus causas y modos de ser manejado por la institución. A partir del reconocimiento del entorno que viven las mujeres que hacen parte del proyecto y sus experiencias de vida, como la voz más importante que permiten dimensionar el porqué de la necesidad de ésta propuesta pedagógica.

En este sentido, para empezar, en Colombia el embarazo en la adolescencia es considerado un problema de salud pública, con marcadas consecuencias sociales y económicas, así como con profundo impacto para la salud física y emocional de las jóvenes, es uno de los principales factores de mortalidad materna e infantil. Colombia es uno de los tres países de América Latina con mayor prevalencia de embarazo en adolescentes, según datos reportados por la Encuesta Nacional de Demografía y Salud – ENDS (2012), el porcentaje de mujeres entre 15 y 19 años, que han sido madres o están en embarazo, asciende en el país a 119.5%. Adicionalmente, los reportes de Estadísticas Vitales del Departamento Administrativo Nacional de Estadística –DANE (2015), muestran que hubo 2.806 nacimientos de niñas - madres entre 10 y 14 años y 63.444 nacimientos de adolescentes - madres entre 15 y 19 años. Según el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar –ICBF (2015), el país registra cifras de 408 nacimientos diarios cuyos padres están entre los 10 y los 19 años. Otro aspecto que relata los análisis institucionales sobre el embarazo adolescente sostiene que éste parece tener un vínculo directo con factores como un nivel económico precarizado, el habitar zonas deprimidas (zonas rurales o de alta vulnerabilidad), sumado a otros elementos como un nivel bajo de escolaridad, la inequidad de género y la violencia contra la mujer no solo física, sino también simbólica, psicológica y social que se presenta en el 50% de embarazos en la

adolescencia (Profamilia, 2018).

En cuanto al manejo del embarazo en adolescentes, Colombia se orienta por los instrumentos internacionales de derechos humanos en las Conferencias Mundiales convocadas por la Organización de Naciones Unidas, particularmente la de Población y Desarrollo – El Cairo (1994) y la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer – Beijing (1995), cuyos documentos se basan en el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos como derechos humanos (Ministerio de la Protección Social, 2003). De esta manera se plantea como estrategia puntual la prevención de embarazos en la adolescencia, para ello las medidas gubernamentales han sido la articulación entre los Ministerios de Protección Social (MPS), Educación Nacional (MEN), el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar -ICBF y la Presidencia de la República, con el fin de implementar programas de promoción de Derechos Sexuales y Reproductivos con responsabilidad. A partir de esta estrategia surge *El Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía* (PESCC) que se viene desarrollando desde el año 2003 y el cual está dirigido a la población entre 6 y 18 años de edad vinculada al sistema educativo formal, desde los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media, se implementa a través de proyectos pedagógicos transversales en los establecimientos educativos. En él se establece la participación de padres de familia y cuidadores en los proyectos pedagógicos en educación para la sexualidad, orientados a crear un espacio de reflexión y formación escuela-familia en el proceso de proyecto de vida de sus hijos (Conpes 147, 2012).

Sin embargo, aunque el programa es oficial y se adelanta en las diferentes instituciones educativas, es evidente que el embarazo a temprana edad es una realidad entre los adolescentes, las políticas y medidas no han logrado cambiar esta tendencia, lo que lleva a cuestionar el porqué de la poca efectividad de estos programas. Tanto es así que el Ministerio de Salud, implementa un protocolo de atención a las niñas menores de 15 años en estado de embarazo. Es claro que el embarazo adolescente es una realidad dramática que no cambia sustancialmente, aunque existe una política pública formulada que se adelanta a través de proyectos, tal como lo menciona Profamilia en su informe de 2018, y si bien se promueve un trabajo en red de sectores como Educación, Cultura y Salud, no es un suficiente para mitigar esta situación. Esto lo podemos deducir en la medida que el

abordaje que se le da al embarazo a temprana siempre está focalizado hacia prevención y es poco la atención que se le presta a desarrollar procesos encaminados a tratar temas como autocuidado y autonomía corporal, responsabilidad sexual equitativa entre hombres y mujeres, que tal vez podrían resultar más eficientes.

De la misma manera, también es notable el escaso acompañamiento integral adecuado cuando se presenta un embarazo adolescente en aspectos como lo psicológico y emocional, que finalmente influyen en las determinaciones en particular de la mujer sobre una maternidad consciente y subjetiva, a partir de ello se hace pertinente la presente propuesta investigativa y pedagógica y sobre la cual centraremos de aquí en adelante la atención.

Justificación

En la exigencia que requiere demostrar la pertinencia y el porqué de esta propuesta investigativa y pedagógica, dentro del criterio propio de la Licenciatura en Educación Comunitaria, se plantea en este apartado los argumentos que justifican e invitan a la reflexión sobre los intereses de este proyecto.

A partir de la descripción anteriormente hecha sobre el embarazo adolescente en Colombia, es preciso destacar que la responsabilidad recae principalmente sobre la niña o mujer adolescente que ya está en estado de embarazo. Con esto nos referimos a que el cuidado en cuanto a la gestación e incluso parto, se enfoca en específico sobre la mujer y en particular desde una óptica médica, esto corresponde en primera medida, a que se busca un bienestar en salud tanto de la madres, como del bebe en proceso de gestación. Sin embargo, la intervención sobre el embarazo también adquiere visos que afectan y marcan el estado emocional y la valoración propia de la futura madre, el cuidado se centra en la gestación, en el niño en formación y no en el bienestar de la joven, ella deja de “ser” y pasa a ser embarazada.

Al hacer seguimiento al protocolo de embarazo en menores de 15 años, estipulado por el Ministerio de Salud, se encuentra que la adolescente pasa por un proceso que exige un sinnúmero de gestiones, como lo es en primera instancia, determinar si el embarazo fue resultado de una violación o acceso carnal abusivo y en esa medida tomar las acciones pertinentes a través de las entidades judicial como policía y fiscalía. Además de esto, la adolescente se enfrenta a una planeación integral para el proceso de cuidado prenatal y posnatal del embarazo, encargando de esta tarea entidades como el ICBF, Profamilia y por supuesto el sector de la salud, donde se tiene en cuenta exámenes médicos y obstetricia, estado psicosocial en el ámbito personal y familiar, planificación familiar e incluso de ser necesario, según el caso, el procedimiento a seguir para la realización de una Interrupción Voluntaria del Embarazo-IVE.

Se evidencia que, si bien el protocolo busca garantizar los derechos vitales de la adolescente y la atención adecuada de su embarazo, no deja de llamar la atención, que el procedimiento se hace enfocado desde rol social que cumple la mujer como madre y donde

el papel y responsabilidad de lo paterno pasa a segundo plano o no existe. Esta apreciación se demuestra en dos hechos en particular, el primero, se refiere, como lo señala Profamilia en su informe de 2018, que el 68,7%, de los adolescentes padres, no se hacen cargo de su responsabilidad, por condiciones como la inexperiencia para obtener un trabajo lo cual hace que el apoyo económico para los cuidados de sus hijos sea escaso y limitado, otras situaciones como problemas psicológicos, familiares, consumo de sustancias psicoactivas, entre otros. El segundo criterio a tener en cuenta, es el imaginario socialmente aceptado dentro de un pensamiento patriarcal, que atribuye al hombre la posibilidad de tener relaciones sexuales sin establecer vínculos emocionales y asocia el rol activo de la sexualidad al estado masculino y generando una tolerancia inducida hacia la precocidad y promiscuidad masculina, como lo señala Montoya (2001), en el informe entregado a la CEPAL sobre educación reproductiva y paternidad responsable “La sexualidad masculina se mal entiende como instintiva y difícil de controlar, vivida en forma de urgencia natural” (p. 8). Esta percepción impropia sobre la sexualidad masculina, justifica de manera inadecuada el rol de las mujeres como cuidadoras del hogar y legitima la coerción a otras formas y posibilidades de vida, estos estereotipos de género alimentan la práctica social del abandono paterno en el caso de los embarazos no deseados, que en la mayoría de las veces se presentan por violencia sexual, al asumir la corporalidad de la mujer como objeto para la sexualidad y la reproducción desde la perspectiva del sistema cultural y social patriarcal.

En resumen, la responsabilidad de la maternidad y paternidad, en la mayoría de los casos queda en manos de la madre adolescente, quien debe asumir todo el reto de cuidado y tratamientos médicos en estado prenatal y posnatal, así como el desafío de continuar su vida, tratar de mantener sus estudios de manera regular, someterse a trabajos informales de baja remuneración económica, por su condición de menor de edad, dejar el cuidado del bebé a un familiar y por supuesto relegar a un segundo plano las posibilidades de un proyecto vida digno y propio, que le permita su desarrollo personal e integral dentro de la sociedad, generando un nuevo significado entre la relación de ser mujer y madre.

Ahora bien, frente a este tipo de situación sobre la responsabilidad y manejo del embarazo adolescente, donde finalmente quien atraviesa este condicionamiento es la mujer, se hace pertinente la presente propuesta pedagógica e investigativa que aborda el

tema de desde una postura crítica y aporta al proceso de transformación social e individual de quienes participaron en el mismo. De esta manera para el desarrollo de esta propuesta, se tuvieron en cuenta condiciones macro del contexto social en que se desarrolló y otra particular del embarazo adolescente en el municipio de Soacha en la Comuna 4 Cazucá y situación de la población participante, 4 mujeres que alimentaron con sus experiencias, relatos y sueños el presente trabajo.

Este proceso investigativo se desarrolla en el marco del proyecto Aldeas infantiles SOS Colombia, es una fundación, con más de 50 años de trabajo social y comunitario, que enfoca su labor a la protección de niños y niñas, apoyo a jóvenes y familias en riesgo social, se basa en el cuidado del entorno familiar, buscando garantizar el acompañamiento y cumplimiento de los derechos de los niños y niñas, su cuidado, salud y educación. Dentro de su misionalidad, Aldeas Infantiles ha permitido en esta oportunidad, que se desarrolle la propuesta de maternidades conscientes en una de las sedes en Soacha Cundinamarca, la propuesta pedagógica fue posible implementarla gracias al programa de atención que ofrecen a adolescentes gestantes que es principalmente validación y clases de manicura, saberes orientados a crear un saber que les permita ingresos económicos y cierta independencia, en este marco se promueve que terminen sus estudios.

Este proceso pedagógico e investigativo, tuvo impacto en mujeres jóvenes del sector de Cazucá comuna cuatro, municipio de Soacha, sobre la cordillera oriental, al sur occidente de Bogotá. Como lo expone la Evaluación de Necesidades en población Vulnerable, realizada por la Organización de las Naciones Unidas en Colombia (2006), en el municipio Soacha viven 363.019 personas y 89.333 familias. De ellas, 88.283 familias viven en la zona urbana y 739 correspondientes a 3.105 personas, en la zona rural. Las mayores densidades se presentan en las comunas 4 y 6 con el 34% y 32% respectivamente. El ingreso por tierra a Altos de Cazucá es por vías sin pavimentar, angostas e inclinadas, solo el 20% de los habitantes tiene acceso a infraestructura de servicios básicos. Las viviendas corresponden a asentamientos ilegales construidos por personas en situación de desplazamiento víctimas del conflicto social armado, sin las mínimas condiciones de equipamiento urbano y en condiciones extremas de pobreza. Según el Sistema de Alertas Tempranas de la Defensoría del Pueblo, se calcula que del total de la población residente en Altos de Cazucá, aproximadamente el 83,4% se encuentra en situación de

desplazamiento. Los jóvenes desplazados son identificados como un grupo especialmente vulnerable con pocas ofertas laborales y educativas, esta situación ha llevado a que los jóvenes vean como única opción de generación de ingresos y ocupación de su tiempo la vinculación a la delincuencia común o a cualquier grupo armado ilegal, lo que lleva a que su vida se encuentre marcada por la violencia. La tasa de analfabetismo de las comunas de Soacha promedia en un 26.4%. El 16, 3% de los desplazados no poseen ningún grado escolar, el 59,5% solo poseen primaria, el 23,6% poseen grado de secundaria y sólo el 0,6% tienen un nivel de escolaridad en universidad. En Altos de Cazucá el nivel de cobertura en servicios de salud es bajo, especialmente entre la población desplazada, se calcula que el 80% de la población no cuenta con servicios de salud.

Particularmente en el tema de interés de este proceso investigativo, el Embarazo Adolescente en Soacha, según la administración municipal mantuvo altas tasas de incidencia entre los años 2015 a 2017 (Periodismo público, 2017). Sin embargo, según la alcaldía y la secretaria de Salud del municipio a partir de 2017, se emprendió la campaña de sexualidad responsable y proyecto de vida, buscando garantizar de manera adecuada los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres. De otra parte, para el mismo año se puso en marcha una estrategia de planificación con el *Sistema de liberación intrauterino 'Jaydess'*, el cual fue entregado de manera gratuita a las mujeres entre los 14 y 26 años (Periodismo público, 2017). Esto arroja como resultado, según lo reportó la Secretaría de Salud, desde la página de la Alcaldía Municipal, que “la cifra de embarazos de adolescentes en Soacha tuviera una significativa reducción al pasar de 37 nacimientos por cada 1.000 mujeres en el año 2016, a 36 casos en el 2017 por cada 1.000 mujeres, un logro muy importante para un municipio que, en los últimos dos años, ha registrado en promedio 1.600 casos de embarazos de mujeres entre los 15 y 19 años” (Alcaldía Municipal de Soacha, 2018).

Otro proyecto, que se empezó adelantar según la Secretaría de Desarrollo Social en articulación con el ICBF fue ‘Madres Gestantes y Lactantes Con Vida Integral’ (Periodismo público, 2017), que busca empoderar a las mujeres con su proyecto de vida y realizar un acompañamiento integral, incluido el tema psicosocial, educativo y a su núcleo familiar, priorizando la atención a las mamás adolescentes. Sin embargo y a pesar de los esfuerzos institucionales y de fundaciones y organizaciones no gubernamentales, se debe

decir que las cifras del embarazo adolescente en el Municipio aún son muy altas y esta realidad se complejiza al valorar todas las situaciones sociales que viven los jóvenes en los territorios.

De esta manera y en referencia a lo que corresponde al interés de este proyecto, fijara su vista a indagar sobre las perspectivas que hay y que se puedan hallar sobre la mujer adolescente y su papel de asumirse no solo como madre, sino también, como un ser subjetivo, desde una consciencia de su cuerpo y necesidades particulares, modos de sentirse, pensarse e interpretarse en el contexto social. A partir de los anteriormente descrito y continuando con el interés propio de este ejercicio pedagógico, que se inicia con el análisis desde la realidad concreta de las diversas formas de asumir, percibir y sentir el embarazo adolescente, se plantea la pregunta, ¿Cómo se promueve a través de la apuesta pedagógica investigativa “Maternidades Conscientes”, una apropiación del cuerpo en adolescentes en estado de embarazo, que incida en su auto reconocimiento como sujetos sociales y políticos, desde un ejercicio de diálogo de saberes dentro de su proceso gestacional?

De esta manera para buscar dar respuesta a este cuestionamiento, se emprende el camino de esta propuesta pedagógica, abordando el contexto, la realidad y desarrollando un trabajo en campo, con mujeres adolescentes en proceso de gestación entre los 14 y 19 años.

Objetivos

Objetivo General

Promover a través de la apuesta pedagógica investigativa Maternidades Conscientes, una apropiación del cuerpo en adolescentes en estado de embarazo, que incida en su auto reconocimiento como sujetos sociales y políticos, desde un ejercicio de diálogo de saberes dentro de su proceso gestacional

Objetivos Específicos

- Generar espacios de encuentro que, a través de elementos pedagógicos, permitan a las adolescentes desde su proceso gestacional, reconocer el cuerpo como primer territorio y una conciencia propia del mismo frente a su experiencia.
- Posibilitar el dialogo de saberes, como elemento pedagógico que permita a las participantes una nueva relación consigo misma y su cuerpo, donde se sientan acogidas, respetadas y seguras, con la confianza para compartir sus experiencias individuales en la gestación y maternidad adolescente.
- Promover entre las participantes, formas distintas de entender y asumir la maternidad, que conlleve a una reconfiguración de si mismas no solo como madres, sino también como mujeres, sujetos políticos y sociales.
- Incentivar la exploración corporal como método de estimulación temprana, que permitan tejer vínculos entre mamá y bebé, y co-cuidado entre las adolescentes participante.

