



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO**

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA**

**LA OBESIDAD COMO ENFERMEDAD PSICOSOMATICA**

*TESIS EMPIRICA*

Que para obtener el título de  
Licenciado en Psicología  
Presenta:

**MARIBEL NIEVES CORONA**

Comisión dictaminadora

Lic. Arcelia Lourdes Solís Flores (asesor)  
Lic. Gerardo Abel Chaparro Aguilera  
Dra. Oliva López Sánchez



Tlalnepantla estado de México de 2006



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **AGRADECIMIENTOS**

**PRINCIPALMENTE Y CON TODO MI CARÍÑO:** A mi hermana

**Dalila** por que siempre creyó en mí, aun en mis momentos menos favorables. Te agradezco las alegrías que vivimos juntas, por darme tanto, ser mi cómplice, mi amiga me enseñaste a apreciar la vida, gracias...te amo con todo mi ser.

**A MIS PADRES:** Por darme todo su apoyo y comprender las decisiones que he tomado, gracias por enseñarme ha luchar, los amo y los admiro. Ustedes son un ejemplo de que las cosas se pueden hacer, agradezco su nobleza y fortalez

**A MIS HERMANOS:** Andrea, Rigo, y Juan por su apoyo en todos los sentido sin ustedes mi esfuerzo no hubiera podido ser, gracias

**A MIS SOBRINOS:** Abraham, Valeria, Judith e Iván por su alegría de vivir, son un gran estímulo para mi vida, por favor sigan amando y respetando su entorno con esa armonía que es única en los niños. Los amo con todo mi corazón.

### **A TODA LA GENTE QUE HE**

**CONOCIDO :** nombrarlos sería omitir a alguien , pero en general fuera y dentro de iztacala conozco personas que me han dejado una enseñanza y que son parte de mi proceso corporal y espiritual , de todos ustedes guardo lo mejor...sin embargo no podría dejar de mencionar de manera muy especial al grupo victoria que me regalo lo que jamás había soñado “amor a la vida”

**A TODAS LAS PERSONAS** que me regalaron parte de su vida, narrándome su historia personal, les prometo que lo aprendido será utilizado para realizar un trabajo mas humano con las personas.

**A TODOS LOS DEL PROYECTO DE CUERPO:** Por que gracias a ustedes no me quede con el vacío que sentía por no saber a donde dirigirme profesional y personalmente. La enseñanza que ustedes proporcionan nos devuelve la ilusión de que se puede trabajar de mejor manera para la gente pero sobre todo con uno mismo. Gracias por demostrar que puede existir la armonía, principalmente a la profesora ARCELIA RAMIREZ, GERARDO CHAPARRO, OLIVA LOPEZ, por ser guías, sin los cuales no hubiera podido terminar satisfactoriamente les agradezco de todo corazón su paciencia y comprensión y al maestro SERGIO LOPEZ RAMOS , cada palabra suya es un aprendizaje espíritu.

## INDICE TEMATICO

INTRODUCCION.....	1
CAPITULO UNO	
EL MODELO CARTESIANO Y SU IMPLICACION EN LA VIDA DE LOS INDIVIDUOS	
1.1 En la vida del ser humano.....	3
1.2 En la vida en sociedad.....	3
1.3 Revolución científica.....	4
1.4 Alimentación y forma de vida.....	7
1.5 La salud y enfermedad desde el punto de vista cartesiano.....	10
1.6 La obesidad según la medicina alópata.....	16
1.6.1 Definición.....	18
1.6.2 Causas.....	19
1.6.3 Consecuencias.....	20
1.6.4 Diagnostico.....	21
1.6.5 Tratamientos y efectos secundarios.....	22
1.6.5.1- La alimentación.....	23
1.6.5.2.- Actividad física.....	23
1.6.5 3.-Uso de fármacos.....	24
1.6.5 4.-Cirugía.....	27
1.6.5 .5 Tratamiento psicológico.....	28
CAPITULO DOS	
LA OBESIDAD DESDE UN PERSPECTIVA HOLISTICA	
2. Como se construye la enfermedad: lo psicosomático.....	31
2.1 influencia familiar en la obesidad.....	40
2.2 teoría de los cinco elementos.....	43

