

# VOCES DE LA VALENTÍA: MUJERES EN PRIMER PLANO



**Voces de la valentía: Mujeres en primer plano** es una publicación de Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca A.C.

Ana María Hernández Cárdenas  
Yesica Sánchez Maya  
Pilar Muriedas Juárez

### **Equipo Directivo**

Nallely Guadalupe Tello Méndez  
Cinthia Guadalupe Pacheco Moo

### **Redacción**

Ana María Hernández Cárdenas

### **Edición**

Arely Sarai Martínez Domínguez  
Cinthia Pacheco Moo  
Edna Monserrat Pérez Pérez  
René Torres Vásquez

### **Fotografía**

## **Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca A.C.**

Dirección: Pensamientos No. 104,  
Col. Reforma, Oaxaca, México. C.P. 68000  
Teléfono: (01 951) 132 89 96  
<http://www.consorciooaxaca.org.mx>

Opiniones, comentarios y sugerencias:  
[contacto@consorciooaxaca.org.mx](mailto:contacto@consorciooaxaca.org.mx)  
Se permite la reproducción total y parcial de  
este documento siempre y cuando se cite la  
fuente.

Septiembre, 2021





*Somos medicina, mujeres medicina,  
cantando y danzando despertando en esta vida.  
Crecemos siendo niñas, sabias abuelitas,  
mujeres creadoras, poderosas sanadoras.  
Corre nuestra sangre, entrando en la madre  
nutriendo las raíces, floreciendo en nuestro arte.  
Benditos úteros portales de la vida ,  
sanen el linaje y la historia ya vivida.  
Divina madre creadora abre el corazón,  
enseña el servicio del amor y compasión.  
Que el sagrado femenino guíe nuestro camino  
con confianza y entrega hacia nuestro destino.  
Reconociendo a mis hermanas compartiendo la misión,  
elevando nuestras fuerzas y honrando quien soy  
Somos medicina, sagrada medicina,  
cantando y danzando despertando en esta vida “*

*Sagrado Femenino  
(Letra: Loli Cósmica)*

# EDITORIAL

**H**an pasado muchos meses, más de los que hubiéramos imaginado, desde que inició la pandemia de la Covid 19 que en Oaxaca, tan solo en el primer año dejó 3 mil 56 fallecimientos<sup>1</sup> y en todo México más de 200 mil vidas extinguidas.<sup>2</sup>

A todas las personas la existencia de este virus nos ha cambiado la vida. Nos mostró nuestra fragilidad y la interdependencia que tenemos con la naturaleza. No obstante, queremos señalar algunos de los impactos que ha tenido en la vida de las mujeres en nuestro contexto:

“[...] antes de la pandemia, las madres eran el cuidador principal de niños en el 60% de los hogares, y durante la pandemia ha aumentado a casi 80%. Esto sin contar que el número de horas de cuidado que requiere la población infantil por parte de la familia ha incrementado sustancialmente desde que no contamos con escuelas ni centros de desarrollo infantil. Como efecto secundario, las repercusiones en el avance laboral de la mujer han sido catastróficas: 7 de cada 10 desempleos generados por la pandemia son de mujeres, según datos del Inegi.”<sup>3</sup>

El incremento de la violencia también ha sido considerable. La Red Nacional de Refugios, AC. (RNR) afirmó que: “a cuatro meses del confinamiento, la violencia contra mujeres, niñas, niños y adolescentes se ha incrementado 81%, respecto al mismo periodo de 2019”.<sup>4</sup>

Aunado a esto, también es verdad que las mujeres han jugado un papel central en la atención a personas que han tenido Covid:

“En México, 70% del personal médico son mujeres, quienes trabajan con un sistema de salud ineficiente y precario.

Ahora enfrentan la emergencia sanitaria por Covid-19 en nuestro país, con jornadas más largas, con menos manos, insumos escasos o de poca calidad, llevándolas a tener un agotamiento físico y mental más grande, sumado a la discriminación fuera de sus centros de trabajo”.<sup>5</sup>

Además de este personal es fundamental nombrar a quienes en las comunidades han puesto su trabajo incansable y los saberes que les heredaron sus ancestras y ancestros para salvar la vida de decenas de personas ante la crisis de un sistema de salud que no garantizó las instalaciones, los insumos ni el personal médico necesario. Esas personas son los y las curanderas, personas sabias de sus comunidades, depositarias de saberes milenarios.

Ese es el objetivo de este número de “Voces de la valentía. Mujeres en primer plano”. Visibilizar y agradecer el trabajo de muchas mujeres que han estado en la primera línea de atención ante un virus que nos mostró que el modelo de vida neoliberal y consumista que tenemos debe modificarse, que tenemos una oportunidad de generar y aprender otras formas y modos de convivencia que fortalezcan las redes de solidaridad y apoyo mutuo. Las historias de Diana y Sara son apenas una muestra de muchas otras experiencias de fortaleza, dignidad y amor que se desarrollaron en todas partes -casa, escuela, hospitales, comunidad, calles-

En los próximos años sabremos de infinidad de gestos y actos de valentía alrededor de este tiempo pandémico que nos recordarán que en lo más profundo de nuestro corazón nos sabemos hermanas, nos sabemos necesitadas y apoyadas en el hombro de las otras. Gracias a todas a todas y cada una de las mujeres que siguen haciendo posible la vida desde el lugar en el que les ha tocado estar.