Capítulo I

Marco Conceptual

En la aproximación a la situación de las adolescentes embarazadas, se puede inferir que las condiciones económicas, sociales, el difícil acceso al estudio y un trabajo digno, influyen en la idea errónea de que las jóvenes en estado de embarazo a temprana edad, no conciben oportunidades de vida favorables. Esta predicción se une y afianza a la percepción negativa que suelen tener las jóvenes de sí mismas, de su lugar en el mundo y las proyecciones sobre su futuro. Dado que el interés de este trabajo es promover una relectura de la realidad de las jóvenes embarazadas del territorio de Cazucá Soacha, es necesario partir de bases conceptuales que den una visión crítico transformadora de la realidad, que permita a las jóvenes y su entorno familiar, la posibilidad de asumirse como mujeres en una relación asertiva y afectiva consigo mismas.

En este sentido, se indaga en primer lugar sobre la categoría de cuerpo, el cual propicia un espacio de estudio y reflexión, sobre las percepciones de las jóvenes y su cuerpo en relación con el mundo que les rodea, desde su condición de mujeres en estado de embarazo, en segundo lugar se aborda el constructo de sociedad matríztica, como categoría que aporta elementos sobre un mira alternativa a las formas gestación y crianza en un sistema vida diferencial que va más allá del comúnmente conocido y que invita entender el proceso de la maternidad como una labor que no solo compete a la mujer sino también al tejido social y comunitario. Y por último la pedagogía del cuidado que desde lo académico y lo práctico ayuda a entender lo imprescindible de construir redes de apoyo y cuidado entre pares, que se identifican como madres gestantes que viven y experimenta emociones similares.

El cuerpo y una mirada reflexiva hacia la gestación

Como se sabe, sin duda, los seres humanos a diferencia de otras especies, tiene la capacidad de una conciencia propia y la capacidad de decisión y movilización y por ende la posibilidad de definirse a sí mismo desde su individualidad en relación con el mundo que lo rodea. El cuerpo es el lugar inicial de enunciación, en primera instancia le hace consciente de un espacio y temporalidad que ocupa, más allá de sus condiciones biológicas y particularidades anatómicas, desde las que se nombran las diferencias de un cuerpo a otro, como por ejemplo color de piel, sexo, estatura, contextura, cabello y demás. Por el contrario la conciencia sobre el cuerpo como primer territorio que integra la identidad de una persona, con lleva un reconocimiento más amplio de su ser y actuar en el plano social, cultural y político, como sujeto y colectivo.

De este modo como lo expone Gallo (2006), desde una perspectiva fenomenológica haciendo referencia a Merleau-Ponty, el cuerpo es el medio de nuestro ser en el mundo, es decir, el cuerpo deja su lugar biológico, para convertirse en el medio experiencial, que de manera racional nos permite definir el mundo que nos rodea, como nos relacionamos con él y cuáles son nuestros alcances y limitaciones.

Otras posturas que aportan, a entender el cuerpo más allá de un plano estático, está la que presenta la socióloga Barreiro (2004) ¹ supone una interrelación entre el cuerpo y cultura; retoma la idea de que el cuerpo es una representación simbólica de la cultura en un contexto social particular, así el cuerpo es un estandarte atravesado por la cultura que modera el valor estético del compartimento de las personas. Así mismo, Barreiro (2004), valida la idea de las “técnicas corporales” presentada por Mauss, donde el individuo a través de su cuerpo adopta, interioriza y pone en práctica normas culturales de comportamiento, que obedecen a la situación, tiempo o lugar particular en la que se encuentra el individuo, es decir aquello que se suele denominar como modales, no son más que esas técnicas corporales, que tienden a naturalizarse y entenderse como las normas generales que construyen sobre cuerpo patrones singulares, como hablar, como sentarse, como vestir e incluso como sentir según la circunstancia en que se encuentre. Estas primeras apreciaciones nos llevan a entender el cuerpo, como un ente u objeto que ha sido

¹Para el desarrollo de esta postura Barreiro, se apoya a su vez en los estudios antropológicos sobre el cuerpo y su relación con la cultura desde autores como Mary Douglas y Marcel Mauss.

modificado y moldeado según las circunstancias sociales y culturales a través de la historia, afectando su particularidad subjetiva y su autonomía.

El autor Foucault (2000), permite corroborar esa idea al estudiar el cuerpo y su relación con el poder y determina de manera fáctica como las normas sociales, establecen una regulación y vigilancia del cuerpo. En su obra *Vigilar y Castigar* (2000), avanza la idea sobre una “política del cuerpo”, afirma que el cuerpo está directamente inmerso en el campo político, donde las relaciones de poder que operan sobre el mismo, le obligan a efectuar unas ceremonias, y le exigen unos signos, es aquí donde surge el concepto la “disciplina” como el arte de hacer obediente al cuerpo humano en las instituciones militares, médicas, escolares.

De otra parte, si bien existe un control sobre el cuerpo, este varía según el tipo de cuerpo según su “rol” en la sociedad y es aquí donde la corriente feminista hace un estudio del control del cuerpo en términos de género. Tal como lo menciona Sáenz (2016), hay una diferenciación rígida del comportamiento social entre el cuerpo femenino y el cuerpo masculino, pues el cuerpo femenino se ve restringido a ciertos espacios culturales donde el cuerpo masculino tiene mayor libertad, lo cual demuestra una dominación patriarcal sobre el cuerpo de la mujer. De la misma manera y con antelación Beauvoir (1950), en su libro “*El segundo sexo*”, ya advertía sobre la manipulación del aspecto físico de la mujer y su utilización como “objeto erótico ideal”. Para Ángeles Duran (1988) el cuerpo es, el lugar de socialización y configuración de la cultura, con normas distintas para cada uno de los géneros. Tal como señala la autora, “las normas que se refieren al campo de las mujeres son más estrictas y móviles que las referidas al cuerpo de los hombres, precisamente por su definición cultural de cuerpo/objeto o cuerpo deseado. El cuerpo de las mujeres debe ser bello y al mismo tiempo fértil; es, sobre todo, un cuerpo para los demás” (Duran, 1988, p.18).

De esta manera podemos señalar como, desde el pensamiento y la cultura occidental que ha influenciado en casi todo el mundo, el cuerpo femenino recibe una gran atención como objeto que mide estereotipos de belleza y corporalidad, tanto a los ojos de la propia mujer como de quienes la rodean. Así como lo menciona el autor Planella (2015), la mujer ha sido concebida con una doble función, procreadora y socio- sexual, lo cual de manera

soterrada exige que el cuerpo femenino, que ha engendrado y amamantado a los hijos, siga teniendo a la vez un alto nivel de belleza y atracción sexual.

De igual manera Martínez (2001), señala como el cuerpo gestante se convierte, en un territorio impreciso, que discierne los límites entre un ser consciente de su existencia y el otro que hasta ahora se está engendrando. “El cuerpo embarazado es un escenario *liminal* donde se funden el ahora y el devenir, lo natural y lo cultural, el yo y el otro” (Martínez, 2001 p.97). Así el cuerpo en una situación particular como la gestación, deviene en diversas interpretaciones que ponen en altercación la subjetividad corporal, pues como lo expone la autora, puede darse en un estado como el embarazo, configuración de un cuerpo simbiótico, donde todo lo que pasa por la madre también pasara por el embrión, por tanto, los cuidados corporales obedecen más al bienestar de otro, aunque deba ser la madre quien deba asumir esos cuidados, así mismo se puede entender, según la autora, el embarazo como invasión parasitaria, pues el cuerpo está en función de otro ser que se alimenta de ella y el embarazo se convierte entonces un complejo de pruebas, prácticas y órdenes que antecede a una maternidad sin autonomía que necesita del continuo auxilio de expertos en la crianza de los hijos.

Esta condición de definir o imponer al cuerpo de la mujer, parámetros para la sexualidad, la reproducción y la maternidad, establecidos en el espacio social y cultural, repercute de tal manera en la vida cotidiana de las mujeres que, en el afán de responder a estereotipos marcados, provocan que muchas jóvenes, adolescentes y mujeres adultas no se sientan a gusto con sus cuerpos. En este sentido y retomando un poco la perspectiva foucaultiana de la biopolítica, del control de los cuerpos, el cuerpo femenino se encuentra mucho más controlado que el masculino.

Sin embargo, en la intención de realizar desde este trabajo, un discernimiento sobre una postura más consciente del cuerpo desde el sujeto femenino que lo vivencia, cabe tener en cuenta el aporte de la autora Esteban (2013), quien en su propio juicio aborda el concepto de *encarnación*, definido como la posibilidad para hablar de lo corporal de manera subjetiva, en un proceso de interacción social. El cuerpo es, así, considerado “un agente encarnado de intersección tanto del orden individual y psicológico como social; así mismo, el cuerpo es visto como un ser biológico, pero también como una entidad

consciente, experiencial, interpretadora y actuante” (Esteban, 2013. p.25).

En este sentido el cuerpo es entendido como el primer espacio o territorio de reflexión del ser humano, que se enfrenta a los contrastes sociales y culturales en los que está inmerso, definiéndose a sí mismo según sus posibilidades, pues como lo señala la autora nos identificamos con relación a la vivencias y percepciones del mundo desde lo femenino y lo masculino, así el cuerpo es un escenario de encrucijadas económicas, políticas, sexuales, estéticas e intelectuales, “que va guiando las naciones de hombres y mujeres, permitiéndoles e circunstancias y coyunturas concretas, reducir sus itinerarios y resistir y contestar a las estructuras sociales, contribuyendo así también a su propio empoderamiento” (Esteban, 2013. p.67).

De otra parte, esta intención de identidad corporal y empoderamiento desde una perspectiva de género, permite abordar la resignificación de cuerpo desde sí mismo y el contexto en que se halla, así como lo permite dilucidar Zaragocin (s.f.), quien plantea como hay partes del cuerpo que generan territorialidades y apropiación. En su caso establece una relación útero-territorialidad como parte esencial en la discusión del cuerpo femenino y su autonomía, en la medida que el útero es un lugar corporal que puede determinar decisiones trascendentales sobre la procreación humana, como el hecho de que la mujer pueda decidir por sí misma el ser madre o por el contrario interrumpir un embarazo. Por tanto, el útero se convierte en un lugar de resistencia política que reivindica la autonomía de la mujer, desde su corporalidad.

En este orden de ideas, entendiendo el cuerpo como un ente que se resignifica constantemente, podemos inferir en relación a lo que concierne en esta propuesta pedagógica, que el cuerpo femenino, en un estado particular como lo es la gestación, también tiene la posibilidad de reinventarse y ser vivenciado de otras formas, como proyecto corporal, rompiendo con el arquetipo social de cuerpos seriados para la simple procreación biológica y maternal. En este sentido la maternidad adolescente puede concebirse como una experiencia subjetiva, resaltando las narrativas y los significados que las propias jóvenes le confieren a dicha experiencia desde su cuerpo y sus interrelaciones con otras vivencias. Es también la posibilidad para determinar sus capacidades para tomar decisiones y reconfigurar nuevas identidades como madres y adolescentes, transformar sus

entornos a lo largo de su trayectoria de vida y su corporalidad.

Por otra parte, y para terminar, es pertinente hacer mención y abordar el planteamiento sobre la existencia de otro sistema de convivencia previo al conocido, dominado Sociedad Matriztica donde el significado de la mujer y su relación con la maternidad, la vida y el medio ambiente se concibieron de manera distinta y que por ende se enmarca en los intereses de este proyecto y del cual nos atrevemos a hablar a continuación.

La Sociedad Matriztica y formas distintas de Concebir la Crianza

En la intención de precisar una perspectiva distinta, desde la cual las jóvenes adolescentes se atrevan a asumir y vivenciar el embarazo y la maternidad de una manera alternativa, que les permita precisar un criterio propio en su actuar como mujeres y madres. Esta investigación aborda el postulado sobre *Sociedad Matriztica* del profesor Humberto Maturana (2003), en cuanto a que nos permite establecer otras miradas alternativas en lo que respecta al interés de este proyecto.

En este sentido Maturana (2003) nos presenta un sistema integral de convivencia social equilibrado, que parte de un aspecto fundamental como lo es la crianza vista en dos horizontes. La crianza como factor determinante en la formación del ser humano, su subjetividad y su relación con el mundo y la crianza como espacio que permite el surgimiento de emociones, afectos y una correspondencia mutua entre infante y padres y en sentirse parte de un todo. En tanto, para llegar a una explicación más concreta sobre la crianza, es pertinente hacer una descripción de lo que el autor denomina sociedad matriztica.

La Sociedad Matriztica, se entiende entonces como una cultura y sistema de vida anterior a los primeros asentamientos y civilizaciones occidentales, en la cual existía una relación de inter-correspondencia mutua entre los seres llamados humanos y la naturaleza, ya que estos estaban originados de una sola esencia o matriz. En palabras del autor:

Así, pienso que en la cultura matriztica agricultora recolectora de la Europa pre patriarcal, las experiencias místicas deben haber sido vividas como experiencias de integración sistémica en la red del vivir dentro de la

comunidad de todo lo vivo. La comunidad y yo, el mundo del vivir y yo, somos uno, todos los seres vivos y no vivos pertenecemos al mismo reino de existencias interconectadas, todos los seres venimos de la misma madre y somos ella a través de ser uno con ella y con los otros seres en la dinámica cíclica del nacimiento y la muerte (...) Esto es, pienso que el compartir y la participación en la armonía de la coexistencia a través de la igualdad y unidad de todos los seres vivos y no vivos sin importar cuáles puedan ser sus diferencias individuales particulares en la continua renovación cíclica recurrente de la vida, deben haber sido los elementos relacionales prevalecientes de la experiencia mística matríztica (Maturana. 2003, p.44)

Ahora bien, además de mantener un sistema de relaciones integral, en la cultura matríztica tal y como lo señala el autor, resalta el precepto de *la feminidad*, en tanto que es una *madre* de quien se desprende en una manera dinámica el ciclo de la vida y la muerte, es ella quien, además mantiene el equilibrio entre los seres vivos y no vivos donde no existe una distinción de función eso roles propios, sino donde todo lo existente está en una co dependencia con el fin último de una con vivencia armónica.

Todo indica que vivían penetrados del dinamismo armónico de la naturaleza evocado y venerado bajo la forma de una diosa, y que usaban el crecimiento y decrecimiento de la luna, la metamorfosis de los insectos, y las diferentes formas del vivir de las plantas y de los animales no para representar las características de la diosa como un ser personal, sino que para evocar esa armonía, estaban así preñados de sacralidad(...) El vivir en una red armónica de relaciones, como aquella que evoca la noción de la diosa, no implica operaciones de control o concesiones de poder a través de la auto negación de la obediencia (Maturana.2003. p. 32).

De otra parte y entendiendo ya como característica principal esta relación a armónica, Maturana desliza la posibilidad de este equilibrio hacía la fecundidad y la maternidad como cualidades intrínsecas de lo femenino, cualidades que a diferencia de la cultura patriarcal de occidente donde se entienden como características propias de un rol social, en la cultura matríztica son elementos esenciales que se extiende al resto del sistema

Matríztico como factores que permiten que el sistema se renueve y perdure a través del tiempo.

Se sabe que las culturas matrízticas son culturas en la que las mujeres tienen conocimientos acerca del control de la fecundidad. De modo que lo que tenemos que imaginar es gente que vivía en cooperación, o que apreciaban la fecundidad sin adorar la reproducción (...) De manera que, en el período pre patriarcal, en el período matríztico, no encontramos señales de explosión demográfica, y podemos suponer que el control de la natalidad era practicado por las mujeres (Maturana, 1996. p 288y293)

Sobre esta última apreciación, es que se hace oportuno aproximarnos a una resignificación de la crianza, como sabemos el desarrollo humano de una persona es un proceso que dura toda la vida y el cual se ve influido por el medio ambiente en que se desenvuelve, por las experiencias y los entornos que se promuevan para ello. Y es aquí donde la crianza tiene un papel primordial en la construcción de criterios propios de un ser humano para su integración al ámbito social, la cual puede resultar adaptable o compleja dependiendo en si misma de la manera en que haya vivenciado su desarrollo emocional, afectivo y exploración del mundo.