## CAPITULO TRES

### ANALISIS DE CASOS

3.1 Método.....	49
3.2 Categorías.....	50
3.2. 1Relacion Familiar.....	50
3.2.2 Maltrato físico y psicológico.....	58
3.2.2.1 físico y psicológico.....	59
3.2.2.2 físico.....	63
3.2.2.3 Psicológico.....	64
3.2.3.-Alimentación.....	65
3.2.4 Enfermedades y cirugías.....	71
3.2.4.1 Cirugías y enfermedades-tratamientos.....	71
3.2.4.2 Enfermedades y tratamientos.....	72
3.2.4.3 Estreñimiento.....	75
3.2.5 Ciclo menstrual.....	77
3.2.5.1 Amenorrea.....	77
3.2.5.2Dismenorrea.....	77
3.2.5.3 Amenorrea y dismenorrea.....	78
3.2. 6. Imagen corporal.....	79
3.2.6.1 Como ven su cuerpo.....	79
3.2.6.2 Tratamientos.....	84
3.2. 7 Sexualidad.....	89
3.2.7.1 Relaciones sexuales.....	89
3.2.7.2 No tiene pareja.....	92
3.2.7.3 Pareja estable.....	93

## CAPITULO CUATRO

### ANALISIS DE RES ULTADOS

#### Resumen de historias de vida

Y tabla general de resultados .....	97
4 Ruta de la obesidad.....	117

4.1. Abandono familiar.....	117
4.1.2 Maltrato infantil.....	122
4.1.3 Alimentación.....	126
4.1.4 Sexualidad//peso .....	131
4.2 Peso// tratamientos.....	137
4.3 Genero //peso.....	142
4.4 Otras representaciones corporales, Enfermedades y padecimientos.....	144
4.4.1 Vías respiratorias.....	146
4.4.2 Digestivas.....	147
4.4.3 La gastritis.....	148
4.4.4 Estreñimiento.....	148
4.4.5 Trastornos de menstruación.....	149
4.5 ¿Cuál es la función de la obesidad?.....	151
Análisis con la	
4.6 Teoría de los cinco elementos.....	152
Conclusiones.....	166
Bibliografía.....	174
ANEXO 1 entrevista	

## RESUMEN

El presente trabajo es un intento por conocer el proceso de la salud y la enfermedad de manera específica, pero no fragmentaria, de la obesidad.

En el primer capítulo precisamente seguimos el camino que la ciencia a tenido en su intento por conocer y dominar la naturaleza. El interés es encontrar como este crecimiento científico, tecnológico e industrial ha atravesado la enfermedad y sufrimiento a las personas que viven cada vez mas reprimidos y buscando fugas, de manera general y específico “en la comida”, pero de manera particular en el alcohol, la droga, el sexo, etc.

Las entrevistas las realice a veinte personas, y arrojaron datos muy similares que al irlos analizando psicológicamente demuestran cierta similitud en las conductas de quienes padecen obesidad o sobre peso, pero también particularidades o diferencias en cuanto a como la tratan o enfrentan su padecimiento, diferencia que se marca mas entre hombres y mujeres.

Es indudable que la modernidad lleva a las personas a vivir de una manera poco alentadora, con envidias, competencias, resentimientos hacia los padres, enfermedades que no se escuchan o analizan por vivir de prisa. Las relaciones interpersonales se vuelven materialistas en donde el ser humano es un objeto mas al que no se respeta , cuida, ni quiere, al contrario es maltratado con miles de tratamientos inseguros para bajar de peso.

Al ver el proceso de la obesidad desde el punto de vista de los cinco elementos encontramos que hay mas soluciones a las enfermedades de lo que creíamos y vemos que el ser humano es uno con la naturaleza ya que lo afecta la geografía, la cultura, lo social, lo económico, lo político, pero también vemos que si no trabaja sus emociones, odios y resentimientos jamás podrá “**recuperarse**”.



