

Artículo seriado, parte 5:
La “humanización del parto” en Japón
～Comparaciones con América Latina, entre otros～

Autora: Kayo Omachi
(Oficina de JICA en la República Dominicana,
Asesora en Formulación de Proyectos)

La tasa de mortalidad materna en Japón ha disminuido año tras año. Una de las razones es un país donde se puede dar a luz de manera segura; es que la mayoría de los partos ocurren en hospitales. Al mismo tiempo, el desarrollo de la tecnología médica, la mejora en la calidad de los controles prenatales y la existencia de un sistema de salud bien estructurado han permitido una gestión segura del parto.

Sin embargo, detrás de esta situación se esconden diversos desafíos, como el hecho de que el suicidio es la causa principal de muerte materna según las estadísticas.

¿Qué significa realmente tener un “Un parto que nos llena de felicidad”? A través de este ensayo, me gustaría reflexionar sobre la humanización del parto en Japón, recordando mi propia experiencia de dar a luz en una casa de parto.

1. Desafíos detrás de la tasa de mortalidad materna baja en Japón

Japón es uno de los países con la tasa de mortalidad materna más baja en el mundo; sin embargo, detrás de esta cifra se esconden desafíos complejos. Lo que resulta especialmente preocupante es que el suicidio se ha convertido en la principal causa de muerte entre las mujeres embarazadas y en período de posparto, según informes del Centro para la Promoción de Medidas contra el Suicidio “Apoyando la Vida” y la Asociación Japonesa de Obstetricia y Ginecología, basados en estadísticas de la Agencia Nacional de Policía. Además, se estima que existen muchos más casos que no se reflejan en los datos oficiales.

En la sociedad japonesa actual, se plantea la necesidad de fortalecer un sistema de apoyo continuo para el embarazo, el parto, el posparto y la crianza, en el que diversos profesionales colaboren para ofrecer una atención integral.

Uno de los apoyos clave para las mujeres embarazadas y sus familias es la existencia de casas de parto en la comunidad. Estas casas ofrecen atención continua en múltiples aspectos, desde el embarazo hasta el parto, posparto y la crianza. Incluso si no se da a luz en una casa de parto, estas funcionan como puntos de contacto comunitarios, brindando asesoramiento prenatal y apoyo postnatal, desempeñando un papel esencial para evitar que las madres se sientan aisladas.

Según las estadísticas de dinámica poblacional publicadas por el Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar en 2021, el porcentaje de bebés nacidos en casas de parto fue del 0.5% del total, una disminución respecto al 0.6% registrado cinco años antes. Por otro lado, considerando los problemas complejos que enfrentan las mujeres y los niños en la sociedad japonesa, así al considerar la situación del creciente aislamiento familiar, parece cada vez más importante contar con casas de parto que acompañen a las mujeres y sus familias desde el embarazo hasta el posparto, posparto y la crianza dentro de la comunidad.

2. Un parto en armonía conmigo misma

Aquí me gustaría compartir mi experiencia personal del parto. Cuando supe que estaba embarazada por primera vez, empecé a ir a una clínica muy conocida en ese momento. La promoción de la clínica decía: habitaciones con decoración de lujo, equipos médicos de última generación y comida deliciosa. Muchas personas famosas y conocidas también habían dado a luz en esa clínica, lo que me dio confianza. Sin embargo, al ser mi primer embarazo, mi cuerpo cambiaba día a día y mis dudas y temores aumentaban. Durante los chequeos prenatales, el tiempo para hacer preguntas al médico era limitado, lo que solo aumentaba mi ansiedad. Cada vez que sentía una ligera incomodidad en el abdomen, me preocupaba por la salud del bebé y corría a la clínica para confirmar su bienestar mediante ecografía. Para mí, esa clínica era simplemente un “lugar para hacerse pruebas”, un sitio donde podía confirmar que el bebé estaba bien y sentirme tranquila.