La crianza en el pensamiento matríztico, evoca a un proceso constante donde se consolida un ser humano integral y un carácter propio, capaz de vivir en completa armonía con el medio natural que lo rodea. En el esquema social patriarcal que se nos ha impuesto desde la cultura occidental y en el cual nos encontramos inmerso desde el nacimiento, es una estructura social fundamentada en el poder, la competitividad y el control, características que se infunden en la niñez y se promueven durante el resto de la vida, generando con esto comportamientos de individualidad, desarraigo, carencia de afectos, frustración e incluso discriminación entre los mismos seres humanos y el entorno natural al que pertenece.

Entre tanto, a diferencia de la estructura patriarcal, la vida matríztica está centrada en el origen mismo de la humanidad, en el amor y en la expresión de las emociones de afecto, tanto de la madre como del padre hacia los hijos en etapa de crianza, así los cuidados del infante son compartidos en comunión con la naturaleza, esto contiene por supuesto que el

niño o niña jamás tienen dudas acerca del amor de sus progenitores.

En este sentido, como lo menciona el autor, en esta relación matrística de total confianza y aceptación en la que crecen los niños, alcanza la plenitud de su integridad biológica senso motriz, emocional e intelectual, solamente si él o ella viven en la total confianza de aceptación que la madre y el padre implican. Más aún, esta dependencia, o mejor dicho esta interdependencia entre la dinámica corporal y la dinámica de la aceptación mutua, de la confianza en la relación interpersonal, están presentes durante la vida entera del ser humano. Ahora bien, un elemento complementario para fortalecer esos lazos de confianza que logren en el infante una conciencia de sí y su entorno, y ofrece sensibilidad propia operacional de su cuerpo en la crianza es el juego. Pues como lo señala Maturana:

El niño o niña puede crecer en conciencia operacional de su corporalidad solamente cuando crece en una dinámica de juego con la madre y el padre en la cual sus cuerpos se encuentran en una total aceptación mutua al tocarse, al escucharse, y al verse en el presente, en una dinámica de interacciones de confianza mutua total. Es la confianza de la total aceptación por parte de la madre o padre en el juego, lo que da al niño o niña la posibilidad de crecer en la auto aceptación y auto respeto que hacen posible para él o ella la aceptación de los otros que constituye a la vida social (p.213).

En este orden de ideas, el juego es entonces un mecanismo, que permite entender e interactuar con el cuerpo de manera distinta, lo cual abre la posibilidad que, desde la infancia, existía una reconfiguración de la corporalidad que se opone a los estereotipos culturales y sociales sobre los que anteriormente hablamos. Pues el juego también como elemento innato en la crianza supone una forma natural de explorar, interiorizar y apropiar el mundo que envuelve al cuerpo, convirtiéndose como lo anota el autor en una epigenesis².

El único vivir cultural en el que se es persona, en el que se puede ser

²En biología la epigenesis es una vieja teoría acerca del mecanismo por el cual los seres humanos se desarrollan, es decir, un embrión evoluciona partiendo del cigoto que aún no se ha distinguido, según la epigénesis los órganos que conforman el embrión, se forman de la nada, a través de estímulos derivados del ambiente. Recuperado de: <https://conceptodefinicion.de/epigenesis>. (Última edición:18 de julio del 2019)

responsable del propio hacer (...) el cual surge en la epigénesis del vivir en la matriz biológica de la existencia humana en la total aceptación y disfrute de la cercanía corporal en el juego. (Maturana, 2003. p.231).

De otra parte y teniendo claro la propuesta del sistema Matriztico, se presentan dos referencias, que dan sobre una praxis de lo que podría ser dicho proceso. Como primera referencia esta la investigación realizada por Álvarez (2012) quien, en su trabajo investigativo sobre prácticas de crianza en algunas culturas étnicas de Colombia, subraya la importancia que tienen ciertas costumbres en las comunidades nativas que, desde la crianza, apuntan a la conservación y cuidado de la misma y pone por ejemplo del proceso de gestación y el parto en comunidades Afrocolombianas, el cual es guiado por mujeres ancianas parteras, quienes reciben al nuevo miembro de la comunidad y lo entregan a otras mujeres de la comunidad para que sea amamantado, mientras la madre hace su recuperación posparto, así mismo las ancianas preparan a la madre para una dieta de 8 meses y al padre con una dieta de 3 meses, con restricciones de alimentos que puedan ocasionar algún daño al bebe. También como lo señala el autor es significativo en comunidades como los Katio, Afrocolombianos, Chami, cantar a los recién nacidos arrullos o historia que tiene que ver con la comunidad como medio de aprehensión de la cultura y las costumbres.

La segunda referencia es la expuesta por Ruiz (2019), quien ha trabajado los postulados matrzticos y enfoca su trabajo a la crianza y partería, sobre este último pone en relevancia la labor de *las matronas del Pacífico*, quienes se encargan de los procesos curativos, medicinales y ginecobstétricos de la gestación, en sus comunidades y que además constituyen la Asociación de Parteras Unidas del Pacífico (ASOPARUPA), considerada patrimonio cultural e inmaterial de la nación y la cual busca mantener el patrimonio ancestral de la partería través de tres ejes:

- *la medicina tradicional* la cual busca que a través de los saberes ancestrales se ha uso de la botánica como medicina para el cuidado, prenatal, parto y posparto,
- *El trabajo conjunto*: Que refiere al acompañamiento a todo el proceso de gestación y parto, donde la mujer en estado de embarazo, aprende de la partera encarda de su gestación, técnicas para el parto y primeros cuidados del recién nacido.

- *Parto humanizado*: En este eje se ha hincapié en la necesidad de hacer partícipes a la familia, como al compañero sentimental de la embarazada en su proceso de parto y posparto, esto con la intención de que el recién nacido empiece a relacionarse y crea vínculos de afecto de su llegada a la comunidad.

De este modo, se encuentra que el sistema matríztico y sus variantes ejemplificadas, pueden llegar a ser un modelo que a través de la práctica de los afectos, la sensibilidad y los juegos corporales implementados desde las etapas primarias, hasta la adultez del ser humano, puede resultar efectivo en la conformación de nuevos sujetos sociales, culturales, políticos y hasta espirituales, capaces de tomar decisiones como seres autónomos y en relación armoniosa con el medio natural. De la misma manera, el pensamiento matríztico es un desafío que invita a la deconstrucción del paradigma habitual de relaciones humanas, que como ya sabemos, divide, moldea y segrega según la posición social, el género, el cuerpo, el pensamiento y demás elementos que busquen una diferencia.

Pedagogía del Cuidado

Cuando nos referimos al término cuidado, bien podemos denotar que hace referencia a la conservación o bienestar de algo o alguien. En este sentido en el estudio de las ciencias humanas, el cuidado es un elemento fundamental en el desarrollo integral de cualquier persona. Nadie puede sobrevivir sin ser cuidado, y todos cuidamos a otros en distintos momentos de la vida.

Pero no todos los cuidados son de la misma manera, hay ciclos o situaciones en la vida en los que las personas precisamos cuidados más intensivos, como es el caso de la infancia, la vejez o una condición de discapacidad. Si bien es necesaria una atención física, cuidar no es solamente cambiar pañales, alimentar o administrar un medicamento a tiempo, es además escuchar, contener, ofrecer refugio, preocuparse por el otro, brindarle afectos, etc. Como lo menciona Benavides (2006), retomado las palabras de Chaux:

Cuidar y ser cuidado son necesidades básicas humanas. Los seres humanos, así como los otros primates, no pueden sobrevivir solos, necesitan del apoyo de otros tanto para atender necesidades físicas como psicológicas, Necesitamos tener la vivencia de seguridad para movernos por el mundo y esa seguridad se basa en el establecimiento de relaciones de confianza y cuidado (Benavides,

2006, p.3)

Además de ello el cuidado requiere unas condiciones precisas según la situación en que se dé. Es decir, el cuidado o los cuidados que pueda requerir una persona también esta mediado por condiciones sociales en las que se encuentre ya sea de carácter económico, político o cultural, que configuran los grados relativos de actuación de una comunidad frente al cuidado, como lo menciona Benavides (2006) el cuidado se construye al interior del contexto comunitario, si bien es cierto que el individuo tiene una tendencia natural hacia la protección de la vida y aunque el cuidado sea una necesidad básica, esto no significa que las personas lo desarrollen natural y espontáneamente. De esta manera el cuidado es un factor imprescindible en el aprendizaje, por tanto, trasciende a un estado palpable innato en el actuar humano como componente fundamental para su desarrollo y preservación como ser natural y como ser social.

Sobre este acierto es oportuno abordar entonces, la construcción sobre ética del cuidado, que en palabras de Gilligan (2013) nos guía para actuar con cuidado en el mundo humano, “motiva los afectos, la compasión, la armonía y la responsabilidad del cuidado hacia y por el otro, distinto a mi subjetividad” (p. 42). En la ética del cuidado, plantea la autora, se tiene una obligación moral de no abandonar ni darles la espalda a las necesidades de los demás, ésta lleva a comprender el mundo como una red de relaciones en las que las personas se sienten comprometidas y responsables en el momento de brindar ayuda y acompañamiento a los otros. Así mismo para que este compromiso sea efectivo es necesario una ética de la justicia donde existan normas, que se establezcan derechos y deberes que se respeten y se cumplan (Gilligan, 2013). El cuidado se entiende entonces, como un capital social, como el conjunto de entramados, articulaciones y posibilidades de confianza entre actores que posibilita la vida social que debe incrementarse como un bien público, de aquí la exigencia de establecer una pedagogía del cuidado, como fórmula que impulse una educación en él y para el cuidado.

Tal como lo contempla Vásquez (2012) la Pedagogía del cuidado tiene la finalidad de buscar el desarrollo integral, cognitivo, moral, afectivo, emocional y corporal, de los educandos hasta que cada sujeto alcance la plenitud de su personalidad según el máximo de sus posibilidades; buscando la solidaridad entre las personas, los pueblos y las culturas

del planeta tierra, defendiendo la promoción del valor de la igualdad en las funciones sociales históricamente atribuidas a hombres y mujeres, tanto en la consideración de las relaciones domésticas y laborales definitiva, el cuidado es ” la creación de vínculos interpersonales que lo hacen un proceso de enseñanza- aprendizaje” (Vásquez, 2012,p)

De otro modo, desde una apuesta educativa institucional, en líneas de Benavides (2006), la pedagogía del cuidado es también una pedagogía desde el cuidado. Es posible hablar de una pedagogía desde el cuidado en la medida en que es posible establecer relaciones de cuidado entre los miembros de la comunidad educativa, de esta manera el cuidado más que un tema y una intención, es una manera especial de relación donde los actores, el cuidador y quien recibe cuidado, son conscientes de sus roles, de sus responsabilidades y aprenden del cuidado. De la misma manera Aguado (2018) complementa esta perspectiva pedagógica, basado en los postulados del filósofo Leonardo quien, a su vez, distingue 2 ejes de aprendizaje sobre el Cuidado. El primero entiende el cuidado como actitud de relación a los afectos, la amabilidad y protección de la realidad personal, social y ambiental y el segundo el cuidado como parte del aprendizaje en la cotidianidad, en la voluntad de crear redes de apoyo comunitario al servicio de quien lo necesite.

Sin embargo, cabe anotar que una pedagogía del cuidado, trasciende una implementación y praxis más allá de la institucionalidad educativa y académica, pues como también lo señala Aguado (2018), quien al hablar de “las pedagogías de los cuidados” resalta toda acción detallada sobre el cuidado que se da en la cotidianidad como fundamentales y necesarias para la supervivencia de los seres humanos, acciones como: gestar, parir, criar, alimentar, cocinar, lavar, coser, sanar, enseñar a caminar, enseñar hablar, a escuchar, brindar afectos, gestionar el presupuesto del hogar, etc. pueden entenderse como parte del diario vivir, pero en realidad son imprescindibles para la preservación de la vida misma, y las cuales se dan en el entorno de espacio familiar y donde estas tareas han sido históricamente realizadas por las mujeres.

Como también lo confirma Guilligan (2013), el espacio doméstico-familiar continúa siendo considerado como el ámbito más apropiado para que esos cuidados tengan lugar. Tal cúmulo de factores y circunstancias convierte a las mujeres en las principales

procuradoras del bienestar cotidiano, son, pues, una parte fundamental de las soluciones y propuestas a idear en la organización social y colectiva, aun a pesar de las diferencias de clase, género y edad que entre ellas mantienen; empero como lo señala la autora, estas acciones sobre el cuidado ejercida por la mujer no han tenido el reconocimiento social y cultural que ello amerita.

En este orden de ideas, la pedagogía del cuidado estaría encaminada a establecerse como instrumento o modelo educativo presente de todas las instancias de la vida, con la premisa de cuestionar y reconfigurar el modelo social de desarrollo humano en que nos entramos inmersos, optando por una alternativa que atreves del cuidado, permitan entender la construcción del tejido social entre pares de manera mancomunada, más allá de roles, géneros y división de tareas impuestos en una sociedad.

En esta perspectiva del reconocer al otro u otra en una igualdad de derechos y responsabilidades dentro de una praxis de la pedagogía del cuidado, Alonso (2002) propone la importancia de una conciencia sobre el autocuidado, expone por ejemplo, la experiencia los saberes compartidos entre mujeres que les permite pensar de otro modo, estar de otro modo en el mundo, representarse y auto representarse de otra forma, “una pedagogía entre mujeres, mujeres que enseñan a mujeres, mujeres que recuperan y reelaboran sus memorias, sus imaginario, es una pedagogía situada, habla de un discurso situacional, por tanto político, y diversificado”(Alonso 2002, p.109), esta pedagogía de un aprendizaje mutuo como lo señala la autora permite un autocuidado consiente del cuerpo como primer territorio donde acontece la vida, el primer territorio de decisión, poder, transformación y ejercicio de los derechos y un autocuidado de la mente para regularlas emociones de manera adecuada.

Del tal modo podemos inferir que el Cuidado es un valor supremo y su ejercicio supone una acción política en la que se vinculan lo personal, realizado en el espacio íntimo, y lo político, realizado en el espacio social. El cuidado propio, así como el cuidado de los otros y otras, constituyen indudablemente una manera de relacionarnos al dar respuesta a las necesidades o inquietudes vitales propias y de otros.

Así la Pedagogía del Cuidado está llena de potencial por desarrollar y es una alternativa frente a las formas de entender la educación, ya que a cuidarse se aprende

cuidando, haciendo alusión a Chaux (2008), una práctica constante del cuidado desde la infancia hasta la adultez, apunta la posibilidad de la aparición de sujetos más responsables, capaces de comprender y asumir las necesidades sociales que pueda tener una comunidad, así como la habilidad para brindar apoyo y cuidado de la manera que se requiera.

De igual manera, si bien queda entre dicho como el cuidado ha sido una labor milenaria de la mujer, esta propuesta entiende el cuidado como una fuente de conocimiento y de poder de las mujeres, una posibilidad que les permita descubrirse y potenciar su voz y sujeto político desde el autocuidado que resignifique desde el cuerpo una conciencia propia de su condiciones como mujeres gestantes e incluso desde el co-cuidado construir con otras mujeres, tejer lazo de protección, afectividad y contención emocional desde la experiencia entre pares, que a la vez permite sentirse acogidas e identificadas dentro de un espacio vivencial, sanar las relaciones que por décadas han estado limitadas a reproducir el mandato social y cultural. Pues como lo afirma Aguado (2018)

La propuesta de ir creando una Pedagogía de los cuidados supone que también en la educación vayamos cambiando el foco de sitio, dejando de atender al mercado como si fuera lo más importante y de consentir que la toma de las decisiones políticas favorezca la producción y la acumulación del capital, y en su lugar poner la Vida en el centro de todo nuestro que hacer, atendiendo al cuidado de las personas y de la Naturaleza (Aguado, 2018, p. 29).