## INTRODUCCION

Este trabajo se elaboró con la finalidad de conocer el proceso psicosomático de la obesidad, con base en la teoría de los cinco elementos. Se realizaron veinte historias de vida encontrando en ellas factores interesantes como el abandono emocional que vivieron las personal desde la infancia, la vinculación afectiva que se hace desde pequeños con la comida y emociones de tristeza, soledad, miedo, enojo, falta de alegría y ansiedad que rompieron su equilibrio corporal y emocional ocasionándoles múltiples padecimientos que forman parte de su vida cotidiana.

A lo largo del trabajo se justifica el enfoque por el cual se decidió abordad la enfermedad, es decir, una visión holística, mas haya de una filosofía mecanicista, se trato de ver como la elaboración social y cultural cruza las fronteras del inconciente y se encarna en el cuerpo como representación de éste. Así el primer capítulo habla de cómo se fue implantando en las sociedades el pensamiento racional y científico como base de toda disciplina, cuya influencia hace que el cuerpo deje de ser un conjunto para convertirse en fragmentos que el modelo médico toma para su estudio y practica.

En el capítulo dos veremos ampliamente la propuesta holística que a diferencia de la ciencia médica ve la salud y la enfermedad como un proceso cuya construcción esa mediatizada por la cultura, la sociedad y su historia. En la obesidad como en cualquier otra enfermedad el cuerpo es un lenguaje que habla y se crea gracias a las relaciones sociales que lo llevan a las protestas y deseos.

El tercer capítulo se plantea el método que se utilizo para la investigación a demás se comienzan a exponen los casos con fragmentos de las entrevistas realizadas, utilizando diferentes categorías como la relación familiar, las enfermedades que se han sufrido y sus tratamientos, la sexualidad y la percepción que tienen de si mismos.

Para terminar se hace un vaciado en una tabla general donde se presentas datos integradores que fueron de gran utilidad para obtener los resultados que se exponen en ese mismo capitulo.

**Veo que mis males vienen de no haber entendido que estamos en occidente ¡Los pantanos del occidente!..**

**No obstante yo ni siquiera soñaba con el placer de escapar de los sufrimientos modernos...**

**¡Parece que cultivamos la bruma! Comemos fiebre con nuestras legumbres aguadas, ¡y la ebriedad! ¡Y el tabaco! ¡Y la ignorancia! ¡Y las devociones!...Para qué un mundo moderno, si se inventan venenos de esa índole...**

**Espíritu mío no dejes de estar alerta. Basta de elegir salvaciones violentas. ¡Ejercítate! -¡Ah! ¡La ciencia no crece tanto para nosotros!**

**“Lo imposible”**

**A. Rimbaud**

## **CAPITULO 1.**

### **EL MODELO CARTESIANO Y SU IMPLICACION EN LA VIDA DE LOS INDIVIDUOS**

En este primer capítulo tratamos de entender por que a lo largo de la historia el hombre fue arrancado de su corporeidad y escindido para ser un “producto” más de estudio y comercio. Según la filosofía de Descartes el cuerpo es visto como una máquina cuya fisiología y anatomía son lo único que lo conforman olvidándose del hombre en conjunto, como un todo, que es producto del tiempo y el espacio en que se desarrolla. El modelo cartesiano vino a cambiar por completo la forma de vivir de las personas poco a poco se fueron alejando de la naturaleza al igual que se dividió y mecanizó el cuerpo se empezaron a mecanizar y dividir las relaciones sociales y la manera de relacionarse incluso con uno mismo. Todos los cambios sociales que se explican en este trabajo como la revolución científica son el punto de partida ya los movimientos sociales vienen a modificar todas las ciencias de estudio, en el caso de la ciencia medica se crea una forma de ver y tratar la enfermedad totalmente basada en el modelo cartesiano. Esto lo podremos constatar al exponer como la obesidad se trata como un estado físico al que hay que erradicar, siempre en busca de posibles causas y no de procesos, entonces, desde el punto de vista alópata iremos desglosando los siguientes temas : la definición de obesidad, causas, consecuencias, diagnostico y tratamientos. El conocer la forma en que las diferentes disciplinas tratan la enfermedad de la obesidad nos da una visión amplia para hablar de la obesidad desde una perspectiva holística tema del capítulo siguiente