1. <https://oaxaca.eluniversal.com.mx/sociedad/en-un-ano-de-pandemia-han-muerto-3-mil-56-oaxaqueños-y-mas-de-38-mil-se-han-recuperado>

2. <https://www.animalpolitico.com/2021/03/mexico-200-mil-muertes-covid-19/>

3. <https://educacion.nexos.com.mx/la-incertidumbre-sobre-la-escuela-presencial/>

4. <https://www.animalpolitico.com/2020/07/violencia-mujeres-hijos-aumenta-pandemia-refugios/>

5. <https://www.forbes.com.mx/noticias-con-un-sueldo-precario-y-jornadas-largas-las-mujeres-del-sector-salud-enfrentan-la-pandemia/>

## LA LECTURA DEL MAÍZ Y OTROS SABERES ANCESTRALES PARA HACER FRENTE A LA PANDEMIA<sup>6</sup>

*Por: Nallely Guadalupe Tello Méndez*

**M**i nombre es Enimia Diana Pérez Gutiérrez, soy *ayuukjääy* -gente del idioma florido- originaria de Santa María Tlahuilottepec, un lugar que es muy conocido por su música y la mística que en forma de neblina envuelve nuestras montañas. Hace frío aquí pero es nuestra tierra y la de nuestros ancestros y ancestras, la de Kondoy, nuestro rey, que peleó por nuestro pueblo y nos mira y protege desde el Zempoaltépetl, nuestro cerro sagrado.

*Es verdad, el clima es frío pero la mirada de Diana es un bracero ardiente frente al que me siento con la certeza de que estando ahí nada puede salir mal. Su cabello largo transmite la fuerza de la montaña y el tejido de su blusa cuenta sobre el viento, los caminos, las flores del magueyo o el sol. Su serenidad parece*

*tener control sobre el ambiente y al mismo tiempo su palabra es como un canto de pájaros que dan la bienvenida a la mañana. Se nota que ha atravesado el dolor y ha salido fortalecida de ahí.*

Soy parte de una familia de mujeres sanadoras, con saberes diferentes pero puestos todos al servicio de nuestra comunidad. En Tlahui soy “*xëmaapyë*”, es de-



6. La charla con Enimia Diana Pérez Gutiérrez que da origen a este texto fue realizada el 29 de mayo de 2021.

## MUJERES MEDICINA

cir, curandera y veo la suerte o destino de cada persona leyendo el maíz. Es un don que tengo de nacimiento y que me heredaron mis antepasados, pero fue a los 13 años que empecé a darme cuenta de esto porque veía números y a otro abuelito que me decía cómo contar, cómo reconocer el maíz, qué número me tocaba a mí y así; pero cuando cumplí 23 años tuve visiones sobre el futuro y la verdad me dio miedo, yo no lo quería aceptar porque también implica hablar de la enfermedad, de la muerte y acá, a casi dos horas de la ciudad de Oaxaca, no hay buenos hospitales para atenderse y yo no sabía ni quería dar esas noticias.

Como no aceptaba mi don, enfermé. Estuve tres años en cama y me hacían estudios y no encontraban nada, ninguna enfermedad pero yo sabía qué era, porque yo veía a un abuelito que me decía que si yo no aceptaba a la curación me iba a llevar y no me daría familia. Tendría esposo pero no hijos. Le recé mucho al Creador para que me diera descendencia y tuve dos pequeños con una enfermedad que se llama metahe-moglobinemia que ocasiona parálisis cerebral. El primero falleció cuando tenía ocho años y el segundo tiene ahora doce. Los médicos -cardiologos, neurólogos, especialistas- se sorprenden de que siga vivo porque

con ese mal el promedio de vida es de tres años y gracias a las ofrendas que le hemos hecho al rey Kondoy nos ha permitido tenerle muchos años más.

No entendía por qué el Señor me mandaba esta prueba si se suponía que yo iba a curar a la gente pero ahora sé que es una prueba de paciencia y de humildad para saber si yo iba a poder encaminar a las personas y para aprender que a la vida no la puedes manejar como tú quieres. A



veces uno es muy soberbio y piensa que puede hacer las cosas a su antojo pero las energías están más allá de nosotros, aunque no las veamos o las podamos entender, existen y van tejiendo nuestra vida, somos apenas un hilo más de un tejido superior que se extiende a través de los tiempos.