Capítulo II

Metodología

La presente investigación es de carácter cualitativo, parte de reconocer a las mujeres participantes como las principales constructoras del proceso, sus relatos, reflexiones y la comprensión de sus contextos de vida representa la realidad y la posibilidad de transformación (Bernal, 2010). La postura que se asume como educadora e investigadora es apoyar el camino y aportar desde el saber y la experiencia pedagógica puesta en el territorio. Se adopta un diseño de Investigación Acción Educativa ya que se impulsa la construcción de conocimiento y la transformación crítica del saber a través de una propuesta pedagógica, titulada Maternidades Conscientes. Se aborda la descripción de la metodología en dos partes, en la primera un breve marco referencial y la pertinencia de la metodología aplicada en nuestro de acción pedagógica y en un segundo parte estará dirigida a exponer términos prácticos la cronología y desarrollo de actividades en campo

Teniendo en cuenta, que esta propuesta pedagógica estuvo dirigida en su desarrollo a las necesidades propias del proceso de gestación de cada una de las participantes dentro del espacio de encuentro, se consideró que la metodología más apropiada para su desarrollo es la cualitativa teniendo como referente a Balcázar (2013), quien plantea que el método cualitativo emplea la observación y su propósito consiste en la reconstrucción de la realidad, se orienta hacia el proceso y desarrolla una descripción cercana a la realidad que se investiga, así, en la investigación cualitativa son necesarios conocimientos sobre la subjetividad, los significantes y los significados de las palabras, la interpretación de símbolos en una cultura y contexto social determinado. De tal modo que la metodología cualitativa es, pues, una forma multidisciplinar de acercarse al conocimiento de la realidad social.

En este sentido, y basándonos el proceso de trabajo en campo, dentro del marco de la investigación cualitativa se adopta el diseño de investigación acción, pues como lo expresa Ana Cecilia Salgado (2005) la finalidad de la *Investigación-Acción* es resolver problemas cotidianos e inmediatos, y mejorar prácticas concretas. Su propósito fundamental se centra en aportar información que guíe la toma de decisiones para programas, procesos y reformas estructurales. De la misma manera la autora afirma que las tres fases esenciales

de los diseños de investigación-acción son: Observar (construir un bosquejo del problema y recolectar datos), pensar (analizar e interpretar) y actuar (resolver problemas e implementar mejoras). Además tiene en cuenta como la investigación Acción permite que:

- ✓ Los participantes que están viviendo un problema son los que están mejor capacitados para abordarlo en un entorno naturalista.
- ✓ La conducta de estas personas está influida de manera importante por el entorno natural en que se encuentran.

De esta manera la investigación acción comprende una indagación más precisa en la recopilación de información y sobre lo que queremos resolver. Sin embargo, en cuanto a lo que corresponde a los intereses pedagógicos de este trabajo, fue necesario ser aún más enfáticos y por ello la pertinencia de hablar y aplicar como diseño metodológico la investigación acción educativa. La Investigación Acción Educativa-IAE, es una variante de la investigación acción y se centra hacia formas de aprendizaje alterna que transformen y fortalezcan la pedagogía, en una reinterpretación de lo que señala Restrepo (2004), la IAE es un proceso que está en constante diálogo en la investigación, que aplicado a la pedagogía busca una reformulación de las dinámicas por parte del docente-investigador, con respecto a las formas de aprendizaje y proceso educativos, no solo en contexto escolar, sino también el aprendizaje en la vida cotidiana. De otra parte y como también lo anota el autor la IAE denota tres momentos en su aplicabilidad: deconstrucción, reconstrucción y evaluación de la práctica reconstruida.

Deconstrucción: El sentido de la investigación-acción educativa, como la practicamos en este proyecto, es la búsqueda continua de identificar prácticas y entablar una reflexión crítica y de mejoramiento continuo sobre las mismas. Al hablar de práctica nos referimos a los ritos, costumbres, rutinas, exigencias, hábitos, que en nuestro caso tienen que ver con la maternidad, la corporalidad y los afectos, susceptibles todos a un proceso de deconstrucción sobre los imaginarios sociales y teóricos. Como lo menciona Restrepo (2004), la deconstrucción de la práctica debe terminar en un conocimiento profundo y una comprensión absoluta de la estructura de la práctica

En el caso particular de esta propuesta, se utilizaron instrumentos como: caracterización de la población, diarios de campo que suman en su totalidad diez de

acuerdo a la cantidad de sesiones que se lograron con la adolescentes, estos diarios de campo incluyen elementos como: descripción de cada una de las actividades programadas para la sesión, propósito u objetivo, actividades o tareas no realizadas, registro de resultados más importantes, observaciones o interpretaciones de los datos (percepción personal), impacto de la experiencia (sentir del investigador y de las participantes). (Anexo 1)

Cada sesión contiene ejercicios de escritura que determinamos como calendario o diario gestacional, tiene como objetivo hacer un seguimiento y permitirles un espacio de reflexión desde las etapas gestacionales y emocionales de las adolescentes (Anexo 2), cartografías corporales en donde ubicaran sus emociones de acuerdo a las actividades propuestas (Anexo 3), cada instrumento tuvo como finalidad encontrar las percepciones de ellas frente a temas como el embarazo, el cuerpo, la responsabilidad, la crianza, los afectos y así mismo replantear otras precesiones frente a abordaje de estos temas

Reconstrucción: Siguiendo a Restrepo (2004), este segundo momento es el punto indispensable para proceder a su transformación. Solo si se ha realizado una deconstrucción sólida es posible avanzar hacia una reconstrucción promisorio de la práctica, aun estado más bien inconsciente del mismo, es “un proceso de reflexión en la acción o conversación reflexiva” (Restrepo, 2004, p. 51). De esta manera a través de ejercicios prácticos como el diálogo de saberes, la meditación, el tejido, se buscó con la participante construir una conciencia propia sobre sus cuerpos gestantes, su autodeterminación como madres y también como mujeres dentro de sus contextos familiares y sociales.

Evaluación de la práctica reconstruida: Finalmente, la tercera fase tiene que ver con la validación de la efectividad de las prácticas alternativas reconstruidas, “una materialización o puesta en marcha en un tiempo prudente, de la práctica reconstruida” (Restrepo, 2004.p.52). En nuestro caso, de nuevo los diarios de campo y mecanismos como el análisis de resultados nos permitirán determinar la pertenencia de esta propuesta pedagógica enfocada hacia otras formas de ver, sentir y vivenciar el embarazo adolescente desde la perspectiva de las participantes

Sin embargo, como lo advierte de nuevo Restrepo (2004), “la nueva práctica no debe

convertirse en el nuevo discurso pedagógico sino dado a un estado cíclico cambiante de retroalimentación” (Restrepo, 2004, p. 53)

Participantes

Para la realización de la presente investigación pedagógica, se inició una búsqueda de espacios en los que la población estuviera concentrada, de esta manera fue posible coordinar un trabajo de articulación con la fundación Aldeas Infantiles, la cual viene haciendo acompañamiento de acuerdo a las necesidades inmediatas de cada una de las adolescentes que son remitidas a su organización, dentro de este acompañamiento brindan aprendizajes, curso y talleres, que puedan ayudarles a abrirse espacio en el campo laboral y como sustentarse económicamente, la fundación también ofrece un programa de validación para quien desee terminar sus estudios.

La propuesta de Maternidades Conscientes particularmente se implementó con la participación de 4 adolescentes, habitantes del sector Cazucá, comuna cuatro del municipio de Soacha. El grupo permitió evidenciar dos tipos de condición maternal: dos madres primerizas y dos madres con segundo embarazo, de edades entre los 14 a los 21 años, cada una de ellas con un primer embarazo antes de cumplir los 18 años de edad. Con bajos niveles de escolaridad, redes familiares pequeñas, asociados a casos de consumo de sustancias psicoactivas y familias desplazadas por el conflicto armado.

Camila³ tiene 14 años de edad, cursa sexto de bachillerato, el colegio la remite a la fundación al enterarse del embarazo, por ser menor de edad el caso debe tener un seguimiento y el respectivo acompañamiento psicosocial, este acompañamiento por parte de la fundación no determina quién es el padre del bebé de manera que su red de apoyo durante su proceso gestacional es la madre. Camila se integra a la propuesta de maternidades con tres meses de gestación, asiste a cada sesión acompañada por su mamá, su núcleo familiar está compuesto por dos hermanos menores, padrastro y mamá; quien sostiene su núcleo familiar económicamente es el padrastro. Su padre biológico vive en otra ciudad y no tiene mucha comunicación con él.

³ Los nombres consignados son pseudónimos como requerimiento del manejo ético de la investigación. Adjunto Consentimientos informados (Anexo 4)

Sara tiene 19 años de edad, termino su bachillerato hace un año. Ella tiene acompañamiento por la organización debido a que su proceso gestacional es delicado por el consumo de sustancias psicoactivas, también toma el curso de manicura con la organización. Sara se integra a la propuesta de maternidades con siete meses de gestación, el círculo familiar está compuesto por su papá y dos hermanos menores; la relación con su pareja es inestable. Quien sostiene económicamente su círculo familiar es el padre.

De las madres por segunda vez están:

Carol tiene 17 años de edad, en cuanto al nivel de educación se encuentra validando quinto y primero de bachillerato con la fundación. Ella tiene acompañamiento psicosocial debido a que su primer hijo que ya tiene 3 años de edad, viene de una relación no consentida por su familia y por ende no hay un apoyo de la misma y tampoco de la parte paterna, de ello depende que haya un seguimiento regular de las trabajadoras sociales a los cuidados pertinentes del niño. Está en las clases de manicure. Carol se integra a la propuesta de maternidades con un segundo embarazo de cuatro meses de gestación y por el cual siente apatía, esto debido a que el embarazo proviene de la misma situación anteriormente mencionada. El círculo familiar de Carol está compuesto por, la madre, su hijo de 3 años, un hermano menor, abuela materna y una tía.

Andrea tiene 21 años de edad, a nivel educativo termino la secundaria, tiene acompañamiento debido a la situación económica por la que pasa su familia, también toma curso de manicura con la organización. Andrea se integra a la propuesta de maternidades con tres meses de gestación de su segundo embarazo, vive con sus suegros, su hijo de 3 años y su compañero sentimental, quien hace un acompañamiento distante a su proceso de embarazo, ya que debido a la situación económica y laboral en la ciudad se encuentra alistado en las fuerzas militares. Quien sostiene económica mente su círculo es el suegro y su compañero.

Capítulo III

Propuesta Pedagógica Maternidades Consientes



Figura 1. Ilustración diseñada por nathuralesa.art. para “Maternidades conscientes”

Esta propuesta surge gracias a los aportes académicos adquiridos dentro de la línea de investigación, *memoria, corporalidad y autocuidado*, de la licenciatura de educación comunitaria y también a la experiencia personal, lo cual me encamino hacia la posibilidad de abrir otros escenarios para reflexionar el embarazo y la maternidad adolescente y entenderlo más allá de una problemática social, cultural y política. Es así que nace la intención de crear una ruta dirigida a entender y acompañar a las adolescentes en estado de gestación, en aspectos como lo afectivo y emocional, pues como es sabido, por sus condiciones socioeconómicas, de contexto educativo, psicológico y de salud, se hace visible una atención inadecuada, donde finalmente se deja de lado el sentir y pensar de la madre adolescente y por ende un abandono de sí misma.

Por ello, cada una de las herramientas de autocuidado y los temas propuestos en este trabajo, se entretelen entre sí, y permiten de manera efectiva construir, desde la propia experiencia, una

conectividad y conciencia de corporal y el desbloqueo emocional, reconocer el cuerpo como un primer territorio y potencializa la voz de la mujer, que reivindica sus derechos, aun mas en condiciones como el embarazo a temprana edad.

De este modo la apuesta pedagógica desarrollada en esta investigación, “Maternidades Conscientes”, busca agenciar procesos de empoderamiento en la mujer adolescente, fomentando espacios de reflexión y autoconocimiento, promoviendo el cuerpo como primer territorio y brindando herramientas que permitan fortalecer los vínculos afectivos mamá-bebé y sus redes a través de:

1. Brindar herramientas de auto escucha y reconocimiento a través de ejercicios literarios como la escritura que permite hacer consciente las emociones y organizar los pensamientos y formas de contención
2. Facilitar la creación de vínculos mamá-bebé, a través de la exploración corporal y la meditación (yoga).
3. Promover un espacio de diálogo entorno a la maternidad y el ser mujer común enfoque de derechos, para la creación de redes de apoyo

Este proyecto tiene como población focal adolescentes gestantes, teniendo en cuenta la adolescencia como un periodo de desarrollo biológico, psicológico, sexual y social, una etapa en la que es pertinente hacer acompañamiento que permita un mejor desarrollo de sus habilidades y determinar sus necesidades.

Resultados Esperados

Tenido en cuenta los objetivos iniciales a los cuales apuntan la propuesta, se pretende obtener como resultados:

1. Interiorizar entre las asistentes la siembra de una nueva relación consigo misma y su cuerpo, brindando espacios de reflexión, auto observación y escucha que les permita hacer conciencia de su autonomía, como mujeres y madres.
2. Una apropiación de la palabra como puente, que le permita las asistentes poner en diálogo los saberes, las experiencias propias de la maternidad y la gestación, expresar sus emociones y necesidades, entender la palabra y el diálogo como un espacio para discernir de manera distinta sus contextos propios, como que les rodea

3. La creación de escenarios y redes de apoyo donde se sientan acogidas, respetadas y seguras, entendiendo que la de gestación y maternidad son procesos que deben ser acompañados, sostenidos y compartidos, enriqueciendo la experiencia para las nuevas maternidades.
4. Fortalecer los vínculos entre mamá y bebé. Comprendiendo que el vincular es un proceso afectivo complejo que requiere ser construido, cuidado y sanado, a partir de la historia propia de cada mujer, que necesita tiempos, espacios y lenguajes propios del afecto, que cada mujer y su hijo van creando.

Fases de la propuesta

A continuación, se describe la Apuesta Pedagógica Investigativa: Maternidades Conscientes, dividida en tres módulos, pensados en la metáfora de los trimestres y tres temáticas: el autocuidado, el co-cuidado y empoderamiento. Se realizaron 9 sesiones cada una de 3 horas aproximadamente de trabajo en grupo, experienciales con un enfoque pedagógico y comunitario.

Para el desarrollo las tres temáticas, se hizo pertinente trabajar en campo, *los flujos energéticos*, desde técnicas como el yoga y la meditación, el sistema energético es considerado como el puente de equilibrio y comunicación entre el cuerpo físico, la mente y las emociones en una persona.

“los centros energéticos son como pequeños depósitos de energía que se encuentran ubicados a lo largo de la columna vertebral: en la base del cuerpo, por debajo del ombligo, en la boca del estómago, en el pecho bajo de la garganta, en el centro de la cabeza y en la coronilla, que actúan como traductores entre el cuerpo físico y el mundo emocional mental” (Sparborth, 2015)

Entonces el sistema energético, integrado al funcionamiento del cuerpo, se puede entender como un sistema más del cuerpo que al ser activado permite en las personas, una conciencia más sensible y de autopercepción reflexiva en relación con el mundo o contexto que lo rodea y se encuentra inmerso.

En ese sentido a través de prácticas de meditación, sobre los centros energéticos se propone que las asistentes, se atrevan hacer una reflexión físico-emocional que las ponga en situación de comprenderse consigo mismas, con su entorno y su estado como madres gestantes.

Tabla 1
Módulos pedagógicos de maternidades conscientes

MÓDULO	TEMA	ELEMENTOS	CHAKRAS	INTENCIONES
1. Enraizar	Autocuidado	tierra y agua	1 y 2 	Entendimiento del primero y segundo flujo energético -El primer centro se ubica en la base del cuerpo y se extiende hacia abajo; es llamado centro raíz pues se extiende hacia la tierra, se encuentra activo desde el momento del nacimiento. Ésta energía conecta a la persona con su vitalidad, con su propia fuerza. -El segundo centro es llamado el nido. Se ubica en medio de la barriga, debajo del ombligo, y se extiende de atrás hacia adelante en forma de dos embudos. Está vinculado con la autonomía y la capacidad para establecer relaciones libres de interdependencia y cooperación. El primer y segundo centro están directamente relacionados con la emoción por esta razón la propuesta en las tres primeras sesiones propone trabajo de autocuidado, ejercicio corporal con los pies y caderas

2. Víncular	Co-cuidado	Fuego y aire	3 y 4	Compresión del tercer y cuarto centro energéticos El tercer centro se ubica a la altura de la boca del estómago cerca de la columna vertebral, logra un balance entre la propia fuerza de voluntad y vulnerabilidad El cuarto centro se ubica a la altura del corazón. Es una energía muy suave y fina que influye en el funcionamiento del corazón Este centro se conecta con la capacidad de amar a otros y amarse a sí mismo, con el auto respeto y el respeto hacia otras personas El tercer y cuarto centro están directamente interconectados con el co-cuidado, la relación con el otro, los afectos y relación consigo mismas.
				