Más adelante, por una feliz coincidencia, me trasladé a la Casa de Parto Mouri, con más de 60 años de historia en la misma prefectura. La directora, la señora Taeko Mouri, fue experta en el proyecto de cooperación técnica de JICA en Brasil entre 1996 y 2000, llamado “Proyecto de Planificación Familiar y Salud Materno Infantil” (conocido como “Proyecto de la Luz”). Este fue el primer proyecto de JICA centrado en el nacimiento y la atención obstétrica, promoviendo la “humanización del parto” mediante la reducción de intervenciones médicas innecesarias y el uso de cuidados basados en evidencia científica. Desde entonces, proyectos similares se han implementado en ocho países.

En las consultas en la casa de parto, me dedicaban casi una hora para escucharme y conversar conmigo, tanto la Sra. Mouri como otros miembros del equipo. “Aquí está el trasero del bebé”, me decía mientras me mostraba con las manos la posición del bebé en el vientre. Al tocar el abdomen, podían identificar instantáneamente dónde estaba la cabeza y el trasero. No utilizaban equipos modernos ni procedimientos especiales, simplemente se realizaban chequeos en medio de conversaciones cotidianas, escuchando con atención incluso los detalles más pequeños. Entre la señora Mouri, yo y el bebé en mi vientre, existía un verdadero “diálogo”. Ella valoraba profundamente tanto al bebé como a mí, y me acompañó con cariño en el proceso de convertirme en madre por primera vez.

Cuando iba a la clínica, mi atención se centraba únicamente en si el bebé estaba sano.

Pero al comenzar a asistir a la Casa de Parto Mouri, también empecé a prestar atención a mi propio cuerpo. Al mejorar mis hábitos de vida y alimentación, comencé a cuidar mi cuerpo y mente para ser nueva madre. Mis tobillos y cintura, que antes estaban fríos, empezaron a calentarse poco a poco, y mi cuerpo cambió visiblemente. Sentí que me estaban acompañando en el proceso de convertirme en madre, cuando yo no sabía por dónde empezar.

Gracias al apoyo de la Sra. Mouri y de todo el equipo, pude vivir una experiencia de parto que me llenó de felicidad, aprovechando al máximo mi “fuerza para dar a luz” y la “fuerza para nacer” de mi bebé. Con mi madre y mi hermana acompañándome, el bebé nació aproximadamente tres horas después de que comenzaran las contracciones. Sentí con todo mi cuerpo cómo el bebé salía de mí, después de experimentar varias olas de energía uterina que lo empujaban desde dentro hacia fuera. Fue un momento indescriptible, lleno de gratitud profunda y de la importancia de confiar en la vida que está aquí y ahora.

La Sra. Mouri me susurró: “La forma de nacer es la forma de vivir. Yo solo recibí al bebé, no hice nada. El bebé nació por su propia voluntad y fuerza.” Aún lo recuerdo claramente. Por motivos laborales, actualmente vivo en el extranjero, pero cada vez que regreso a Japón, visito a la señora Mouri con mi hija. Poder hablar con ella y con el equipo sobre el parto mientras vemos la habitación donde nació mi hija; es un momento de felicidad que no tiene comparación.

Aquí me gustaría compartir un poema que me leyó una de las profesionales de la Casa de Parto Mouri durante el embarazo. Cuando lo conocí, estando en el último mes de gestación, mi imagen del parto cambió por completo. La fuerza misteriosa del cuerpo femenino y la riqueza de la vida que se cultiva en él no solo se limitan al parto, sino que son experiencias maravillosas que no pueden ser reemplazadas por nada.

「Soy el útero」

Soy el útero.

Mi única función es la contracción.

La contracción es energía.

Ahora estoy embarazada y sostengo a un bebé.

Estoy llena de líquido amniótico limpio, y en él flota y crece el bebé.

A veces, me siento tan conmovido por su ternura que me contraigo suavemente para abrazarlo. Pero pronto llegará el momento de una triste despedida con el bebé.

Cuando llega el parto, me contraigo para abrir el cuello uterino y enviar al bebé a este mundo. Y cuando finalmente el bebé está por nacer, cada contracción presiona su pecho para ayudarlo a iniciar el movimiento respiratorio.

Lo que me entristece es que tú, mi dueña, me has dado el nombre de “dolor de parto” y me miras con desagrado.