*Ofrendamos mezcal frente a su altar. Diana me cuenta cómo ha tenido que caminar para encontrar sus propias herramientas de sanación, para conectarse con el rayo y con el ojo de agua, para controlar su miedo y su fuerza.*

*Lanza mi primera lectura del maíz. Uno arremete contra otro pero éste se mantiene en pie: eres fuerte, me dice. Podrás con la adversidad.*

*Doy positivo a Covid semanas después.*

### **Pandemia**

Aquí, en Tlahui, cuando alguien se enferma acude al curandero a sus limpias, a que le lean el maíz, a curarse de espanto, sigue siendo nuestra tradición ofrendar a la madre tierra, subimos al Zempoaltépetl, nuestro cerro sagrado, a agradecer la vida y a pedir por ella. Si alguien está enfermo decimos que es porque su nahual está dañado, su nahual está débil y si se ayuda al nahual la persona puede recuperarse.

Cuando me enteré de la pandemia, dudé un poco y decidí preguntarle al maíz si era verdadera esta enfer-

medad y salió que sí pero es porque los mismos hombres la hicieron por no respetar la naturaleza, porque piensan que la pueden dominar. Todo lo del Covid se puede quitar, se puede curar ofrendando como hemos hecho en mi comunidad.

Aquí, cuando todo esto empezó cerraron la mayoría de los consultorios porque también las y los médicos tenían miedo de contagiarse, solo una doctora se mantuvo atendiendo pero no podía con tanta gente así que empezaron a venirse para acá, conmigo.

Al principio también me dio miedo contagiarme, por mi, por mi niño con parálisis, por el resto de mi familia y por la gente del pueblo, porque si yo me enfermaba a dónde iban a ir. La primera persona que vino fue una autoridad, el regidor de salud. Decía que se iba a morir porque es diabético e hipertenso, yo tiré el maíz, su suerte salió que iba a vivir y entonces le dije: “*tu suerte sale que si vas a curarte, entonces hay que ofrendar*”. Yo lo saumé con el carbón de la leña y hoja de tabaco para elevar su alma y que la enfermedad se fuera. Además tomó el agua de tizne, de carbón se podría decir, y con eso se sintió más relajado y pudo respirar mejor. La gente le preguntaba cómo se había curado y él les decía que conmigo.

Atendí, en el primer año de la pandemia, a más de 82 pacientes con Covid presencialmente aunque también a otras personas les dí remedios por teléfono (agua de

dalia, hoja de sauco, hoja santa, hoja de higuera), con el compromiso de que en cuanto pudieran subieran al cerro a ofrendar y así, conforme la gente se ha ido curando han llevado sus ofrendas porque no es un compromiso conmigo sino con las energías de la madre tierra que nos ayuda a sanar, cumplir con eso es también ayudar a otros a sentirse mejor porque entonces correspondemos las bondades de la naturaleza, de nuestro rey Kondoy y de lo que nos permite la existencia.

*Diana ¿en qué hilo encuentras la fortaleza necesaria para no rendirte? ¿En la trama de mi propio bordado, de las sudoraciones nocturnas, de la tos y la fiebre podré encontrar también un hilo firme para sostenerme? ¿Podrá la gente que ha perdido un familiar, que está enferma o que va a enfermar compartir alguno de tus colores? Abrázanos, Diana, que el vuelo de tu larga falda floreada cobije nuestro espíritu.*

### El Covid alcanza a mi familia

Fue muy difícil cuando el Covid le dio a mi familia, le dio a cinco integrantes, entre ellos a mi mamá y, la verdad, no es lo mismo atender a otra gente que a la de tu propia sangre. No quería que ellas sufrieran, que les faltara el aire, que tuvieran sensación de ahogo, que sintieran que perdían el alma. Dudaba de mis re-

medios, quería que fueran más rápidos, más efectivos pero todo tiene su tiempo y hay que esperar.

Pensé que me iba a tumbar la situación pero tuve que sacar fuerzas y me dije “*así como pude con las demás personas, tengo que poder con mi familia*”. Yo tenía un nudo en la garganta, no podía ni quería comer, sentía que mi cuerpo no recibía el alimento de la preocupación porque, además, cuando se enteraron que mi familia tenía Covid los colectivos ya no querían hacerme viajes, me sentí discriminada y ánicamente eso duele pero no podía quedarme llorando porque tenía que subir al centro a comprar, desinfectar y preparar la comida para todos. Así estuve un mes y fue muy difícil porque como ya dije, acá no hay hospitales y de pronto alguien amanecía mal, tenía más fiebre, les faltaba la respiración o no encontraba los medicamentos y yo debía reforzar la ofrenda para los abuelitos en el cerro para que, por favor, la enfermedad no se llevara a nadie de mi familia.