3. Empodera	Empoderamiento	Eter	5 y 6	Compresión del quinto y sexto centro energético El quinto centro, se ubica a la altura de la garganta, Este centro se conecta con la comunicación, la creatividad y el juego. El sexto centro se ubica en el centro de la cabeza. Tiene una energía muy fina; La capacidad de este centro conecta con la capacidad de analizar, entender el entorno, además de la perseverancia y la intuición. El quinto y sexto centro están directamente relacionados con la voz y por ende el empoderamiento la propuesta desarrolla las últimas sesiones entorno al dialogo sobre parto respetado, el amor propio y el ser mujer.
				

1. Enraizar: Autocuidado tierra y agua, 1 y 2chakra

Actividades:

- Construyendo tejidos y escuchando mi cuerpo, Tema: Presentación y primera

exploración.

- Me reconozco, Tema: Mi cuerpo como primer territorio.

2. Vincular: Co-cuidado: Fuego y aire 3 y 4 chakra

Actividades:

- Vínculo a través de tus-mis sentidos, Tema: Juegos sensoriales intrauterino mamá-bebé
- Ama(r) mamar (t), Tema: Lactancia materna y nutrición más allá de la teta.
- Buscando la tribu, Tema: Sororidad.

3. Empoderar: empoderamiento éter 5 y 6 chakra

Actividades:

- El parto es nuestro, Tema: parto respetado.
- Mi cuerpo, Yo decido. Tema: Salud menstrual y anticoncepción.
- Plantando mi propio jardín. Tema: amor propio.

Desarrollo de la propuesta

1. Enraizar: Autocuidado

Intenciones:

- Brindar herramientas de auto escucha y reconocimiento, a través del trabajo en sí, las artes expresivas, la exploración corporal y el yoga.

Nombre: construyendo tejidos y escuchando mi cuerpo

Tabla 2
Presentación y primera exploración.

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Cuerpo en movimiento: hacer consciencia del espacio en el que están, las personas que las acompañan. Observar el lugar para luego recorrerlo en diferentes sentidos en diferentes ritmos y tiempos.	15 min	Espacio amplio, música
En colectivo Construyendo tejidos: presentación a partir de una intención personal creando un tejido en colectivo, estimulando seguridad para que puedan expresarse, relacionarse, conocerse y además apropiarse del espacio.	20 min	Bola lana de diferentes colores.
Una vida dentro de mí. ¿En qué semana estoy? A partir del libro “embarazo consiente” se compartirá lectura de lo que sucede en la semana 1 a la 13 Se dialogará entorno a las siguientes preguntas: ¿Qué está pasando en el cuerpo? ¿Qué necesita mi cuerpo? ¿Cuáles son o fueron mis emociones más frecuentes?	40 min	Libro
Posturas básicas Yoga prenatal: kriya fortalece	30 min	Colchonetas Cojines Una manta
Escucho mi cuerpo (Respiración guiada): respiración profunda	15 min	
Es momento de habitar nuestros cuerpos como primer territorio, espacio de ser estar y vivir, recuperar la respiración, el silencio, la calma, la fuerza y la serenidad. Recorrer cada parte del cuerpo mientras respiramos, permitírnos escuchar lo que nos quiere decir el cuerpo agradecer a cada parte por su función. ¿Conocemos nuestros cuerpos? ¿Cómo experimentamos nuestra corporalidad? ¿Qué está sucediendo en nosotras? ¿Qué me pide mi cuerpo?		
Creando: Las participantes deberán realizar un dibujo un poema o frase basada en la pregunta de ¿cómo me siento? teniendo en cuenta sus memorias y sus sentires durante la actividad.	25 min	Hojas colores

Nombre: Me reconozco

Tabla 3

Mi cuerpo como primer territorio

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Cuerpo en movimiento: exploración del espacio, ejercicios corporales con piernas, pies caderas equilibrio y por medio de la danza y el cuerpo se les pedirá expresen como fue el día de hoy.	15 min	Espacio amplio, música
Cartografía corporal Este ejercicio está enfocado en hacer un trabajo de reconocimiento de las emociones ubicándolas en partes específicas donde las sientan. En parejas van ayudarse a construir (dibujar) sus mapas corporales para luego ubicar emociones como felicidad, tristeza, miedo, rabia, etc. Preguntas generadoras ¿Dónde ubico mis emociones?	15 min	Papel craft, colores marcadores, pinturas.
Una vida dentro de mí. ¿En qué semana estoy? (lectura embarazo consciente) Creación de calendario o diario en el que se expresan a partir de unas preguntas generadoras. ¿Que siento? ¿Qué me pide mi cuerpo? ¿Qué deseo? ¿Qué emoción? Para luego escoger una emoción que resuma el día. Se les pedirá que mensual haga un dibujo, una frase, un poema dentro de sus calendarios que exprese su sentir del mes.	30 min	Hojas, colores
Posturas básicas Yoga terapéutico prenatal: secuencia inicial , columna vertebral, serie piernas	45 min	Colchonetas Cojines Una manta
Creando: La sesión finaliza haciendo un ejercicio de pintura de mándala enraizando poder interior.	25 min	Hojas colores

Nombre: De vuelta a la raíz

Tabla 4

Construyendo un nuevo útero en colectivo

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Cuerpo en movimiento: exploración del espacio, Observar a la otra , sonreír, escuchar, abrazar Sesión dedicada al enraizar. Ubicarse en el lugar que más se sientan cómodas Pies sobre la	15 min	Espacio amplio, música

tierra, rodillas ligeramente flexionadas, ojos cerrados, espalda recta, echar raíz (guiar la actividad) primer chakra, Trabajo en parejas.

Beneficios: el primer chakra trabaja coxis, perineo, ano, base de la columna vertebral, pies, piernas, intestino grueso, huesos.

Confianza, seguridad, firmeza, perdón, relación con nosotros mismos, relación con nuestros ancestros, la soledad, relación con el cuerpo físico.

<i>Útero colectivo</i> realizaremos un útero colectivo que está dividido en tres partes Una primera en la que según los conocimientos o imaginarios de cada una se definen las funciones del útero, la segunda en relación a las partes del útero y en la tercera la construcción de un nuevo útero social, cultural y emocional. Espacio para hablar sobre las funciones del útero, que pasa durante la etapa gestacional, ciclo menstrual (menstruación consciente). partiremos de unas preguntas generadoras para un espacio de reflexión que permita construir ese nuevo útero ¿Qué es ser mujer? ¿Cómo es la relación con tu madre? ¿Qué necesita este nuevo útero?	40 min	Papel de colores craft, colores marcadores, pinturas.
Una vida dentro de mí. ¿En qué semana estoy? (lectura embarazo consciente) Creación de calendario o diario en el que se expresan a partir de unas preguntas generadoras. ¿Que siento? ¿Qué me pide mi cuerpo? ¿Qué deseo? ¿Qué emocionó? Para luego escoger una emoción que resuma el día. Se les pedirá que mensual haga un dibujo, una frase, un poema dentro de sus calendarios que exprese su sentir del mes.	30 min	Hojas, colores
Posturas básicas Yoga terapéutico prenatal: secuencia inicial , columna vertebral, serie piernas	45 min	Colchonetas Cojines Una manta
Creando: La sesión finaliza haciendo un ejercicio de pintura de mándala enraizando poder interior.	25 min	Hojas colores

2. Vínculo: Co-cuidado:

Intenciones:

- Facilitar la creación de vínculos mamá-bebe y redes de apoyo.
- Brindar información que pueda servir para potenciar sus habilidades de cuidado.

- Compartir reflexiones sobre el cuidado.

Nombre: Vínculo a través de tus-mis sentidos.

Tabla 5.

Juegos sensoriales intrauterino mamá-bebé

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Saludo en movimiento: exploración del espacio, trabajaremos ejercicios suaves de la danza afro en donde danzaremos con los ombligos plexo solar para luego saludar con los ombligos.	5 min	Espacio amplio, música
Respiración: Pequeño ejercicio de respiración profunda, explorando bajo vientre, costillas, pecho, espalda baja y senos.	10 min	Espacio amplio.
Baño de música: Se les pide se dejen bañar y bañen a su bebé con la canción de Marta Gómez “Canción del bebé” está con respiración profunda, pausada. Explorando emociones, imágenes y sensaciones que la canción le remite. Exploración de tacto libre.	2:33 min	Espacio amplio, Parlante, Música
Yoga: -mantras de apertura -calentamiento: círculos, Sufíes, gato vaca, corredores. kriya: relajándote y liberando el miedo Meditación: equilibrar mente negativa se conecta con la oscuridad y como poco a poco con nuestro aliento como soplando una brasa se prende un fuego interior.	40 min	Colchonetas Cojines Una manta
Faros para mi luz: Se invita a compartir un poco lo vivido, se puede hablar un poco de cómo aunque pueden ser un momento de oscuridad también lo es de mucha luz, de todos los colores emocionales de la maternidad. Se invita a pensar en una imagen la cual le queramos transmitir al bebé y/o que también le de fuerza y luz a la mujer y se invita a crear plantillas de faros con estas imágenes con papel celofán y cartulina. compartir	20 min	celofán cartulina tijeras colbon linternas
Canto maternal carnatico: se comparte la técnica del canto maternal al finalizar mientras se canta se usaran los faros y las linternas para alumbrar los vientres	20 min	Música.
cierre: compartir en una palabra lo aprendido o lo sentido en el taller (lectura embarazo consciente, segundo trimestre)	15 min.	

Nombre: Ama(r) mamar (t)

Tabla 6.

Lactancia materna y nutrición más allá de la teta.

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Yoga: -conciencia inicial: respiración profunda, contacto con el pecho como sube y baja, exploración sensorial y energética de senos. -mantras de apertura -calentamiento: árbol con torsiones, mariposa, círculos sufie, perro que mira hacia abajo corredor kriya: pulmones, campo electro magnético y meditación profunda(es importante en esta kriya brindar y abrir imágenes que conecten con la apertura del corazón, apertura del cuerpo a sentir sin juzgar) Meditación: la que ofrece la kriya, concentrado en coronilla	40 min	Espacio amplio, música, mantas
Apertura temática: amamantar y el chakra del corazón. Compartir pequeña narración sobre las mapuches y la primera gota de leche que da alma a sus bebés. Se puede preguntar que otras historias conocemos sobre la lactancia.	20 minutos	
Exposición: introducción beneficios lactancia, su inicio, posturas, posibles desafíos y sus soluciones. A su vez, se profundizará en el amamantamiento y sus implicaciones vinculares, psíquicas y emocionales.	1 hora	video beam diapositiva
Amamantar las otras hambres: por medio del juego se explorarán las otras hambres como lo es la estimulación, el movimiento, las miradas, caricias, el juego. Se invitara primero a conectar por la mirada y las caricias, luego a danzar en distintos niveles con el muñeco y finalmente se enseñara masaje shantala. Cierre: compartir como nos sentimos. (lectura embarazo consciente)	30 minutos	Muñecos.

Nombre: Buscando la tribu.

Tabla 7.

Sororidad

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
-----------	--------	----------

Compartir: espacio para hablar sobre sensaciones y experiencias vividas, en esos días.	20 min	Espacio amplio, colchonetas/mat s almohadas.
Introducción a la actividad: Se entregará una carta a cada una, que contendrá la imagen de una Diosa madre y su historia. Se les pedirá por medio de una meditación guiada conecte con esta diosa, con sus formas y como esta diosa materna a su yo presente y como poco a poco esta madre se va incorporando en cada una. Se les pide muy despacio conectar con los ritmos de esta madre diosa y que dancen, mientras esta danza surge se pueden hacer propuestas/preguntas tipo como esta madre protegería a su cría, o cual es la relación con su entorno, como se siente en su rol de madre, ¿le gusta estar sola o acompañada?, que criaturas y seres le acompañan.	20 minutos	Cartas de madres mitológicas. Música espacio amplio y privado, equipo música.
Reflexiones: se comparten sensaciones. ¿Cómo me sentí siendo este tipo de madre?, ¿Cómo se sentía interactuando con otras diosas madres? ¿Cómo se sentía danzando como una diosa madre?, ¿Qué arquetipo de diosa te salió?	25 min	Colchonetas, mantas o donde sentarse.
Se comparten reflexiones sobre la búsqueda de la tribu en la maternidad*y la sororidad como apuestas a desplegar nuevas posibilidades de vida, conectar con la vulnerabilidad en un espacio seguro y contenido y dejar de competir y buscar alianzas de cuidado.	40 min	Espacio amplio, mantra “yo se parir”, velas, música, flores, cuentas, hilo o henna / pintucaritas.
Ritual de bendiciones: Se introducirá la importancia ritual de transitar de doncella a madre, y como el primer paso para construir espacios sororos, es abrazar a la diversidad de madres que habitan en nuestro interior para poder acoger otras maternidades y feminidades afuera.		
Se pide realizar un círculo sentadas en posición de loto conectar con el mantra MA. Conectándonos con la energía primordial que materna y nos sostiene. Conectamos con cada una de nuestras compañeras y bañamos poco a poco a cada una y a nosotras con este mantra y reconociendo la luz en cada una dándole la bienvenida como madre.		
Se pedirá que cierto número de chicas se hagan en el centro y un número igual las rodee haciendo un masaje energético las de afuera a las de adentro y dependiendo del número de participantes: se colocara una flor en el cabello, o pintara en el vientre y se dará una bendición, don o mensaje a madre o bebe.		
Luego las del centro pasan a estar afuera y cambiaran roles.		

Ya todas bendecidas se le darán a cada participante, una vela.
Se encenderá, se pedirá que cada una conecte con eso que quiere transmutar en sí para poder abrirle espacio a su maternidad. Se dejará en el suelo y todas cogidas en círculo por la cintura con luz y música tenue recitaremos conjuntamente

Yo sé parir.

Como parieron las mujeres que me precedieron.

Mi madre, mi abuela, mi bisabuela, mi tatarabuela,

Y así hasta la primera mujer.

Lo llevo grabado en mis células.

Es su legado.

Mi cuerpo sabe parir.

Como sabe respirar, digerir, engendrar, andar,
hablar,

Pensar.

Está perfectamente diseñado para ello:

Mi pelvis, mi útero, mi vagina, son obras de
ingeniería

al servicio de la fuerza de la vida.

Yo soy *'la que sabe'*.

Y *'la que sabe'* me

susurra:

'Cabalga la energía de

las contracciones como si fuera el éxtasis,

Loba, leona, hiena,

Yegua, zorra, gata, pantera...

Encuentra tu hembra de

Poder y conviértete en ella'.

Y siendo ella, mamífera todopoderosa, doy a luz.

Todopoderosa me recuerdo madre

Cerramos el espacio danzando suave y en círculo con la canción "al otro lado de la piel"

Comprarse abre un espacio para compartir sentires. (Lectura embarazo consciente).

Cierre: abrazo a cada una

20 min

Colchonetas,
mantas o donde
sentarse

5 min

3. Empoderar: derechos sexuales y reproductivos

Intenciones: Promover un espacio de diálogo entorno a la maternidad, el amor propio y el ser mujer con un enfoque de derechos.

Nombre: El parto es nuestro.

Tabla 8.

Parto respetado.

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Cuerpo en movimiento: exploración del espacio	10 min	Espacio amplio, música
Círculo de palabra: Preguntas generadoras a partir del tema del parto. - ¿qué es lo que primero se nos viene a la cabeza cuando pensamos en parto? - ¿cuál es la historia de nuestro nacimiento? - ¿cómo nos imaginamos parir? - ¿qué preguntas tenemos sobre nuestro parto? - ¿qué nos han enseñado sobre el parto?	20 min	Espacio amplio. marcadores, tablero/papel craft, almohadas -sillas para sentarse
charla sobre parto humanizado: Se compartirá información desde el congreso del 2000 en Fortaleza, Ceará, Brasil y los 10 pasos del IMBC. (invitada)	40 min	Videobeam
Creación un esbozo para plan parto / información sobre la comunicación asertiva lectura embarazo consciente tercer trimestre		
Actividad de cierre parto en movimiento: Exploración y ejercicios para trabajo de parto. Recordar ciertos movimientos para apertura de cadera, el sonido, auto masaje.	40 min	Música espacio.
Cierre: masaje sonoro Pedimos pensar en un sonido que queramos regalar a nuestras compañeras y a nosotras mismas que aporte fuerza, tranquilidad etc. al parto propio y el de las otras y se pedirá cantarlo mientras se están sentadas en espiral.	15 min	

Nombre: Mi cuerpo, Yo decido.