Yo no quiero hacerte sufrir.

Más bien, quiero que trabajemos juntos para traer al bebé al mundo.

No, no es tan difícil.

Cuando me contraigo con todas mis fuerzas, si tú simplemente dices: “Gracias, por favor”, y relajas tu mente y tu cuerpo, eso es suficiente.

Exhala lentamente, muévete como te sientas cómoda.

Eso me ayuda mucho en mi trabajo. Durante el embarazo, ven a visitarme de vez en cuando.

Y ven a ver al bebé que estoy sosteniendo.

Somos buenos compañeros, así que si me tocas o acaricias, me harás muy feliz.

Nos veremos de nuevo en el momento del parto.

Adiós.

Extraído del libro del Dr. Soji Kushima: (Un embarazo y parto por primera vez con tranquilidad)

3. El parto es “corazón”

Cuando le pregunté a la Sra. Mouri sobre el parto, me dijo que el parto es “corazón”. Para una mujer que va a convertirse en madre, es un paso muy importante, y en esencia, un proceso natural de la vida. Al conocer la belleza del parto, la mentalidad de la madre comienza a transformarse. Y lo más importante es si la madre puede sentir que haber dado a luz a su hijo fue una experiencia feliz. Cuando la mente de la madre cambia, también cambia la relación madre-hijo, y eso inevitablemente transforma la sociedad, dijo ella con una sonrisa llena de convicción.

En su experiencia con el “Proyecto de la Luz” llevado a cabo en Brasil, la Sra. Mouri reafirmó que, aunque las razas y culturas sean diferentes, la esencia del parto es la misma.

Al promover la humanización del parto en Brasil, lo primero que cambió fueron los propios profesionales de salud. Luego, al comprender la naturalidad del proceso, la grandeza de la mujer y su propio rol, pudieron brindar el cuidado necesario a las mujeres que sufrían durante el trabajo de parto. Fue entonces cuando, por primera vez, se sintieron realmente reconocidos como profesionales de la salud. Algunos de ellos incluso sanaron sus propias experiencias traumáticas de parto a través del cuidado que ofrecían a las embarazadas.

La Sra. Mouri dijo: “La humanización del parto consiste en brindar el cuidado necesario para que ocurran cosas verdaderamente felices. Cuando estás en ese lugar, lo sientes. El rostro de la madre es diferente. El bebé está tranquilo. Ni la madre ni el niño están heridos. Y cuando los profesionales de la salud también lo perciben como algo bueno, ambos lados se empoderan.” Cerrando los ojos, habló con gran cuidado, palabra por palabra. Gracias a que los profesionales de la salud comprendieron profundamente el valor de la humanización del parto, ese conocimiento se ha transmitido incluso más de 20 años después de la finalización del proyecto, y seguramente seguirá expandiéndose en el mundo.

Al observar la situación actual en Japón, vemos una amplia gama de problemas como el abandono infantil, el maltrato, el suicidio y las dificultades en la adolescencia. Después de dar a luz con todo su ser, las madres se enfrentan a una sociedad que les exige ser perfectas. Incluso se observa cómo son juzgadas o ignoradas cuando sus bebés lloran en el tren, lo que refleja la presión social que enfrentan. Tal vez, si más madres pudieran vivir un parto feliz, eso podría ser el punto de partida para transformar la sociedad japonesa y, además, reducir problemas como la depresión posparto.

4. Derechos como mujer

Retrocediendo un poco en el tiempo, en febrero de 2018, durante las primeras etapas de mi embarazo, estuve en una misión de trabajo de aproximadamente dos meses en la República de Angola, un país africano que, en aquel entonces, tenía una de las tasas de mortalidad materna más altas entre los países del mundo.

En ese momento, estaba involucrada en un proyecto de salud materno infantil, por lo que visitaba con frecuencia centros de atención primaria en los sitios del proyecto. Sin embargo, estando embarazada, la realidad de los centros de salud en Angola se percibía completamente diferente ante mis ojos.