## **1.1 En la vida del ser humano**

Antes de que la ciencia comenzara a apoderarse del ser humano había en ellos una manera de vivir que implicaba estar en armonía con la naturaleza, es decir; respetaban el aire, los árboles y todos los fenómenos de la naturales cuya aparición sorprendía todavía al hombre, esto se daba por que el mismo ser humano se sentía parte de la naturaleza, parte integral de cosmos, sabia que necesitaba de la naturaleza así como ella necesitaba de él, en ellos había una relación de cooperación. La conciencia participativa involucra la coalición o identificación con el ambiente, una totalidad psíquica.

Durante los siglos XV y XVI se vivieron periodos ideacionales e idealistas donde la verdadera realidad se sitúa en el terreno espiritual (mas allá del mundo material) donde el crecimiento se obtiene por la experiencia interior, se reconocen los valores éticos absolutos y valores espirituales como la justicia, la belleza y la verdad para encontrar el equilibrio. Sin embargo a partir del siglo XVII y XIX tomó auge el periodo sensato cuya idea era que la esencia de la realidad se halla en la materia y los fenómenos espirituales son manifestación de ésta, los valores éticos son relativos, la percepción a través de los sentidos es la única fuente de conocimiento, este periodo sensato se caracterizo por el llamado siglo de las luces, la filosofía científica de Descartes y Newton y por la tecnología de la revolución industrial <sup>1</sup>

## **1.2 En la vida en sociedad**

Con la entrada de la ciencia, y todo lo que implica su aparición en la vida de los individuos, se ve venir un inevitable distanciamiento del hombre con la naturaleza, el sujeto se convierte en un objeto mas, cuyo rol en la sociedad creciente es el de una mercancía más que se puede vender y comprar sin respeto.

---

1

Capra Fritjof (1998)\_*El punto crucial*. Argentina. Editorial estaciones

La introducción de nuevos significados, como la competencia, atrajo síntomas que afectan a naciones enteras: violencia, alienación y evasión que invadió a quienes no pudieron cumplir con las fuertes exigencias que demandaba una sociedad sedienta de poder adquisitivo (material y humano) y por supuesto de éxito, entonces las personas empezaron a *querer ser* y adjudicar cierto valor por el grado de poder adquisitivo, es decir, el sí mismo y los bienes se fusionan.<sup>2</sup>

La sociedad ahora se tiene que ajustar a una filosofía mental donde todo esfuerzo está dirigido al progreso material creando en la mayoría frustración, Además se originan nuevos valores de belleza, castidad, alimenticios, religiosos, culturales y sociales.

La fragmentación entre la naturaleza y el hombre tienen una implicación política y económica a mitad del siglo VII la burguesía y el capitalismo implantaron la idea de considerar que la materia viviente era una herejía sin embargo el interés real era que se viera la naturaleza como algo muerto.<sup>3</sup>

### **1.3 Revolución científica**

La ciencia se lleva a cabo mediante el método científico que siempre quiere comprobar todo fenómeno estudiado. Este método es muy riguroso, lo científico debe cumplir los criterios mecanicistas positivistas, todo conocimiento debe ser científico. Desde Galileo quien con su hipótesis casualista determinó el análisis experimental.

El modelo mecanicista influyó en todas las ciencias incluyendo las naturales y las sociales dejando de lado toda subjetividad y anteponiendo a todo estudio los principios de las ciencias duras, por ejemplo: en el estudio del

---

<sup>2</sup> Berman. M (1987) El Reencantamiento del mundo. editorial cuatro vientos

<sup>3</sup> ibidem

comportamiento humano toda conducta, respuesta y estímulo debían ser comprobables y cuantitativos, se refutaba todo juicio de valor que se apoyara en algo distinto a una actitud científica, todo conocimiento era válido si se basa en la observación de hechos sensibles y sobre todo se regía por principios básicos del positivismo, es decir, tenía que ser una ciencia única, con una metodología única y con búsqueda de leyes generales.