Se invitará a personal capacitado que otorgue la información idónea sobre anticoncepción.

Tabla 9.

Salud menstrual y anticoncepción

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Cuerpo en movimiento: exploración del espacio Se les invita a las participantes de la actividad a pensar en un animal poderoso (el que ellas sientan) Para representarlo, recrearlo con los ojos cerrados; en movimiento, sonido. para danzarlo e imaginarlo en su papel de madre	15 min	Espacio amplio, música

(ejemplo : gorila , el sonido de una gorila , el movimiento en la naturaleza de su ser animal y por ultimo como materna esta gorila frente al cuidado , protección , peligro , alimentación y afecto)		
Tengo derecho: esta actividad tiene como intención hacer un aporte en información y detectar el conocimiento de derechos sexuales y reproductivos (S.R) En un círculo de la palabra iremos construyendo desde el imaginario, cuales creen que son sus derechos S.R para luego brindar la información y crear en grupos mensajes y dibujos que digan yo tengo derecho a ... El disfrute, acceso a información y educación sexual, a la privacidad, servicios de salud. y demás derechos (lectura embarazo consciente tercer trimestre)	40 min	Papel periódico, marcadores, tablero.
cierre: canto meditación HAR el eterno sol	8 min	

Plantando mi propio jardín.

Tabla 10

Amor propio

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Cuerpo en movimiento: exploración del espacio	10 min	Espacio amplio, música
esta actividad consta de tres pasos: Paso 1: Flor personal Cada una de las participantes tomará pétalos y construirá su flor. En cada pétalo deben escribir las siguientes frases y completarlas Mi mejor cualidad es... En mi tiempo libre me gusta ... Mi sueño u objetivo es ... No me gusta ... Mi peor temor es ... Lo que mejor hago es ... para mí la sexualidad es ... Paso 2: Compartir los pétalos Cuando hayan terminado con las flores, las participantes deben formar parejas y compartir mutuamente lo que han escrito en un pétalo. Después de unos minutos, buscarán a otra pareja y compartirán otro pétalo. Paso 3: Círculo de cierre Para el cierre haremos círculo de palabra para que compartan con el resto del grupo cualquiera de las frases de los pétalos de su flor.	40 min	Espacio, colores, pétalos en papel de colores, cinta.

Y por último plantaremos en una pared nuestro jardín. (lectura embarazo consciente tercer trimestre)		
Cierre: canto: cómo no voy a cantar	5 min	
bendición a tu bebé - respiración larga	7 min	

Tabla 11

Actividad cierre. Hagamos memorias Compartir

ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS
Cuerpo en movimiento: exploración del espacio	10 min	Espacio amplio, música
Tejido de útero: En este espacio vamos a tejer, construir cada una nuestro útero. Iniciaremos reconociendo cada parte de este, haciendo un dialogo de saber sobre nuestro útero; para luego crearlo.	40 min	Retazos telas de colores, agujas, hilo, botones, relleno.
Espacio de dialogo, recoger memorias y agradecer a las participantes, compartir de alimentos.	30 min	Espacio , música

Resultados

Para el análisis de resultados se tuvieron en cuenta tres momentos, un antes, un durante y un después de la aplicación de la propuesta pedagógica, esto con la intención de identificar los procesos de reflexión y cambios que se produjeron en cada una de ellas, en relación a una conciencia del cuerpo y su perspectiva como sujetos sociales y políticos, desde un diálogo de saberes dentro de su proceso gestacional, durante los encuentros y los ejercicios realizados propuestos.

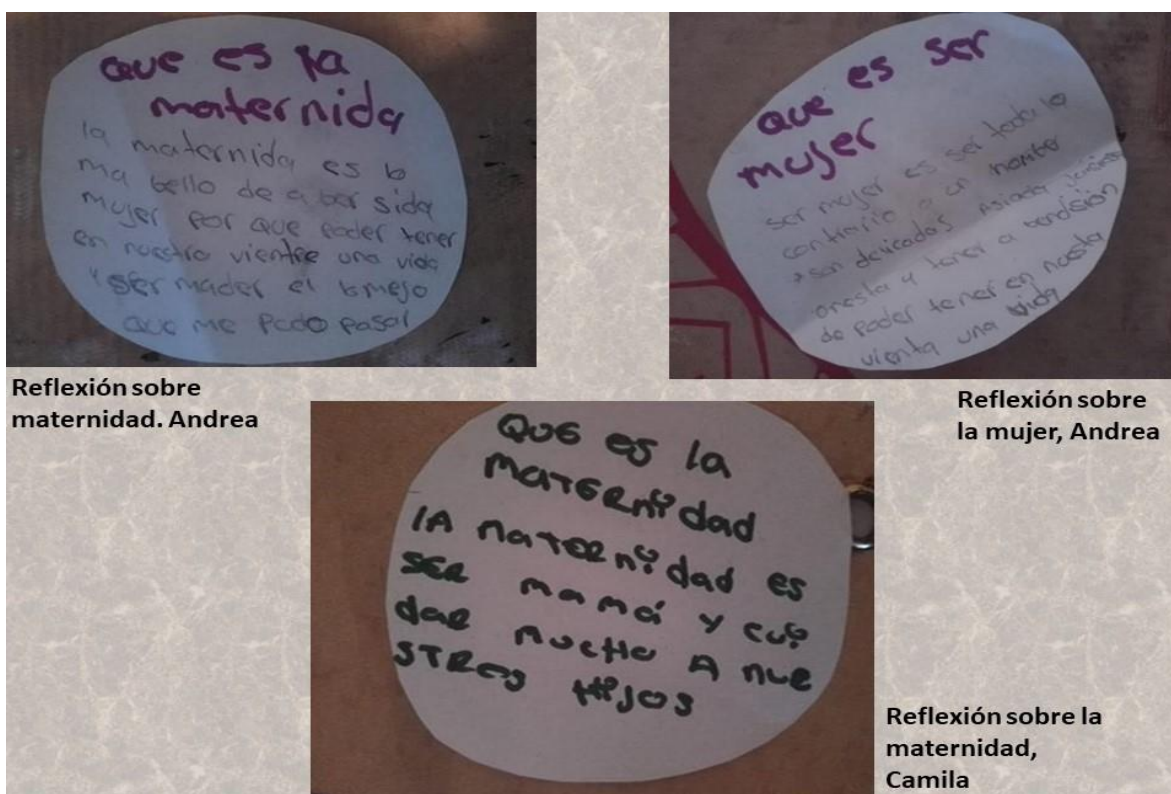
En este primer momento, lo que se buscó fue establecer un panorama sobre el contexto y condición de cada una de las participantes sobre la experiencia propia del embarazo a temprana edad, de este modo a través del dialogo abierto se hicieron visibles las siguientes premisas:

Auto-reconocimiento: Durante los primeros encuentros las participantes, expresaron un autoconocimiento y autoestima en un criterio bajo, no les fue fácil al momento de expresar sus necesidades y percepciones sobre su condición como madres y a su vez como mujeres. En un caso particular, Camila, la participante de 14 años asistió a los primeros encuentros en compañía de la madre quien era la persona que daba respuesta a las preguntas sobre su proceso gestacional.

Pre-condicionamiento de la maternidad: al entablar un diálogo abierto con las participantes se hizo notorio, como patrón común, que todas daban por entendido que la maternidad es una condición y espacio que solo corresponde a las mujeres, dando por sentado el imaginario social y cultural que se tiene sobre la mujer, quien debe cumplir su rol como procreadora, criadora y cuidadora en la maternidad y crianza. (Figura 2)

Figura 1

Acercamientos Preliminares Al Auto Reconocimiento y La Maternidad



Fuente: registro fotográfico propio

Frente a la pregunta ¿por qué deciden ser madres jóvenes y quienes las apoyan en su decisión (familiares o pareja)?

Fue notorio que las participantes coincidieron, que frente al hecho de estar embarazadas la única opción era asumir las responsabilidades de su actual situación, en cuanto a quien las apoya durante su proceso gestacional, dejan también claro que por lo general son sus familias mientras que sus compañeros se encuentran en una dinámica distinta que es la económica

Comentarios como:

“al fin y al cabo un hombre no me hace ser menos ni más mujer”

Puede interpretarse como el discurso generalizado en el común de la sociedad, construye una identidad sobre el imaginario de ser mujer y las labores de gestación y crianza, mientras que la paternidad esta resumida a una figura que aporta a lo material y económico, esto deja entrever

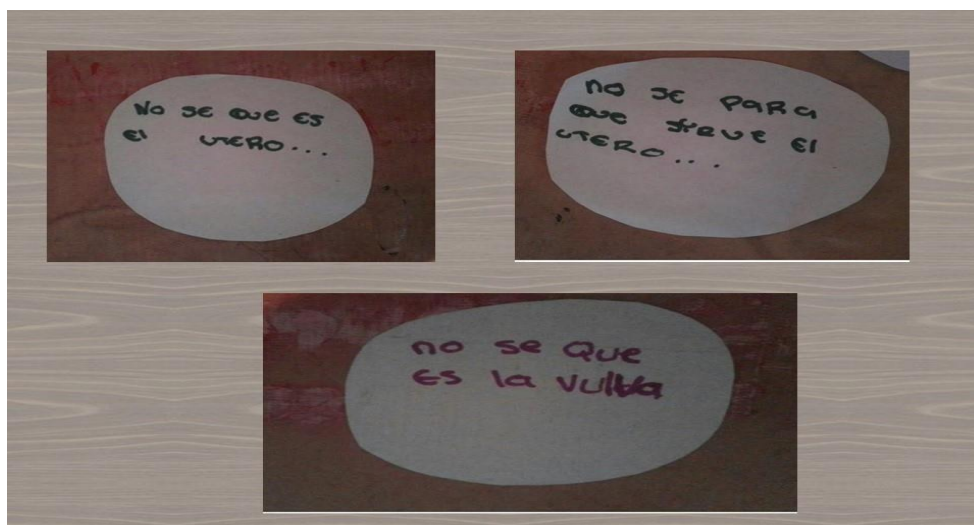
que no existe un acompañamiento a las necesidades emocionales de las adolescentes desde los padres de sus hijos durante el proceso de gestación y crianza.

Desentendimiento corporal: Durante estos primeros encuentros también se pudo denotar, el poco conocimiento y relación que tenían las participantes con su corporalidad, un desconocimiento y apatía a los cambios físicos y emocionales que presentan sus cuerpos, en relación con el proceso de gestación.

Al formularse la pregunta ¿Qué es la vulva, el útero y cuál es su función durante la etapa gestacional? Algunas de las respuestas que dieron las adolescentes fueron: “no sé qué escribir profe, no sé qué es eso” “nunca he visto nada sobre el útero en el colegio” “no sabía que ahí crecía mi bebé” (figura 3), lo que permitió inferir en un primer momento que las adolescentes no reconocen su cuerpo, ni reflexionan sobre los cambios durante sus procesos gestacionales.

Figura 2.

Desconocimiento Del Cuerpo En Un Proceso Gestacional



Fuente: registro fotográfico propio

Este tipo de expresiones, también permitieron denotar como entre las asistentes, subyace un discurso “prohibido” o tabú sobre la sexualidad y el cuerpo de la mujer, expresiones que además obedecen al contexto generalizado de la cotidianidad, el desconocimiento de su cuerpo lleva a reflexionar sobre como los entornos educativos (familia, escuela) y el entorno cultural, delimitan una autoconciencia y percepción del cuerpo en diferentes estados de transformación, como lo es en este caso la gestación.

En este orden de ideas, este primer momento, dejo como resultado, afirmar las necesidades a abordar, fortalecer y encausar durante la aplicación en la propuesta pedagógica, como lo fue: la subjetividad y la autoestima, reconocimiento de la corporalidad emocional y física, reconfiguración del papel diversificado de la mujer más allá de la maternidad.

Durante

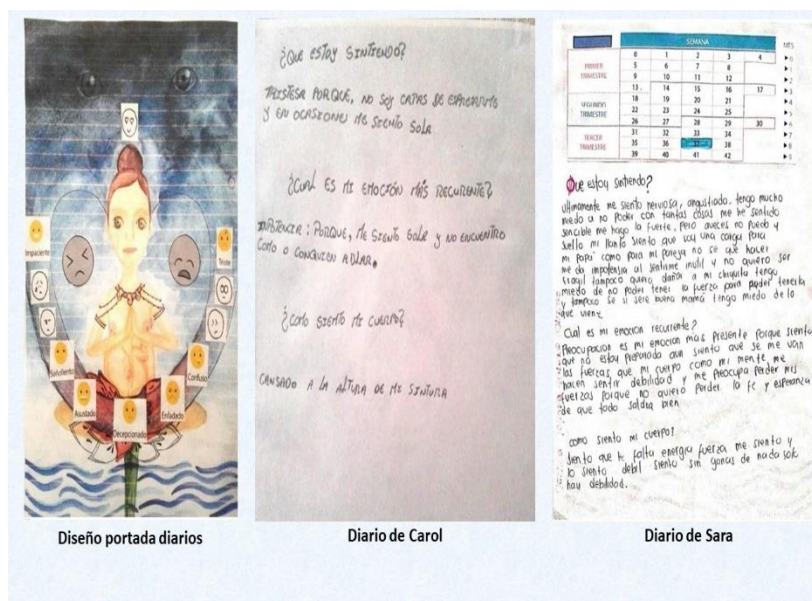
Para esta segunda fase y la cual fue de mayor rigor en la propuesta, que buscando responder a las necesidades encontradas en el primer momento, se desarrollaron diversas actividades que permitieron agrupar y establecer los resultados de trabajo de la siguiente manera:

Relación cuerpo-mujer: Para establecer esta correspondencia, se realizaron principalmente dos actividades, la narrativa a través de la escritura y una cartografía sobre cuerpo.

De esta manera, para el ejercicio narrativo se utilizó la creación de un diario personal (figura 4), el cual tuvo como intención que las participantes plasmaran a través de la escritura semanalmente, la relación entre sus estados emocionales y el cuerpo, abordado las siguientes preguntas:

Figura 3

Diarios De Reflexión Emocional



Fuente: registro fotográfico propio

¿Cómo siento mi cuerpo?

A lo que Sara escribió en su diario gestacional *“siento que le falta energía, fuerza, me siento y lo siento débil, me siento sin ganas de nada solo hay debilidad”*

¿Cuál es mi emoción más recurrente? *“preocupaciones mi emoción más presente porque siento no estoy preparada, aun siento que se me van las fuerzas”*

En este relato Sara se permite expresar que *“son muchas las emociones que siento en este momento”*

Entre tanto Carol logro ubicar frente a las mismas preguntas sobre su cuerpo y sus emociones: *“mi cuerpo lo siento cansado a la altura de mis caderas”, “siento impotencia porque me siento sola y no encuentro con quien hablar”*

El diario además de hacer una referencia sobre la relación consciente sobre sus cuerpos y emociones en su proceso gestacional, también permite interpretar como las participantes relacionan su estado gestacional y emocional, al apoyo y a los efectos que esto implica para su entorno familiar.

De otra parte, hay participantes que actúan frente a sus emociones de manera hermética e introspectiva, que evidencian que la responsabilidad de su estado gestacional solo les compete a ellas y lo cual se manifiesta en su cuerpo a través del dolor físico.

Compartir las narrativas entre las participantes, tuvo como efecto la necesidad de crear espacios de contención emocional y complicidad, lo cual teniendo en cuenta los postulados sobre la pedagogía de cuidado, se permitió un ambiente pedagógico del cuidado de sí y de co-cuidado, las asistentes al expresar sus emociones, permiten entre ellas tejer lazos de compañerismo, acompañamiento afectivo y dialogo, lo cual a su vez dio paso a que sea atrevieron hacer, por iniciativa propia, una autopercepción de sí mismas, para reconocerse entre pares, como mujeres y sujetos capaces de resignificar sus vidas a través de sus procesos de gestación.