Recuerdo las largas filas de mujeres embarazadas esperando sus controles prenatales, sudando bajo el calor abrasador mientras se apoyaban en sillas. Algunas caminaban solas hacia la sala de consulta, con pasos inseguros y sangrando. A Una madre le habían

dejado algodón dentro de la vagina para la hemorragia del postparto, y así pasaron varios días hasta que tuviera la consulta. Aunque ya había presenciado estas situaciones muchas veces antes, al vivir esa experiencia como embarazada, surgieron en mí emociones completamente distintas. Me sorprendió darme cuenta de que, como mujer, no había logrado ponerme realmente en el lugar de ellas. Las mujeres que estaban allí eran de mi misma edad, solo que nacieron en otro país y bajo otras circunstancias. Algunas ni siquiera sabían qué derechos tenían como mujeres. Recuerdo cómo mi pecho se oprimía una y otra vez al pensar: “Qué mundo tan injusto”.

Actualmente estoy en la República Dominicana, donde también existen realidades complejas en torno al parto. Las tasas de mortalidad materna y neonatal en este país son peores que el promedio regional de América Latina, y el índice de cesáreas está entre los más altos del mundo: más de 90% en los hospitales privados y 47% en los públicos. Las intervenciones médicas excesivas han provocado infecciones postoperatorias y numerosos casos de violencia obstétrica (MISPAS 2023).

Ante esta situación, en 2024 se inició una cooperación técnica basada en diálogo político entre JICA y el Ministerio de Economía, Planificación y Desarrollo de la República Dominicana (actual Ministerio de Hacienda y Planificación), con el objetivo de impulsar cambios desde el ámbito de las políticas públicas. En colaboración con expertos del Hospital Sofía Feldman de Brasil y con la especialista Lucy Ito, quien ha promovido políticas de humanización en Mozambique, se están realizando investigaciones de campo y actividades de divulgación para resaltar la importancia de la humanización del parto. Además, el Ministerio de Salud está considerando revisar la “Política Nacional de Calidad en Salud” publicada en 2013, con el fin de incorporar la perspectiva de atención humanizada en sus políticas. Aún no se ha formalizado una solicitud de asistencia técnica a JICA, entre los actores involucrados crece la expectativa por el conocimiento y experiencia que JICA puede aportar.

Estas iniciativas también se están extendiendo al ámbito educativo. En agosto de 2025, con el apoyo del UNFPA (Fondo de Población de las Naciones Unidas), se incorporó oficialmente el concepto de “humanización del parto” en el currículo de formación en enfermería de la Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD). Este paso representa un avance significativo para que las futuras generaciones de profesionales de la salud comprendan el parto no solo como un acto médico, sino como una experiencia que debe respetar la dignidad y las decisiones de las mujeres.

Estos esfuerzos en la República Dominicana están siendo impulsados por una red de actores diversos: el Ministerio de Salud, Servicio Nacional de Salud, universidades, organizaciones de la sociedad civil, JICA, UNFPA y otras agencias internacionales. Gracias a ello, se está formando personal de salud con mayor conciencia, y los indicadores

de salud materna e infantil muestran una tendencia positiva. Sin embargo, persisten retos importantes como el embarazo adolescente y la erradicación de la violencia obstétrica. Por ello, es fundamental seguir promoviendo un cambio de actitud en toda la sociedad como parte de un enfoque integral de los temas de género.

Durante mi embarazo, también conocí a muchas madres en la Casa de Parto Mouri, ya sea en controles prenatales o en atención postparto. Recuerdo especialmente a una madre que, tras dar a luz a su primer hijo, fue duramente reprendida por una enfermera cuando intentó pesar al bebé: “¡No tiene sentido pesarlo antes de darle leche!”. Esa experiencia se convirtió en un trauma que le impidió considerar tener un segundo hijo. También conocí a otra mujer que, tras sentirse tratada como un objeto durante su primer parto, no podía pensar en tener otro hijo. Al compartir su experiencia entre lágrimas, parecía estar sanando poco a poco.

Aunque los países sean distintos, las necesidades fundamentales de las mujeres son las mismas. Cuando una mujer es tratada sin dignidad, no recibe la información que necesita y no cuenta con seguridad ni confianza durante el dolor del parto o una cirugía, puede quedar profundamente traumatizada, aun sin conocimientos médicos. Y cuando una mujer carga con ese trauma, esto afecta directamente a sus hijos.