Así la ciencia fragmentó a los individuos, desde entonces para nadie somos enteros, nuestro cuerpo se anula, no es más que una máquina. La culpa se comienza a apoderar de nosotros, nos damos cuenta de que nuestra vida es falsa por que queremos actuar de otra manera pero no nos atrevemos a ir en contra de la cultura que ya nos instauro en el miedo y la culpa.

Por tal razón todo el conocimiento del ser humano se sometió a los deseos sociales, la cultura se fue modificando con el tiempo. Los significados y los símbolos se van creando para que la gente se amolde al general de la gente sin protestar porque quien se sale de la norma se vuelve un enfermo.

La sociedad ahora se tiene que ajustar a una filosofía mental donde todo esfuerzo es dirigido al progreso material creando en la mayoría frustración, Además se originan nuevos "valores" que paradójicamente origina devaluación, discriminación explotación a todo ser vivo. En general la visión mecanicista hace que en todos los aspectos de la vida el cuerpo sea entendido como un objeto. En el caso de la obesidad trae un desquite emocional aunado con lo corporal al no entrar dentro de la norma.

Este proceso se da aunado a los cambios de la historia, los modos de producción, el desarrollo de las naciones, la enajenación, la acumulación de capital, el progreso y la tecnología.<sup>4</sup>

Si recordamos la historia en el pasado la visión aristotélica se caracterizó por una economía feudal y una forma de vida religiosa. Los alimentos y las artesanías no eran producidos para el mercado o la obtención de utilidades sino para el consumo y uso inmediato no había noción de trabajo en masa. Pero la revolución comercial fue implementando su modo de producción capitalista y la producción de hacia en serie, el artesano paso a ser un empleado mas que poco a poco fue atrapado por los capitalistas que lo endeudaban de tal manera que tuvo que entregar su negocio al comerciante y el maestro fue transformado en jornalero<sup>5</sup>

Esta revolución comercial estableció una nueva estructura social *la división del trabajo* que vino a fragmentar a la sociedad “Cuando la sociedad se divide en clases, cuando los grupos se van atomizando en individuos, cuando el individuo es arbitrariamente fragmentado y obligado a contratar aspectos de su ser y es detentado en los demás cuando a ese individuo fragmentado se le ve como objeto susceptible del manejo al antojo de los demás ya su vez cuando ese individuo ha aprendido a ver a los demás como objetos que el puede manejar estamos frente al cuadro de una sociedad enferma”<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Del mismo modo van creciendo las enfermedades crónicas degenerativas que esta matando a millones de personas, en el caso de la obesidad los países industrializados ocupan los primeros lugares y esta enfermedad es vista como una epidemia ya que ocasiona muchos gastos a los gobiernos, que ahora si muestran interés por erradicar el problema pero desde un punto de vista epidemiológico.

<sup>5</sup> Berman Morris ( 1987 ) El Reencantamiento del mundo ibidem

<sup>6</sup> Cohen Segovia. G (1975). “la enajenación y detectación de los medios de vida psicología en la salud publica. México: Extemporáneos

La nueva enfermedad social poco a poco fue convirtiendo a las personas en una masa consumista y competidora, olvidándose del principio de cooperación. Cuando el hombre todavía producía en gran medida lo que consumía era más cooperativista que mercantil y sobre todo su vida era plena ya que las familias eran autosuficientes con múltiples tareas y funciones. Sin embargo en la nueva forma de vivir las personas ya no buscaban establecer relaciones afectivas con los otros, su único vínculo es el mercantil donde los que mas tienen ven en sus trabajadores el medio de producción que los llevara a generar mas ganancia y sobre todo en sus relaciones mas directas reina el deseo de poseer haciendo los vínculos cada vez mas vacíos. Entonces se comienzan a evaluar las relaciones interpersonales a usar tecnicismos para todo incluso para el acto sexual, por la necesidad de aprobación se anula el placer y la intimidad.