Para el segundo ejercicio, una cartografía del cuerpo, se establecieron dos momentos, la realización un mapa corporal individual y en segundo momento la creación de un Útero Colectivo.

De esta manera en el ejercicio corporal individual, se hicieron conjeturas sobre ubicar físicamente sus emociones según las partes del cuerpo y se obtuvo como resultado:

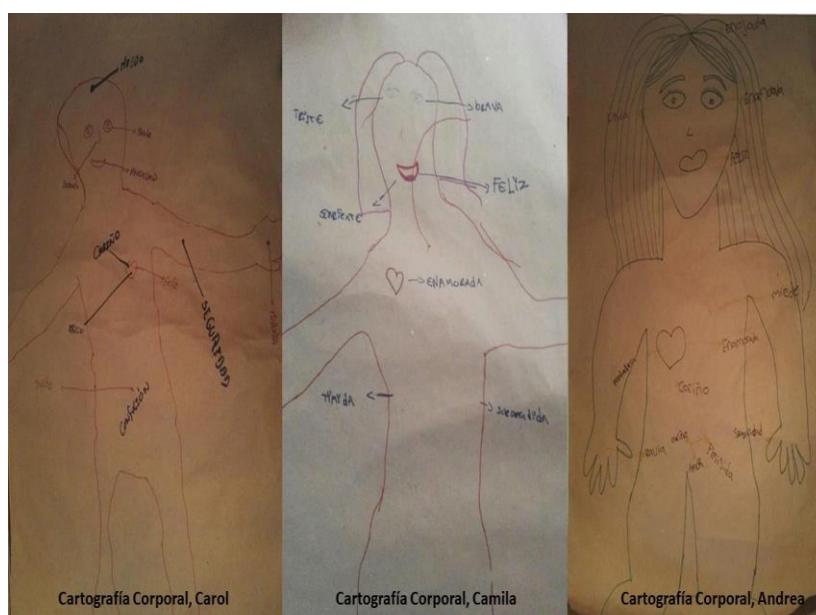
Que expresiones como: cariño, felicidad, enamoramiento, belleza ,refieren una auto percepción de las participantes sobre sí misma, al ubicarlas a la altura del corazón o la cabeza, sin embargo, otras expresiones como confusión o sorpresa, ubicadas a la altura del vientre, pueden dar conjeturas sobre la manera como ellas están asumiendo su embarazo, que puede estar relacionado como los modos de interacción emocional dentro su contexto familiares o sociales, que las lleva a reflexionar sobre su porvenir propio y el de sus bebés.

De otra parte, solamente una de las participantes hace la relación con su proceso gestacional y su vientre al expresar emociones como, cariño, felicidad, amor, esto también obedece que siente una seguridad frente a la posibilidad de concebir el nacimiento de su bebe como oportunidad de transformación buena a su vida (figura5).

Como un tercer, aspecto se puede señalar que todas las participantes coinciden en ubicar emociones como el miedo, el enojo, malestar, en partes muy ambiguas del cuerpo, que lleva a interpretar que en general existe una incertidumbre de una planeación acertada frente a futuro próximo de ellas como madres y mujeres.

Figura 4

Mapas Corporales



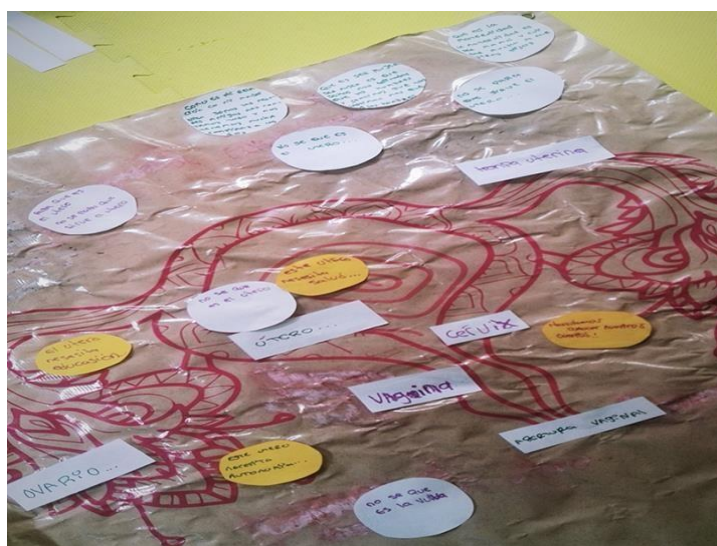
Fuente: registro fotográfico propio

Complementario al ejercicio del mapa corporal individual, se propuso crear un Útero Colectivo (figura 6), el cual, para su realización, tuvo como inicio una reflexión sobre el conocimiento anatómico y funcionalidad del cuerpo femenino en un proceso de gestación, de esta manera se formularon preguntas como: ¿Qué es la vulva? ¿Qué es el Útero y para qué sirve durante sus procesos gestacionales?

Frente a estos cuestionamientos, se hizo visible un desconocimiento total por parte de las participantes, de cómo funciona el cuerpo femenino durante la gestación, dejando denotar también, que la poca familiarización con sus cuerpos, persiste en una incompreensión de las participantes frente al funcionamiento de su cuerpo en la sexualidad. Este hecho permite inferir como los procesos educativos sean desde la educación institucional o desde espacios como la familia, todavía presentan falencia frente a la enseña, manejo y comprensión de la sexualidad de manera responsable. De otra parte, en términos pedagógicos, el ejercicio despertó un interés de las asistentes por saber cómo funciona su cuerpo, comprender su relevancia en el desarrollo gestacional del bebé, pero además de ello y muy importante, entender el útero como un escenario de apropiación del cuerpo que empodera, en la media que les permite a la participantes tener un sentido de identidad, al reconocer entre ellas una facultada propia de la mujer, la capacidad de decir sobre el ritual de la vida y de entender sus necesidades pero también su fortalezas como sujetos conscientes que se cuestionan el mundo y contexto en que están inmersa y se atreve resignificar los espacios que habitan.

Figura 5

Útero Colectivo



Fuente: registro fotográfico propio

Otras preguntas de apoyo como, ¿Qué es ser mujer? ¿Cuál es la relación con mi madre? ¿Qué creen que necesita este nuevo Útero Colectivo? Dieron pauta para que las participantes lograran discernir por ella mismas y dando relevancia de su corporalidad física, definiendo el Útero como un lugar de reconocimiento de las mujeres, al atribuirle nuevas, propiedades como: libertad, conocimiento, milagro, respeto, amor, autonomía, sensibilidad (figura 7), estas cualidades atribuidas por las participantes, supone una relación con el modelo Matriztico, ya que como lo expresa el profesor Maturana (2003), el sistema matríztico puede entenderse como un gran Útero donde se logran desarrollar todo los procesos cognitivos y afectivos del ser humano, en la capacidad de construir sujetos en un tejido social que este en equilibrio con el entorno natural en que se encuentra, en este sentido el sistema matríztico se asemeja al útero que le corresponde la preservación, pero también una autorregulación propia de la vida.

Figura 6

El Útero como Escenario De Resignificación Del Cuerpo



Fuente: registro fotográfico propio.

Las participantes a través del ejercicio colectivo, se permitieron dimensionar la manera en que están estructurados físicamente cuerpos y así como su capacidad cognitiva para resignificarlos, lograron discernir el modo en cómo se concibe el proceso de gestación en el

vientre, entendiéndolo más allá de un proceso transitorio que las lleva a reflexionar sobre su rol con madres en relación a su autodeterminación como mujeres y sujetos transformadoras de sus propias realidades.

Relación cuerpo-bebe: Por medio de ejercicios como la meditación, el canto, la lectura, se pudieron realizar las siguientes deducciones:

Ejercicios como la respiración consciente a través de la meditación, fueron asimilados por las participantes como técnicas corporales claves e indispensables para el momento del parto, también como mecanismos de uso cotidiano que les permiten relajarse y equilibrar sus emociones en momento de tensión (Figura 8).

De otra parte, la meditación aportó a un equilibrio consciente que generó entre las participantes el reconocer al bebé como parte de su persona y una conciencia sobre las transformaciones del cuerpo, tuvieron una autopercepción de maternidad distinta desde los afectos.

Figura 7

Meditación y Fortalecimiento de Vínculos

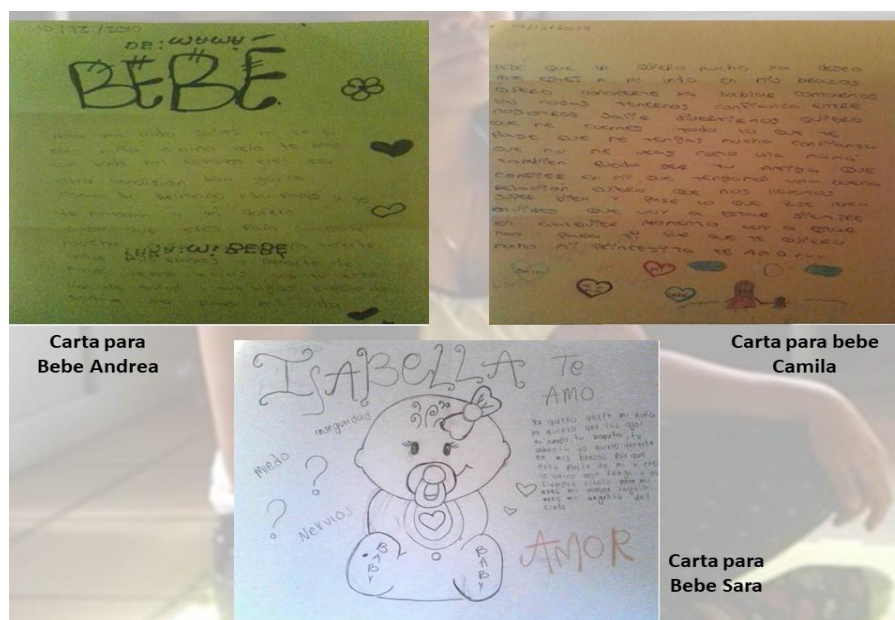


Fuente: registro fotográfico propio

La Interacción con él bebe, a través de la lectura o escritos relacionados con el futuro bienestar de ellas y sus hijos, dio como resultado, que las participantes lograron de manera paulatina una relación más consensuada, de amabilidad, aprecio, cuidado y respeto por su cuerpo y el desarrollo acertado de sus hijos en su vientre, así como también reflexionar de manera subjetiva, altruista y constructiva sobre el porvenir de ella como su hija (figuras, 9).

Figura 8

Cartas Al Hijo



Fuente: registro fotográfico propio

Después

Es pertinente aclarar que esta etapa se desliga del espacio de trabajo en campo y por tanto no hubo acompañamiento del proceso como tal, sino que, dada las circunstancias propias de cada situación, se tuvo la posibilidad de un encuentro individual con cada participante y el cual estuvo enfocado a hablar su la experiencia del momento de parto y posparto y las ideas más comunes encontradas fueron:

La capacidad consciente y física que desarrollaron para enfrentar el parto y posparto, como manejo de la respiración, la meditación. Se hizo notorio, el autocuidado y reconocimiento del cuerpo, en el manejo y control propio sobre el quehacer del pos parto. El cuerpo es pensado en función del cuidado maternal hacia el nuevo ser, aquí se puedo hacer algunas recomendaciones

sobre la lactancia, cuidados en la alimentación materna lo cual seguiré una nueva etapa de aprendizaje sobre la crianza y el cuidado.

Figura 9*Remembrando y Celebrando La Vida*

Nota. La imagen alude al recuerdo y también a la alegría de saber que la propuesta se convirtió, en un escenario para crear lazos de confianza, la oportunidad para conocer desde la buena voluntad de las madres adolescentes, sus alegrías y pesares, su virtudes y fragilidades, pero sobre todo sus ganas de querer vivir la vida, acompañadas ahora de la mano de quien se forjó en su vientre y sus corazones.

Fuente: registro fotográfico propio.

Figura 10*La Labor Continua*

Nota. Por el amor propio que se merecen, la mano que se estrecha, la templanza que nos acobia y la virtud de ser mujer, la labor de resignificar la vida y los sueños, debe ser la constante para seguir forjando caminos de experiencia, que fortalezcan ese don mágico y único de la mujer de transformar la humanidad.

Fuente: registro fotográfico propio

Conclusiones

El comprender la maternidad más allá de una actividad propia del cuerpo de la mujer y como atribución al rol femenino, permitió a las participantes, un acercamiento preliminar hacia la resignificación de su existencia como mujeres y madres, entenderse sujetos gestantes, es decir, lograr comprender que el embarazo y la maternidad es una decisión, más no una condición que deber ser impuesta social y culturalmente.

La propuesta reafirma la importancia que tiene un acompañamiento adecuado a las adolescentes, que se dirija no solamente a los protocolos y cuidados médicos en su proceso gestacional, sino que también contemple las necesidades emocionales y psicológicas, que se consoliden en redes de apoyo, cuidado, afecto y consejería, que brinden seguridad y confianza a las adolescentes en sus procesos de gestación a temprana edad.

La propuesta pedagógica también permitió, dar una mirada a la maternidad a temprana edad, como un posible laboratorio experiencial para la construcción de un sujeto político, desde el dialogo de saberes, el cuerpo y los contextos sociales y culturales, de las adolescentes, que dé lugar a su vez a una mayor autonomía sobre su propio cuerpo, su sexualidad y de esta manera mayor planeación en la decisión de ser nuevamente o no madres.

Las actividades propuestas permitieron a las participantes un acto consiente sobre sus estados emocionales, permitieron inferir la capacidad de las practicantes para reconocerse como sujetos que se hacen en la experiencia.

La propuesta, permitió demostrar, como la experiencia posparto, representó para las participantes una nueva etapa, que las lleva a comprender la responsabilidad de asumir la maternidad como parte de su proyecto de vida, descubren que sus hijos al nacer, representan una motivación que les permite reconfigurarse como mujeres y madres.

A manera personal, el proyecto también permite reflexionar que la discusión sobre el embarazo adolescente, no solo debería remitirse a la prevención, la cual está dirigida en gran parte, sobre el cuerpo de la mujer, sino que también es necesario establecer estrategias pedagógicas, que permitan nuevos cambios, sociales y culturales, y enfatizan en una educación emocional, sexual y reproductiva, que tenga como objetivo que los adolescentes estén en la capacidad de tomar decisiones responsables, sobre sus cuerpos.

Se concluye, además, que a pesar de que el proyecto no se desarrolló de una manera continua como se esperaba, por las novedades que pudieron darse durante su desarrollo (inasistencia de las participantes por cuestiones económicas o controles médicos; la falta de un espacio adecuado y exclusivo para trabajar, cambios de horarios inesperados, entre otros), la propuesta permitió ser flexible en su reorganización, frente a las necesidades físicas y emocionales de las adolescentes y demás situaciones particulares que se presentaron. Esto demuestra que la educación comunitaria desde su enfoque popular logra llegar a los territorios y a sectores de población que viven diferentes tipos de privaciones económicas, sociales, culturales desde una mirada de transformación, reconociendo las múltiples capacidades, habilidades y posibilidades, construyendo posibilidades reales de transformación y generación de nuevas relaciones sociales. Esto como un camino en permanente construcción y desarrollo que seguramente dará lugar a que la propuesta de maternidades conscientes se fortalezca y pueda motivar nuevas dinámicas entre las jóvenes de nuestros territorios.