Tuve que aislarme en un cuarto porque estaba en contacto con personas con Covid y qué tal que le daba a mi hijito y quizá él no sobreviviría, así que mi esposo se hizo cargo de darle de comer, bañarlo y todo para yo poder atender a mi familia y a las demás personas. Yo no podía parar porque venía la gente y me decía “*mi familiar tiene Covid está apunto de fallecer, ayúdenos con la ofrenda*” y esa es mi misión de servicio, ayudar a las demás personas. En un tiempo así no te





escondes sino que tienes que fortalecerte para honrar el don que tienes y fue lo que hice, animarme para dar la cara en este momento tan difícil.

Me siento privilegiada de ser de Tlahuilottepec porque contamos con muchas plantas medicinales; mi mamá también es curandera pero en plan de huesera y partera, entonces ella nos enseñó con qué plantas curar, todavía tenemos ese conocimiento y ahorita con la pandemia utilizamos la hoja de higuera y el agua de

la flor de dalia, té de ajo, té de hierba maestra, hierba dulce, todo, hasta con la ruda estuvimos curando. Con eso, la ofrenda y la tirada de maíz salimos adelante, hasta ahora.

*Creo en el poder sanador de las plantas y de las mujeres. Diana va y viene por su casa, atiende a los nuevos enfermos, hay un repunte de contagios muy alto en Tlahuilottepec. Las autoridades anuncian el cierre de la comunidad, nuevamente. Diana atiende llamadas hasta la media noche, le pregunta al maíz sobre el destino de cada persona que la busca, consigue ofrendas, busca plantas medicinales, prevé el desabasto, no duerme.*

*Yo estoy en casa, mi cuerpo se siente profundamente agotado, tengo varios días con insomnio y sin hambre, escribir tres líneas me cuesta mucho trabajo y no puedo decir dos palabras sin toser.*

*Ambas necesitamos descansar pero ninguna puede. Dos mujeres que se acompañan, cada una en su trinchera.*

### Los aprendizajes

Aun falta para que termine todo lo del Covid y pronto vendrán otras pandemias más, por eso quisiera juntar a todos los curanderos porque es necesario hablar de cómo la ha pasado uno, cómo le hizo el otro. Ahorita no he tenido oportunidad de comentar con otras cu-

randeras, porque todo el día estoy con la gente y no me da tiempo de salir, pero sí me gustaría preguntar cómo le fue a cada quien y también cómo podemos hacer para que este mal ya no avance. Solos no vamos a poder, es muy fuerte la energía de la destrucción y de la muerte y tenemos que compartir nuestros saberes y unir nuestras energías para dar la lucha por la vida.

Dentro de todo, creo que tuve la fortuna de que está enfermedad llegara ahora, a mis 40 años porque aun tengo fuerzas para enfrentarla, muchos otros curanderos me mandaban gente a la que le decían: *“vayan con ella porque es la que los va cuidar porque nosotros ya no tenemos la misma energía que antes”* y para hacerle frente a este momento se necesitaba mucha fuerza y ser positiva.

Veo que la gente que se ha curado valora más su vida; algunas personas que atendí por teléfono vienen y me agradecen. Traen un poquito de maíz, de cilantro, un poquito de esto o de aquello; el esposo de una alfarera estuvo muy enfermo como por dos meses pero logró curarse y ella me trajo una ollita muy bonita para mí, para agradecer.

Quizá tuvo que llegar este tiempo para que revaloráramos muchas cosas, lo que nos enseñaron nuestros antepasados, nuestra familia, nuestra comunidad, nuestra vida. Yo veo que la gente está cambiando su forma de ser, ojalá así sea porque vienen tiempos aun

más difíciles, pero si logramos ese cambio los podremos enfrentar.

Yo misma he tenido que cambiar, reconocer mis saberes, conectarme aun más con las energías, enfrentar mis miedos, darme valor para sacar fuerzas y enfrentar este momento. Son tiempos en los que estamos siendo llevados al límite de nuestras posibilidades pero siempre hay otra persona que nos necesita, que nos motiva, que nos anima a sacar lo mejor de nosotras para apostar por la energía de la vida, tenemos que tejernos ahí, poner nuestros hilos y colores para resistir este tiempo y salir fortalecidas de él porque vendrán otros y lo que hayamos aprendido de este momento será fundamental para continuar nuestros pasos en el tiempo como humanidad, como pueblos.

*Diana: hace frio cada mañana de estos días, pero recuerdo la taza de café caliente que me ofreciste al llegar, el vapor descongeló mis manos ¿crees que pronto podamos ver el lucero que anuncie el amanecer? Es difícil porque hay neblina, mucha, pero el viento sopla y la montaña va a escampar. Tú lo sabes mejor que yo. Atravesaremos este ancho rio de dolor para volvernos a encontrar. Ha sido así antes y lo será pronto*

*¡Nos abrazaremos en el puente!*

*¡Hasta entonces!*

## ¡YO NACÍ PARA ESTO!

### LA HISTORIA DE UNA ENFERMERA EN TIEMPOS DE COVID 19

*Por: Cinthia Guadalupe Pacheco Moo*

**A**relly Saraí Martínez Domínguez, es una mujer joven de apenas 30 años. Su familia es originaria de San Juan Yaeé en la Sierra Norte aunque llevan años viviendo en la ciudad de Oaxaca de Juárez. Tiene una hija pequeña que la acompañó en la entrevista.