Creo que es esencial que la sociedad valore a las mujeres y les ayude a comprender su propio valor. Al mismo tiempo, no debemos ignorar la realidad de que, en contextos de pobreza, muchas mujeres ni siquiera tienen la posibilidad de cuidarse a sí mismas.

5. Para terminar

“El parto feliz”. Aunque es una expresión suave y etérea, creo que en ella reside la esencia de la humanización del nacimiento. Puede parecer extraño, pero uno de los recuerdos que más me gusta revivir es el momento en que di a luz a mi hija.

Actualmente trabajo mientras las estoy criando a mis dos hijas (de 6 y 2 años), y cada día reafirmo que conciliar el trabajo con el cuidado de los hijos es, en realidad, casi imposible. A veces me invade la culpa y la tristeza al pensar que, por priorizar mi carrera, estoy perdiendo momentos importantes de su crecimiento. Frente a una crianza llena de reflexiones en medio del tiempo limitado, hay días en los que me siento completamente abrumada.

Pienso: “Debí haberla abrazado, aunque llegáramos tarde a la escuela”, “Si no tenía sueño, debimos ver una película juntas, comer palomitas y traspasar”, “Aunque se ensuciaran los zapatos o la ropa, debimos saltar juntas en los charcos como Peppa Pig”. Cada noche, estos pensamientos cruzan por mi mente.

Quisiera ser la madre ideal que aparece en los manuales o guías sobre la crianza de los hijos: dulce, paciente, con tiempo de sobra. Pero la realidad no es tan sencilla. Y en esos momentos, lo que siempre me sostiene es, sin duda, el recuerdo del parto. Ese nacimiento, lleno de gratitud y felicidad, ha influido profundamente en mi forma de ver la vida, y sigue siendo una fuente de fuerza en mi día a día como madre. Sobre todo, la existencia de mis hijas es lo que valida todo.

No se trata de que el parto natural sea el único camino hacia un nacimiento feliz. Incluso si es por cesárea o en un hospital, si la experiencia es positiva, si la madre se siente satisfecha y en paz, entonces ese parto feliz se convierte en una fuente de fuerza para el futuro.

Deseo de corazón que cada vez más madres puedan vivir un parto feliz y que eso contribuya a hacer del mundo un lugar más feliz. Mientras escribo estas líneas, mi pensamiento vuela hacia mis hijas, quienes quizás algún día lean este artículo, y deseo seguir caminando a su lado en cada etapa de su vida.

Finalmente, les doy agradecimiento profundamente a todas las personas que me brindaron esta oportunidad de escribir.



「Una niña retrata, con ternura, el nacimiento de su hermana en la Casa de Parto Mouri.」

Referencias

- Kuno, Sachiko (2024). *Humanización del parto en América Latina, Parte 1: Costa Rica*. Artículo seriado n.º 368, Asociación de América Latina. <https://latin-america.jp/archives/62862>
- Kuno, Sachiko (2024). *Humanización del parto en América Latina, Parte 2: El Salvador*. Artículo seriado n.º 368, Asociación de América Latina. <https://latin-america.jp/archives/64112>
- Kuno, Sachiko (2024). *Humanización del parto en América Latina, Parte 3: Guatemala*. Artículo seriado n.º 368, Asociación de América Latina. <https://latin-america.jp/archives/64535>
- Omachi, Kayo & Kuno, Sachiko (2025). *Humanización del parto en América Latina, Parte 4: Brasil*. Artículo seriado n.º 368, Asociación de América Latina. <https://latin-america.jp/archives/65735>
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de la República Dominicana (2023). Plan Estratégico Nacional de Salud 2030. <https://repositorio.msp.gob.do/handle/123456789/2315>
- Kuno, Sachiko & Omachi, Kayo (2025). Para realizar un parto con dignidad y acogimiento. *Latinoamérica Jihō*, Edición de Primavera 2025, N.º 1450. Disponible en: ラテンアメリカ時報_2025年春号.pdf