



# DELTA. CUERPOS DE AGUA

Karime León Sánchez

**Caudal 1**

Cuido la vida, cuido el territorio  
Cuido mi cuerpo, mi reservorio

Agua, fuente de vida  
Bendita agua, agua bendita,  
Simbolismos rituales,  
ofrendas bioculturales

Una gota que recibes,  
una lágrima que derramas,  
una brisa que percibes  
una lluvia que reclamas

Refrescarme en el río,  
Empaparme en una cascada  
Bañarme con gotas de lluvia  
Lavarme con el vaivén de las  
olas

Lágrimas de felicidad  
llanto de tristeza  
granizada de realidad  
inundada en una presa

Pescar los sueños que se  
escapan  
Regar la semilla, florecimiento  
Nadar en la inmensidad del  
pensamiento  
Defender la tierra desde mi  
centro

**Caudal 2**

Temperaturas elevadas,  
1.63 grados más,  
calentamiento global,  
cambio climático

Calor, sudoración que regula  
mis males  
Ebullición que refresca y filtra  
toxinas  
Escasez, sequía... en mis labios,  
en mi piel  
El sentir de mi boca seca y  
salada  
Venas como ríos secos y  
evaporados  
Canales que arrastran piedras,  
un líquido oscuro y denso

Deshidratación,  
Beber agua, dos litros diarios  
Un litro que se evapora en cada  
respiración  
Dos litros que se consumen en  
mi ser

Botellas, garrafones, bebederos,  
manantiales  
Filtros, cloro, arena, barro,  
polvo, carbón  
sales, minerales, sodio, potasio

Electrolitos en la sangre  
un átomo de oxígeno y dos de  
hidrógeno  
Gestionar el agua  
Ni exceso ni escasez,  
Equilibrio hídrico en mi cuerpo  
sodio y agua en mí, en mi  
sangre

Lubricante intestinal  
Purificador de impurezas  
Disolvente de nutrientes  
Conductor de electricidad  
Almacén de calor  
Elemento de cohesión

**Caudal 3**

Sed de mí, con profundo frenesí  
Agua para sanar el alma  
Bebe sin prisa, con calma  
Que para eso nací  
Para llenar mi alma

Playas veracruzanas que me  
vieron crecer  
lagos y manantiales de arena  
Agua de mar que corre por mis  
venas  
Ríos que dieron sentido a mi ser

Lagos al natural  
Arena de mi niñez  
Arrecifes de coral  
Manglares de la vejez

Playa de mis recuerdos  
Mar de los encuentros  
Manantial de ilusiones  
Pozo de emociones

Agua sólida, agua líquida,  
Las formas de mi  
interseccionalidad  
Hielo, gas, vapor  
Atravesan mi sensualidad

Agua que moja mis entrañas,  
mi intimidad  
Y despierta mi curiosidad  
Lubricante de placer,  
humectante al amanecer

Luna en virgo, cada domingo  
Con el poder de convertirlo

Fuerza lunar en la mar  
Marea alta, marea baja  
Atracción en más de una  
ocasión  
Ciclos lunares, ciclos  
menstruales

Agua en mi cuerpo,  
Conexión lunar  
Energía, humor  
Tiempos para sanar

Mujer tauro, mitad agua, mitad  
tierra,  
con la fuerza de quien se aferra  
Cuerpo de agua, ascendencia  
en fuego  
Siempre activa, nunca en  
sosiego

Mi cuerpo es agua,  
que se nutre con el riego,  
agua que corre por la sangre  
cuerpos de agua de la Tierra  
Madre

Delta: Cuerpos de agua, nace de la necesidad por tomar agua para cuidar mi salud. Soy de esas personas que toman poca agua, a pesar de saber lo importante y necesaria que es para el buen funcionamiento de mi cuerpo, de mis riñones, para cuidar mi piel, para evitar infecciones urinarias, para tener una mejor digestión, en suma, para estar sana.

Escribo inspirada por el agua y curiosa por re-descubrir y re-conocer el vínculo de la salud humana con la salud ambiental. Una conexión siempre presente, pero a veces poco evidente y escasamente visibilizada. Escribo pensando que, en el círculo en el que me muevo de las organizaciones de la sociedad civil y los movimientos sociales, las luchas, las defensas y las resistencias se enfocan en el agua de los ríos, los manantiales, la mar, en iniciativas de ley por un acceso justo y sostenible al agua, en el monitoreo de la calidad del agua, la limpieza de ríos, la captación de agua, la reforestación y conservación para recargar los mantos acuíferos; pero poco hablamos de los cuerpos de agua dentro de nuestro cuerpo físico.

La gestión del agua en los territorios se ha discutido mucho, en especial señalando quién y cómo se debe hacer uso del líquido vital y preciado. Se aboga por legislar el acceso al agua y el derecho humano al agua. Se habla del agua como bien común y bien de la nación, de la responsabilidad de las autoridades, la auto gobernanza y la autonomía del agua en las comunidades. También luchamos por la no extracción, promovemos la corresponsabilidad de los de las personas de la ciudad con los guardianes del bosque por cuidar el agua que se producen en los mantos acuíferos y se cosechan en las cuencas, buscamos concientizar sobre cómo las ciudades que se alimentan de fuentes de agua a kilómetros de distancia, como sucede en la ciudad de Xalapa, capital del Estado de Veracruz, que se abastece del agua de las subcuencas del Río Huitzilapan en la sierra de Quimixtlán, en el estado de Puebla y del Río Pixquiac, en las faldas del Cofre de Perote.