Lista de referencias

- Aguado G, (2018). La Pedagogía de los cuidados. Una mirada educativa que es urgente incorporar. País Vasco. Fundación InteRed.
- Alonso y Díaz (2002). Hacia una pedagogía de las experiencias de las mujeres. Madrid. Editorial Miño y Dávila
- Álvarez J, (2012). Otras Prácticas de Crianza en Algunas Culturas Étnicas de Colombia: Un Diálogo Intercultural. Universidad de San Buenaventura, Medellín. pp. 89-112
- Alcaldía Municipal de Soacha. Portal Web.
<http://alcaldiasoacha.gov.co/nuestra-alcaldia/soacha-le-informa/noticias/155-noticias-institucional/1496-soacha-logra-reduccion-de-embarazos-en-adolescentes>
- Balcázar P, (20013), Investigación cualitativa. Universidad Autónoma de México. Benavides G, (2006). El Cuidado Como Propuesta Pedagógica.
- Bernal, C. A. (2010). Metodología de la investigación. Colombia: Pearson.
- CONPES147.(2012)Lineamientos Para El Desarrollo De Una Estrategia Para La Prevención Del Embarazo En La Adolescencia y La Promoción de Proyectos de Vida para Los Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes en edades entre 6 y 19 años. Consejo Nacional de Política Económica y Social República de Colombia. Departamento Nacional de Planeación
- Chaux, E., Daza, B., y Vega, L. (2008). Las relaciones de cuidado en el aula y la institución educativa. Bogotá, Colombia: MEN - Colombia aprende
- De Beauvoir S, (1949) El Segundo Sexo. Edit. Siglo Veinte.
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística (2015). Nacimientos por área de ocurrencia y sexo, según grupos de edad de la madre, total nacional.
- Duran A, (1988). De puertas adentro. España. Instituto de la Mujer
- Esteban M, (20013) Antropología del Cuerpo Género, itinerarios corporales, identidad y cambio. Barcelona
- Bellaterra, F, C. (2006). Fecundidad Adolescente y Desigualdad en Colombia y la Región de América Latina y del Caribe, Reunión de Expertos sobre Población y Pobreza. CEPAL
- Foucault M, (2003). Vigilar y Castigar. Buenos Aires. Siglo XX Editores.
- Gallo L, (2006). El Ser Corporal en el Mundo Como Punto De Partida En La Fenomenología De

- La Existencia Corpórea. Universidad de Antioquia, Colombia, Pensamiento Educativo. Vol 38.pp.46-61
- Gilligan C, (2013). La Ética del Cuidado. Cuadernos de la Fundación Víctor Grífols i Lucas. I, E. (2001). Mujeres gestantes, madres en gestación. Metáforas de un cuerpo fronterizo. Universidad del País Vasco, Madrid. Política y Sociedad, 36 (pp. 97-111)
- Martínez A, (2004). La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas. Universidad de A Coruña. Papers 73, pp.127-152
- Maturana H, (1992). El sentido de lo humano. Santiago de Chile. Ediciones pedagógicas chilenas, s.a.
- Maturana H, (2203). Amor y juego. Santiago de Chile. Edt. JCSÁEZ
- Montoya O, (2001). Educación Reproductiva y Paternidad Responsable en Nicaragua. Comisión Económica para América Latina y el Caribe – CEPAL. Naciones Unidas
- Periódico Virtual Periodismo Público (2017). Recuperado en: <https://periodismopublico.com/Se-disparan-cifras-de-embarazo-en-adolescentes-de-Soacha>
- Planella J, (2015) Pedagogías de lo Sensible. Cuerpo, cultura y educación. Universidad de Barcelona
- Proceso de Evaluación de Necesidades en población Vulnerable, realizado por Organización de las Naciones Unidas en Colombia. Recogido en: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/42EE262F5FBFD7EFC12571B10031D7DB-ocha-col-soacha-30jun.pdf>
- Profamilia, Fundación PLAN (2018). Determinantes del embarazo en adolescentes en Colombia: Explicando las causas de las causas. Bogotá, D.C.
- Restrepo B. (2004). La investigación-acción educativa y la construcción de saber pedagógico. Bogotá. Universidad de la Sabana, Educación y Educadores Vol. 7. pp 45-55
- Ruiz D, (2019). Mundo Prenatal: Un Escenario de Posibilidades para el Educador Infantil. Bogotá, Universidad Pedagógica Nacional. Tesis de Grado
- Sáenz, M., Prieto, S., Moore, C., Cortés, L., Espitia, A. y Duarte, L. (2017). Género, cuerpo, poder y resistencia. Un diálogo crítico con Judith Butler. Estudios Políticos. Universidad de Antioquia, 50, pp. 82-99.
- Salgado A, (2007) Investigación Cualitativa: Diseños, Evaluación del rigor metodológico y

Retos. Perú. Universidad San Martín de Porras. pp. 71-78

Vásquez V, (2012), La educación para el cuidado. Hacia una nueva pedagogía. España. Edit. Bief

Zaragocin S, (s,f.). La geopolítica del útero: hacia una geopolítica feminista decolonial en espacios de muerte lenta. Ecuador, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales – FLACSO, Perspectivas Teórico-Políticas, pp. 81-93.

Anexos

Anexo 1. Diario de campo

①
Actividades: Primer Encuentro

- Este primer Encuentro tiene como objetivo conocer a los Participantes de las Actividades
- Hacer un esbozo general de la Pregunta y Presentación de la docente encargada.
- Conocer a los adolescentes, sus nombres, edad, que hacen y semáforos gestacionales.
- Coordinar horarios, Actividad de integración.

→ **Actividades no realizadas:**

Actividad de Integración: Teniendo Intencionalidades

Esta Actividad estaba prevista para 6 personas incluyendo la docente, a este primer acercamiento llegaron solo 3 personas.

Se dio la bienvenida para cuando estemos completas.

Si historia de vida que hablas de su embarazo joven y la necesidad de que su hijo no repita su historia, ni que se quede limitado por su bebé.

→ **observaciones o interpretación de las datos o hallazgos: (Percepción Personal)**

Quiero resaltar la importancia de las historias de vida y el valor que tienen para las experiencias de vida de los adolescentes, más que interpretar este tema, lo dejare como algo que debemos observar en algún momento de las sesiones con una pregunta por resolver.

- ¿Cuentan ellas las historias de vida de sus madres?
- ¿Que nos enseñan estas historias de vida?

→ **Impacto de la experiencia: (Sentir del Investigador)**

Después de esta primera sesión me he dado de la importancia de potenciar la voz de estas mujeres, de la necesidad que tienen de contar sus historias.

El proceso con la historia es la historia.

→ **Resultados o hallazgos más importantes:**

Una de las participantes de la presentación vino acompañada por su madre, es la más pequeña de todas las demás, tiene 14 años y quien responde de todas las preguntas que le hago es su mamá.

de esta primera Sesión participaron 3 gestantes, toqué datos básicos que necesitaba para evaluar después la pertinencia de las actividades planificadas para próximas sesiones.

Síntesis gestacionales eran el dato más importante. Para entrar cualquier actividad que ponga en riesgo la salud de cada una y sus bebés.

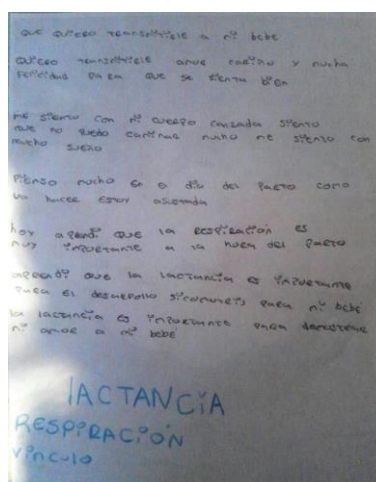
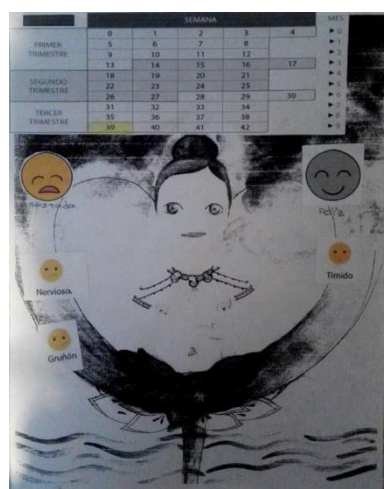
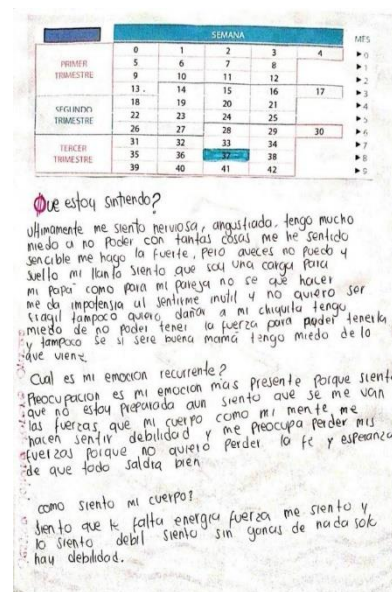
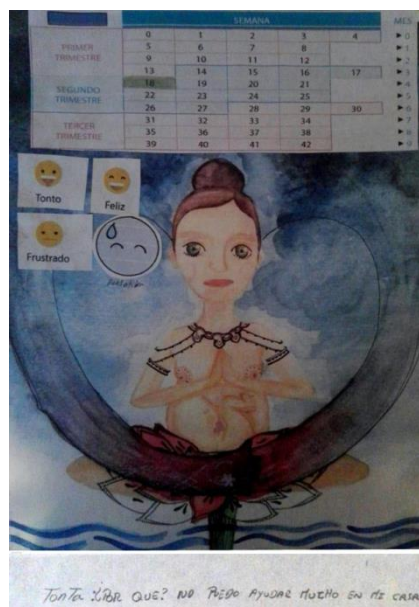
El dialogar datos tan básicos fue importante para ver algunas características y cosas que debo acompañar a potenciar.

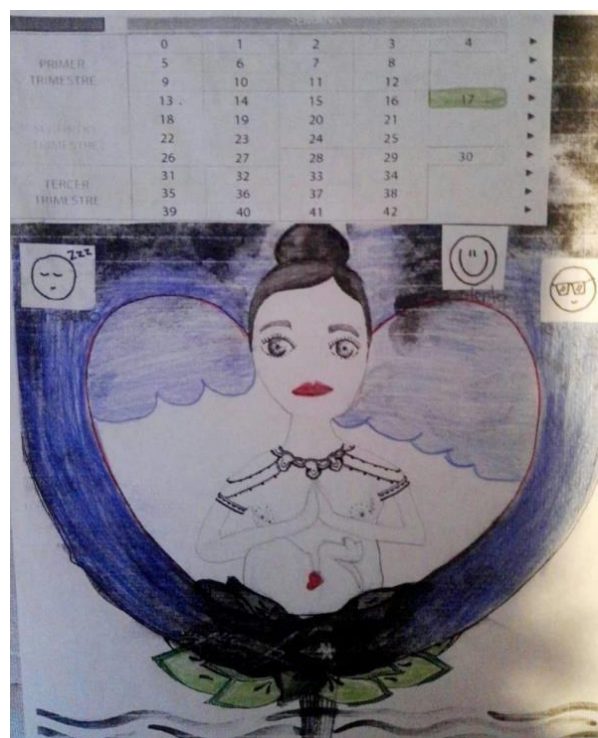
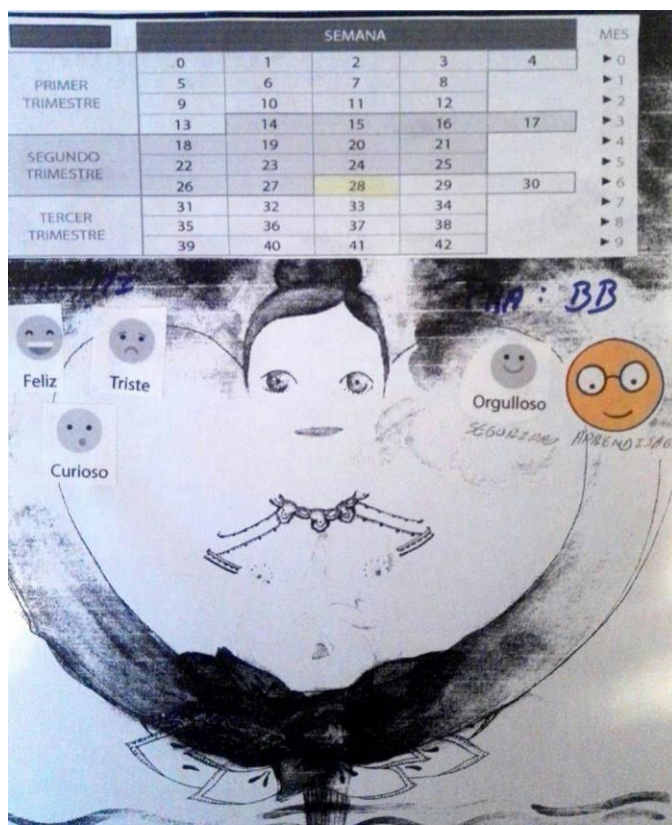
Como en el caso de Nicol de 14 años, potenciar su voz, seguridad y generarle un espacio de confianza para que siga participando de todo el proceso.

Al inicio de la actividad la mamá de Nicol mientras llegaban las demás gestantes, decidió contar su historia de vida, además de manifestar el apoyo a su hija para que siga sus estudios.

Intencionalidad Personal.

Anexo 2. Diarios gestacionales





MI CUERPO LO SIENTO UN POCO CANSADO. PERO PERO AGUATO CON EL DD.

ME E PERMITIDO ESTAR MÁS EN CONTACTO CON LA NIÑA Y PODER SENTIR COMO CRECE Y SUS MOVIMIENTOS.

ALEGRA PORQUE MI NIÑO LE GUSTA JUGAR CON LA DD Y MARCA SE QUE ELLA ESTÁ BIEN CONFORME SU DESARROLLO

HOY ME SENTI BIEN EN EL DORMITORIO Y TAMBIÉN ME SETE INCOMODA AL TENER QUE MALAR YORE Y SENTI QUE NO PODIA MALAR SOLO SENTI UNA COSA QUE ME IMPIDE MALAR.

Y ME GUSTO LA ULTIMA ACTIVIDAD NO SABIA QUE HAYERIRSE ERA TAN IMPORTANTE.

YANSHI MA YELI GOMEZ VERO

en esta semana me senti tranquila y relajada por que no tengo ninguna complicación

1 que siento
tranquilla

2 que me pide mi cuerpo
me pide relajación y descanso

3 que de seo

de seo, esta bien de salud y que toda mi familia este bien

4 que emocio

me siento con ganas de conocer todo a cerca de mi cuerpo y aprender de todas las partes que hay dentro de mi

Anexo 3. Cartografía corporal



Anexo 5.

Formato de antecedentes y consentimiento

Te damos la bienvenida, a este espacio que hemos bautizado “educación para las nuevas maternidades”. Esperamos que el espacio propuesto:

- 1.** Te ayude a tomar decisiones informadas y conscientes, reconozcas la importancia de poner en dialogo los saberes científicos, ancestrales y propios, que te otorgan la capacidad de conectar y expresar tus necesidades y velar por tus derechos.
- 2.** Te Posibilite la siembra de una nueva relación contigo misma y tu cuerpo, brindándote espacios de reflexión, auto observación y escucha que te permita conectar con tu poder interior de mujer que transita el rito de iniciación del ser madre. Sirviendo este como andamiaje para reconocerte valiosa y capaz.
- 3.** Te haga sentir acogida, respetada y segura de tal manera que puedas compartir tus experiencias. Creemos que la de gestación y maternidad son procesos que deben ser acompañados, sostenidos y compartidos, ya que esto enriquecen la experiencia para las nuevas maternidades.
- 4.** Te ofrezca herramientas para tejer vínculos entre tú y tu bebé. Comprendiendo que el vincular es un proceso afectivo complejo que requiere ser construido, cuidado y sanado, a partir de tu historia; que necesita tiempos, espacios y lenguajes propios del afecto, que tú y tu hija/o van creando.

Consta de 9 sesiones cada una de 3 horas, en donde exploraremos ser una mujer adolescente que transita la maternidad con el trabajo corporal, el arte y el yoga. Nos veremos los __de a __en _____. Si deseas expresar alguna inconformidad o simplemente comunicarte con nosotros nuestros números son: 3194422305

Tu participación en este espacio es libre y en cualquier momento puedes decidir no seguir en el, además te recordamos que por tu participación no recibirás ningún tipo de beneficio económico o material.

Lo que compartas en las sesiones y la información dada en este formato serán confidenciales y solo serán usadas para brindarte a ti y tus compañeras encuentros más adecuados a tus necesidades y realidades. Ya que la práctica de yoga tiene un nivel de riesgo mínimo, y buscamos que este espacio sea seguro para ti y tu bebé, nos gustaría completar la siguiente información. Para cuidarte mejor.