La inconformidad que experimenta el individuo por la vida que esta llevando lo llena de frustración que después se desencadena en malestares físicos y enfermedades, pero , la visión de la medicina científica inventa medicamentos para que la maquina no pare de funcionar por causa de esos malestares, su interés es crear una sociedad sin *dolor corporal* , lo material y artificial rige sus vidas pero en todos existe miedo de ocultar el vacío existencial que trae la vida industrial , entonces las drogas, la comida, la búsqueda del éxito y todo tipo de excesos se vuelve nuestra única meta en la vida provocando, si se consigue, un enorme dolor y frustración que nos quita el interés por vivir en armonía con la naturaleza y con los que nos rodean.

#### **1.4 Alimentación y forma de vida**

La alimentación esta condicionada a lo exquisito por los totems que nos hacen seguir patrones en la forma de cómo comer y no comer <sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> López Ramos Sergio (2000) Prensa cuerpo y salud en el siglo XIX Mexicano 1849-1900. Porrúa, CEAPAC, México



La modernidad y la vida cómoda hace que la salud ya no importe, la comodidad lleva a la gente a consumir alimentos preparados o de fácil preparación la cual esta compuesta por químicos que llegan al organismo y contribuyen a su destrucción.

En la mayoría de las familias se cree que comer carne es estar al nivel de las grandes potencias, entre mas carbohidratos y comida Light se consuma se esta mas entre gente cuyo valor adquisitivo le da un aire de poder y éxito, pero el consumo de carbohidratos lleva a perder el gusto por los vegetales, por eso los niños de meses si se comen los vegetales después se intoxican con chatarra y los vegetales ya no les gustan.

La vida con competencia, en busca del confort hace que la mayoría de las personas viva enajenada al trabajo, escuela, en todo tipo de instituciones que evita el enfrentamiento con uno mismo. El enfrentamiento nos da miedo y no lo queremos hacer pero el cuerpo es tan listo que responde a eso llenándonos de malestares físicos. Si la visión del mundo que nos han enseñado (una visión científica que a lo largo de la historia nos ha fragmentado) fuera holística viviríamos mas en equilibrio con la naturaleza y en ese caso sentiríamos al cuerpo como parte de nosotros y no nos abandonaríamos ni engañaríamos llenándolo de objetos materiales, no estaríamos todo el tiempo en competencia siendo para los otros y no para uno mismo, y nuestra vida no estaría regida por demandas sociales y Culturales.

Debemos tener en cuenta la participación original con la naturaleza para entender que detrás de los fenómenos hay un representante que tiene la misma naturaleza, la noción de que el *si mismo* y el otro, el hombre y el ambiente son idénticos. Desgraciadamente poco a poco *la razón* llevo al hombre a distanciarse de uno mismo y de los fenómenos, por ejemplo, el hombre medieval creía que un dios superior movía las cosas, que era parte de la naturaleza y que su relación con ésta era de reciprocidad. Actualmente el

hombre moderno ve la conducta de modo atomista, mecánica y cualitativa, su relación con la naturaleza es para controlarla a su conveniencia.<sup>8</sup>

El surgimiento de la ciencia y el capitalismo, el desarrollo económico es la prioridad para el hombre, su relación con la naturaleza se anula y se vuelven abismalmente diferentes<sup>9</sup>

Para la modernidad el acercarse a un nivel de espiritualidad, que podría salvar el declive de la humanidad, es algo imposible por la enajenación exagerada de los deseos fútiles. EL diluir el ego, eliminar la distinción entre sujeto objeto, el entender que hay una mente mas las apariencias fenomenales son prescritos alquímicos que deberíamos tomar en cuenta; recordemos que nosotros somos también naturaleza, funcionamos igual que los elementos, sufrimos transformación, caos o excitación, para luego llegar a un estado de reposo.<sup>10</sup> Todos somos oro en potencia solo hace falta parir nuestro propio *mi mismo* para encontrar nuestro lado divino primero debemos pasar por la putrefacción, trascender nuestro pasado para descomponer mi realidad y ver que soy yo mismo, revelar el inconsciente tu y yo verdadero, tener control sobre la propia vida y “abandonar el control artificial, tu identidad ese ego que desesperadamente sientes que necesitas para vivir”<sup>11</sup>