Ella está muy orgullosa de la profesión que eligió, al escuchar su historia considero que su vocación es un llamado de la sangre, un diálogo interno con sus ancestras, ya que me compartió que tuvo una abuela curandera:

*“A mí, desde pequeña me ha gustado mucho el trato directo con las personas, tengo una abuela que se dedicaba a ser como curandera en su localidad, desde ahí me empezó a llamar la atención todo lo que tiene que ver con la atención médica. Me gusta más enfermería porque tienen un trato más directo con el paciente a comparación con otras áreas de salud, como lo es la medicina, por ejemplo, entonces nosotras nos dedicamos más al cuidado de la persona, en su persona, familia y comunidad, y pues fue así como dije: “yo tengo que ser enfermera”, es algo que me gusta mucho y me apasiona”.*



Con esa claridad, emprendió sus estudios en la Universidad de la Sierra Sur que está en Miahuatlán, y se graduó en el 2014. Desde entonces está ejerciendo como enfermera, y ha trabajado en primer nivel de atención, en hospitales particulares, cuidado a domicilio y ahora en segundo nivel de atención.

Me explicó, qué significa estos niveles de atención:



*“El primer nivel de atención, es prevención y promoción de la salud, es lo que hacemos en los centros de salud, dar consulta, orientación, vacunación, todo enfocado a prevención de enfermedades y control de enfermedades crónicas. El segundo nivel, ya es un ámbito hospitalario en donde se diagnostica, se hacen estudios de laboratorio y se da tratamiento especializado, y el tercer nivel ya son hospitales más grandes con especialidades específicas”.*

### Quando la Covid llegó...

Sara, como le dicen de cariño, tenía un año trabajando en el hospital de Bahías Huatulco, vivía sola ahí ya que su familia se encuentra en la capital de Oaxaca, y su hijita estaba con su mamá ya que no se adaptó al clima, por lo que viajaba seguido para verla. Estaba en ese hospital, cuando le avisaron de un nuevo virus que comenzaba a tener presencia en el país.

*“Fue una situación un poco alarmante porque era algo que no conocíamos, realmente desde la última enfermedad que tuvimos, que no fue una pandemia como tal, fue la influenza y eso fue más o menos en el 2010; entonces ya tenía bastante tiempo de que hubiera un caso que requerirá medidas sanitarias específicas.”*

Mientras que parte de la población fue renuente a las medidas para prevenir el contagio por la Covid e incluso se escuchaba decir que no era cierta la pan-

demia, para Sara no había cabida al escepticismo, el trabajo ameritaba prepararse aunque sí reconoce que tenía mucha incertidumbre y preocupación.

*“Si dan alarma sanitaria pues nos empiezan a boletinar cuáles son las medidas de prevención, cuáles son los primeros síntomas, todo ese tipo de cosas; lo que sí, es que a mí me asustaba y me angustiaba un poco porque nuestro país es tercer mundista, y en cuestiones de salud estamos con muchas deficiencias, en cuanto al equipo. A veces no tenemos suficientes insumos, por ejemplo, para poner medicamentos o no tenemos los medicamentos necesarios, y pues todo lo que veíamos en las noticias eran los equipos de protección que se ocupaban. A mí me generaba incertidumbre sí nos iban a poder dar todo ese material necesario para la protección de nosotras.”*

Con voz nerviosa, recordó que en marzo del 2020 llegaron los primeros casos al hospital, pero fue hasta el mes de abril cuando le ofrecieron ser enfermera en primera línea de atención y tuvo que tomar la decisión de estar o no:

*“Fue como una revolución porque era algo nuevo, todos estábamos asustados, entonces me acuerdo que fué el 10 de abril más o menos cuando me habla mi jefa y me dice -oye es que estamos buscando personal que esté en la primera línea, no todas las compañeras quieren y en tu turno ya preguntamos a todos y nadie quiere estar.- Y yo también no quería estar, pues tengo una nena peque-*

*ña, tengo familia que depende de mí y era una situación que sí me generaba conflicto, pero mi interior decía -yo nací para esto o sea estudié situaciones así, entonces es mi deber hacerlo-, en ese momento*

*dije- “Pues si es necesario jefa pues yo puedo brindar la atención que se requiere en este momento-, incluso hasta tiempo antes yo ya había empezado a comprar mi equipo personal, lo que es la mascarilla con mis filtros y mis botas por cualquier cosa, todo el material ya lo tenía”.*

Así de decidida Sara comenzó la lucha contra la Covid en primera línea de atención. Cabe mencionar que para esto, ella estaba en la categoría de enfermera general y subió de nivel a enfermera especialista, a pesar de que no hubo capacitaciones ni tiempo para un proceso de formación sobre cuidados y atención a la nueva enfermedad. La capacitación que recibió fue cómo usar el equipo de protección por otras personas que nunca en su vida lo habían utilizado.