Poco hablamos del agua dentro de nosotros mismos, en nuestro cuerpo territorio, de nuestros propios cuerpos de agua, de cuidar mi cuerpo, cuidar mi territorio, tomar agua, cuidar el agua que me alimenta y la que se gestiona dentro de nosotros.

No soy poeta ni escritora, pero al imaginarme el agua correr, casi puedo escucharla y es ese sonido el que permite que las ideas y la pluma fluyan con la corriente. Mi intención inicial era escribir un poema, luego de una idea emergió otra, y se empezó a hacer un río muy largo de frases e ideas. De alguna manera me pareció que algunos versos confluían y podía agruparlos en caudales diferentes pero paralelos, con ramificaciones o arroyos que salen o se unen con otros o entre ellos, por eso lo he titulado “Delta: Cuerpos de agua”.

El primer caudal del delta es una oda al agua, la forma en que la habitamos y nos inunda de su frescura, su funcionalidad y significado en nuestra cotidianidad. El segundo caudal es una prosa sobre nuestra situación actual en relación al agua, los periodos de sequía tan fuerte que nos ha tocado vivir en este año y los estragos que se ven reflejados en el nuestros cuerpos-territorios. El tercer caudal tiene un tono más personal de las huellas que ha marcado el agua en mí, de la forma ha tomado en mi ser y cómo me afecta el movimiento de ese líquido dentro de mi cuerpo hecho de agua.

Es un texto que sin una intención premeditada podría tener el carácter multidisciplinario, ya que conforme se fue construyendo tuve que ir haciéndole preguntas a la medicina, la ecología, la astrología, la nutrición, el deporte, los feminismos, la ecología, la auto etnografía, la literatura, la poesía... Hablar de agua no es de una sola disciplina o campo del conocimiento ni de un sector de la población, o de los medioambientalistas, sino de hombres, mujeres, niñas, adultos mayores, científicos, astrólogos, amas de casa, etc.

A fin de cuentas, el agua es de todos, pero lo más importante es que el agua está en todas las especies que habitamos este planeta, por lo que mi escritura es una manera de vincularme contigo, con todos los demás seres y cuerpos de agua que sienten ese líquido fluir en sus entrañas. Somos cuerpos hechos de agua, procreados en agua, nacidos en agua, llenos de agua. Vivimos del agua, la necesitamos para sobrevivir. Estas palabras son un himno a la vida que se crea en, desde y por los cuerpos de agua.



#### Referencias:

- Castro, F. L. (2021). Agua-cuerpo-territorio. Las cicatrices y reexistencias de las mujeres rurales en el Maule Sur precordillerano de Chile. *Ecología Política*, 61, 112–116. <https://www.jstor.org/stable/27120368>
- Cruz Hernández, D. T. y Bayón Jiménez, M. (Coord.) (2020) *Cuerpos, Territorios y Feminismos. Compilación latinoamericana de teorías, metodologías y prácticas políticas.*, Colectivo Miradas Críticas del Territorio desde el Feminismo, Ediciones Abya - Ayala. (pp.81-98) <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/21045/1/Cuerpos%20territorios%20feminismos%20LBP%202019-II.pdf>
- Cruzada, S. M., Aguilar-Miranda, M. T., & Díaz-Aguilar, A. L. (2016). El territorio como cuerpo, el agua como sangre y el entorno como vida: reflexiones antropológicas sobre ecocosmologías hidráulicas en Pegalajar (Andalucía-España). *Boletín De Antropología*, 31(52), 151–172. <https://doi.org/10.17533/udea.boan.v31n52a11>
- Guilcamaigua Pastuña, G. A. (2021). El agua es nuestro cuerpo: una mirada desde el feminismo decolonial a la forma como viven las mujeres los problemas del territorio - cuerpo - agua. Tesis de maestría, Flasco Ecuador. 102 p. <http://hdl.handle.net/10469/17495>
- Haesbaert, Rogério. (2020). Del cuerpo-territorio al territorio-cuerpo (De la tierra): contribuciones Decoloniales. *Cultura y representaciones sociales*, 15(29), 267-301. Epub 07 de marzo de 2022. Recuperado en 29 de agosto de 2024, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-81102020000200267&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-81102020000200267&lng=es&tlng=es).
- Labastida, J. (2000) *Cuerpo, territorio, mito*. 1ª ed., Siglo XXI, ISBN 968-23-2236-7
- Lewis III, J. L. (2024). Introducción al agua corporal. Manual MSD Versión para público en general. <https://www.msmanuals.com/es-mx/hogar/trastornos-hormonales-y-metab%C3%B3licos/equilibrio-h%C3%ADrico/introducci%C3%B3n-al-agua-corporal>
- Naciones Unidas. Noticias ONU. Mirada global. Historias humanas. Cambio climático y medioambiente. (5 de junio 2024) Cambio climático: hay un 80% de probabilidades de que el planeta siga calentándose los próximos cinco años por encima de los 1,5 grados. <https://news.un.org/es/story/2024/06/1530326#:~:text=De%20hecho%20esto%20es%20lo,ERA5%20de%20Copernicus%20Climate%20Change>.
- Saiz Puente, M.S. (2010). La influencia lunar en la biología femenina: revisión histórico-antropológica. *Matronas profesión*, ISSN-e 2696-6328, ISSN 1578-0740, Vol. 11, N°. 2, 2010, págs. 58-63 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4413087>
- Secretaría de Salud (15 de enero de 2016) ¿Sabes por qué es importante consumir agua? Gobierno de México. <https://www.gob.mx/salud/articulos/sabes-por-que-es-importante-consumir-agua#:~:text=Permite%20el%20trasporte%20de%20nutrientes,cerebro%20y%20de%20los%20nervios>.