Imagino que fue meterse a un cuarto oscuro donde sus conocimientos, intuición y sensibilidad fueron la luz que le permitió moverse y atender a las y los pacientes. En cuestión de días atendió a su primer paciente por Covid, incluso antes de que su contrato iniciara, por lo que tenía la posibilidad de no dar atención pero consideró: “*sí me toca a mí pues de una vez, porque da lo mismo si empiezo unos días después*”.

La escena que me relató traspasa la ficción de las series o de lo que una puede imaginarse con sólo ver las noticias, el hospital era pequeño, confirmaron el primer caso y se improvisó un área Covid:

*“Se puso ahí una como área, desocuparon todo el espacio. Me puse mi equipo de protección personal con todo el miedo que eso implicaba, y estaba mi compañera de la mañana, la veo y la expresión de nuestros ojitos de ¿y ahora qué haces?. Cuando se abre el área Covid no puede entrar todo el equipo que es para atender a una persona, en ese momento solo estábamos el personal de enfermería. El médico ya había salido y para que entrará mi doctora se iba a tardar, entonces entramos y en eso estábamos, el enlace en turno, cuando nuestra paciente cae en paro<sup>7</sup>. Nosotras casi no teníamos pacien-*

*tes graves, nos quedamos de y ahora ¿qué hacemos?... pues lo que tenemos que hacer, nos organizamos entre nosotras dos. Para atender un paciente en paro, por normas, debemos estar por lo menos seis compañeros y en ese momento estábamos ella y yo, además no sabíamos el protocolo en pacientes Covid. Hicimos realmente lo que pudimos. Por fin la doctora que tocaba en mi turno llegó, ella es una magnífica doctora en todos los sentidos, también era nueva, en todo, porque era nueva en el hospital, es internista; en esos momentos le decía cómo estaba nuestra paciente, ya llevamos dos ciclos de RCP<sup>8</sup> y no reacciona. Desde afuera nos estuvo dando instrucciones. Entonces sí fue muy caótico, totalmente perdidas. No sabíamos bien cómo trabajar porque los protocolos son totalmente diferentes. Se hizo lo que se pudo, desafortunadamente nuestra paciente falleció, pero pues ahí fue nuestro primer momento que empezamos a enfrentar este tipo de situaciones.”*

Como podrán imaginarse, a Sara la vida le cambió a partir de la pandemia, tanto en lo laboral como personal.

*“Soy madre soltera, en esos momentos mi hijita estaba por cumplir los tres años, entonces estaba chiquita y an-*

7. El paro cardíaco ocurre cuando el corazón repentinamente deja de latir. Cuando esto sucede, el suministro de sangre al cerebro y al resto del cuerpo también se detiene. El paro cardíaco es una emergencia médica. De no tratarse en unos cuantos minutos, generalmente provoca la muerte.

8. RCP significa reanimación cardiopulmonar. Es un procedimiento de emergencia para salvar vidas que se realiza cuando alguien ha dejado de respirar o el corazón ha cesado de palpar.



*tes trataba de venir cada quince días o cada semana a verla. Cuando acepté el trabajo en la primera línea de atención, hablé con mi familia, les dije: “¿saben qué? Es que ya no voy a estar viajando, porque ahorita ya me metí al área Covid y el riesgo que implica viajar y más aún se incrementa porque ya estoy en el área y no quiero contagiarlos”. Fueron como seis meses que no pude ver a mi familia, y estuve aislada ahí en Bahías. Cuando te*

*digo aislada, es ¡aislada! vivía yo en un departamento, salía del trabajo y me mantenía en mi cuarto, solamente en mi cuarto.”*

El aislamiento también estuvo en su vida laboral. El “covitario”, donde estaban las personas enfermas estaba al margen de otras áreas, en esa misma zona había un espacio para ponerse el equipo de protección, y otro donde era una salita de descanso, ahí se aseaban, les llevaban la comida porque no les dejaban ir al comedor del hospital ya que existía miedo al contagio.

Día a día se enfrentaba con la enfermedad de la Covid. En el pico máximo de contagios eran dos enfermeras por turno para doce pacientes, me compartió que en el ámbito hospitalario eran pocas personas al ser un hospital pequeño y también porque muchas personas no se atendían por miedo.

Enfrentarse a la muerte por Covid fue otro de los aspectos más difíciles para Sara. Este virus era diferente a otras enfermedades porque las personas enfermas están solas y lejos de sus familias, por lo que ellas como enfermeras eran sus cuidadoras directas, les bañaban, les alimentaban, les platicaban.

*“Fue difícil, en ese momento, porque te sentabas a un lado de su cama, los alimentabas, platicabas con ellos, tomabas su mano, porque era todo lo que podías hacer, por lo que su familia estaba fuera, es conocido que*

*también cuando están deprimidos o están tristes o están estresados empeoran, y una debe hacer lo mejor para su paciente. Dolía ver cómo un paciente que ingresó más o menos estable, con el que platicaste, del que cuidaste, te enteraste de toda su vida, fuiste parte de él... al siguiente día llegas y te lo encuentras en el área en donde están los pacientes ya para intubarlos, que ya están más delicados. O el momento en que sus familias mandan*



*sus cartas para despedirse y tú le tienes que leer, o hacer la videollamada... esas cosas, sí eran muy difíciles.”*

Muchas compañeras le habían dicho a Sara “no llores porque hoy se va una persona, luego se va otra y no puedes estar llorando a cada rato”. Con voz entrecortada, me dice que espera “nunca perder esa sensibilidad con las personas” porque a pesar de que le den esas recomendaciones cree firmemente en que la muerte de sus pacientes no puede pasar desapercibido para ella y más cuando formó parte de sus últimos momentos de vida, además en esta pandemia, el llorar es necesario e incluso colectivo.

*En una ocasión, un paciente que estuvo en el hospital casi un mes internado, era conocidísimo, era una persona muy amable, yo socialicé mucho con él, echábamos relajo. Entonces, un día ese paciente cae en paro, estaba el internista, el que es de urgencias, y el anestesiólogo que hace el proceso de intubación. Estábamos en el proceso y las máquinas no funcionaron, el ventilador no se podía programar, pero nuestro paciente no tenía ninguna mejoría, la máquina jamás funcionó. Me acuerdo en ese momento estaba el camillero y el de intendencia, hay algo que nosotros le llamamos “con el ambu” que hacemos como la función del pulmón con nuestra manita. El médico se cansa, así que todos estábamos participando, lo había hecho yo, el camillero, el de intendencia, y cuando ya dejó de tener pulso, todos nos quedamos...en silencio... sorprendidos, y fue una*



*situación realmente muy difícil porque todos estábamos llorando. Queríamos que viviera.*

Esta energía de muerte impactó en el personal de salud ya que presentaron trastornos de ansiedad y el síndrome de burnout, que en pocas palabras es el desgaste al límite de las personas cuidadoras. En el hospital de Sara se incorporó una psicóloga para brindar atención a las personas enfermas, pero apoyó también al personal, ofrecía terapia psicológica y les escuchó, por lo que fue muy importante el acompañamiento que recibió de su parte.

En esta batalla campal para salvar las vidas de las personas, otro aspecto fundamental fue el trabajo en equipo. Sara me contó una peculiaridad: su equipo era principalmente integrado por mujeres. Este aspecto la hizo sentirse acompañada, inspirada y capaz de hacerle frente a la Covid.

*“Se dice que las mujeres somos el sexo débil, pero ver a mis compañeras ahí empoderadas, movilizandopacientes. Una vez, el camillero estaba atendiendo afuera porque luego dejaban hasta el final los movimientos de Covid, y mi compañera decía “pues vamos a moverlo nosotras, ¿qué tanto puede pasar?”, y empezábamos a movilizarlo y ya veían las otras que estábamos batallando y venía la de intendencia, la psicóloga, la doctora. Todas trabajando en equipo. Para mí también ver a la internista, buena doctora, tomando decisiones sin te-*

*nerle miedo a nada, eso a mí me dejó decir “podemos con esto”. En ese momento casi todas la del equipo eran mujeres.”*

### Discriminación al personal de salud

No puedo dejar de mencionar que mientras Sara luchaba por salvar vidas, también hacía frente a la discriminación y ataques que había en contra del personal de salud.

El primer momento que vivió, fue cuando colegas del hospital les prohibieron ir al comedor, por eso es que tenían que comer en el área Covid; ella comprendía ese miedo que tenían porque también lo sentía, pero no dejaba de sentirse discriminada. Lo más grave fue cuando comenzaron a agredir en las calles al personal médico, Sara también experimentó este tipo de situaciones:

*“Tengo una amiga que trabaja en la ciudad de México y cuando le dije que me integré al equipo Covid me dijo “amiga, cuídate mucho, llévate otra ropa cuando vayas a trabajar, porque acá nos están aventando cloro, no nos dejan subir al transporte público”. Mi hermana me dijo “ya no te lledes tu uniforme, llévate otra ropa porque te pueden hacer algo”. Yo le respondí: “No, es que yo no me voy a esconder, yo estoy sirviendo a mí país, estoy haciendo mi trabajo y no voy a dejar mi uniforme, porque para eso estudié”.*

*En dos ocasiones entré al Chedraui que está ahí en Bahías, y una vez, las de la caja decían “¿y a ella por qué la dejaron entrar si es enfermera? Ellos son los que nos contagian”, y yo: ¿Cómo voy a contagiar a tu familia? No le contesté, pero obviamente si lo pensé. La segunda vez, al momento de pagar, unos jóvenes empezaron a decir que nosotros éramos los que portábamos el virus, los que contagiábamos, que no nos deberían dejar salir y cosas así. Ese día sí me fui con mucho miedo hasta tomé taxi porque venían siguiéndome.*

*Ese tipo de situaciones no deberían de pasar, porque al final de cuentas es parte de nuestro trabajo, hacemos nuestro trabajo lo mejor posible cada día y somos seres humanos también, que nos equivocamos porque somos personas que también tenemos una vida familiar, una vida laboral, una vida económica.*

Sara decidió solicitar su cambio a Oaxaca de Juárez tras haberse enfermado de infecciones respiratorias no por Covid pero que se le complicaron a causa del estrés.

En enero del 2021 ya estaba en la ciudad. Estuvo dos meses en el área Covid y un mes en urgencias de la misma área. Me platicó de la gran diferencia que había, aquí las salas estaban llenas, había pacientes en espera, no había tiempo de escuchar a las personas, sólo hacer tu trabajo lo mejor que puedas. Había más demanda y se dedica más tiempo y atención a quién tenía más posibilidad de salir vivo.

### Lo que la Covid le dejó...

El caos a causa de la pandemia nos sacudió como sociedad, nos hizo enfrentarnos a situaciones nunca imaginadas, a la incertidumbre, al miedo y a la muerte. Nos hizo abrazar la esperanza, la vida, y aprender de nuestras fortalezas.

Sara me afirmó que no es la misma después de la pandemia:

*“No soy la misma en muchas cosas. En el ámbito profesional a mí me llenó mucho de conocimientos, de confianza en mí misma, de conocer también el trabajo en equipo... de los conocimientos que adquirí en cuanto al manejo de un paciente grave. Creo que también me volví más sensible en cuanto al trato a las demás personas, y pues eso que también es mi trabajo. Y que en esta ocasión nos tocó un momento muy difícil pero que podemos salir”.*

Le pregunté si en algún momento se arrepintió de haber aceptado estar en la primera línea de atención y con mucha sinceridad me respondió: *“sí, cuando supe que no iba a poder ir a ver a mi familia y que esto ya estaba complicado, que no era tan fácil como pensé en algún momento”.*

Nadie se imaginó lo difícil que sería, ella hasta la fecha no se ha contagiado pero reconoce el cansancio y estrés que vivió.

## VOCES DE LA VALENTÍA

Las palabras de Sara nos invitan a recordar que como enfermera también es persona, ser humano:

*“Siempre se dijo que éramos héroes sin capa, yo digo que más bien éramos personas normales, día a día haciendo nuestro trabajo, dando lo mejor, cada día. Lo hicimos con el amor y la pasión con la que llegamos a elegir esta profesión”.*

Agradezco a Sara por compartir conmigo y con ustedes su experiencia íntima como profesional y como mujer joven. Deseo que nunca pierda esa sensibilidad con la que llora por las personas que murieron y la sonrisa de admiración hacia sus compañeras. Escribir su historia, es un reconocimiento para todas las enfermeras que al igual que ella estuvieron y están ahí para acompañar a las personas enfermas por Covid.



En 2007, Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca A.C. junto con otras organizaciones editó el documento titulado *Voces de la Valentía en Oaxaca. Violaciones a los derechos humanos de las mujeres en el conflicto social y político*. Allí se dio cuenta de la importante participación que las mujeres tuvimos en el movimiento de 2006. Esta serie es, de alguna manera, la continuación de aquél interés por escuchar y visibilizar a las mujeres que marcan el rumbo de nuestro estado.

Con la serie *Voces de la valentía: Mujeres en primer plano* queremos contribuir a posicionar las historias, vivencias y aspiraciones de grupos de mujeres diversas que día a día aportan a la construcción de la sociedad oaxaqueña y del reconocimiento y ejercicio de los derechos humanos y cuyas voces, frecuentemente son silenciadas.

Nuestro esfuerzo está encaminado a interpelar a la sociedad en su conjunto y a las instituciones de gobierno a quienes les corresponde atender las necesidades de las colectividades sociales de mujeres que, número con número, irán apareciendo en esta serie. Aspiramos a sensibilizar a la población respecto a las ideas, demandas, sabidurías y aspiraciones de estos grupos de mujeres.

*Voces de la valentía: Mujeres en primer plano* es, en síntesis, un espacio en el que las y los lectores podrán conocer a quienes, -a través de entrevistas, descripciones, análisis e imágenes- nos compartirán una parte de su vida y su lucha. Usted tendrá la posibilidad de dialogar con ellas y consigo mism@, reconfigurando o reafirmando sus creencias, hermanándose, dudando, dejándose sentir. Como en todo texto, quien lee tiene la última palabra y la capacidad para reinventar y reescribir la historia. Ese es nuestro sueño.

**Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca A.C.**