---

<sup>8</sup> Berman Morris ibidem

<sup>9</sup> ibidem

<sup>10</sup> ibidem

<sup>11</sup> En el caso de quien padece obesidad piensa que el comer en exceso o hacer dietas les da cierto control por primera vez sobre su vida, pero en realidad se es ocultando su verdadero yo y se tiembla de miedo al enfrentarse a si mismo, a veces se quiere vomitar por el asco de conocerse, si no se acepta que se tiene un problema en lo mas profundo de su ser jamás podrá mejorar su relación corporal , hay que tomar en cuenta el principio alquímico, después de la putrefacción viene el reconocimiento y el nacimiento de una nueva vida, eso después de enfrenta tu propio demonio.

### **1.5 La salud y enfermedad desde el punto de vista cartesiano**

En la obesidad las personas al querer cumplir con las exigencias sociales pueden llegar a terminar con su vida, rompen toda relación consigo mismas y la naturaleza, en su mente esta la comida, medicina para bajar de peso, tes, aparatos, pero jamás se detienen a sentir su cuerpo y darse cuenta que están destruyendo algo que forma parte de su *si mismo* y que ya se esta totalmente sumergido en una enfermedad que rebela la poca relación que se tiene con el cuerpo y que no se vive por y para uno mismo si no mas bien para los otros, pero, ¿Quién origina todo esto? , no es culpa del individuo que lo esta padeciendo, es una herencia del mundo moderno que gobierna todas sus ideas y metas.

Actualmente la ciencia no tiene ningún interés real en mejorar la vida humana. La enfermedad en el cuerpo es visto como algo que impide que una máquina funcione correctamente, entonces, lo que la medicina científica hace es buscar el imperfecto en una parte especifica de la máquina y la repara. La medicina alópata tiene una visión atomista del ser humano ya que ve en él un funcionamiento únicamente mecánico, se olvida (conforme pasan los años) de la unidad que forma el cuerpo y el espíritu, de la salud orgánica y la emocional.

El reduccionismo no permite que se estudien los organismos vivos de manera integradora, su manera de estudiarlo es parcial y fragmentaria no permite que los especialistas logren resolver los problemas reales. La visión de que los organismos son maquinas inflexibles lleva a que la especialización sea cada vez mas grande al igual que la fragmentación ya que se va desde niveles celulares hasta moleculares, de la física a la biología y cada área se dedica a una parte especifica del cuerpo al cual tienen que mantener funcionando bien.

---

El modelo medico hegemónico imperante establece una manera de ver la salud y la enfermedad, imponiendo rasgos que serán tomados como base por todas las demás ciencias y sus formas de trabajo. Así como primer rasgo encontramos el biológismo, la ahistoricidad, asocialidad, individualismo, eficacia pragmática, la salud y la enfermedad como mercancía, orientación curativa, concepto de la enfermedad como ruptura desviación diferencia, cura eliminando el síntoma , relación medico paciente asimétrica, relación subordinación social y técnica del paciente que puede llegar a sumisión, concepción del paciente como subordinado portador de un saber equivocado, paciente responsable de la enfermedad, profesionalización formalizada, identificación ideológica con la racionalidad científica que excluye a otros modelos, tendencia a la medicalización de los problemas, inductora al consumismo medico , escisión entre teoría y practica <sup>12</sup>

Lo anterior nos explica por que los especialistas se fueron preocupando más por las causas de la enfermedad, fueron olvidándose del lado humano del enfermo y de ellos mismo, así mismo desechan todo tipo de alternativas que les vengan a robar su poder.

Este modelo se fue formando poco a poco con acontecimientos históricos que marcan, indiscutiblemente, un gran avance para la ciencia medica pero también el camino hacia la fragmentación corporal, por ejemplo Pasteur considero que las bacterias eran la única causa de enfermedad Por otro lado los genetistas defendían su teoría de que los genes eran los únicos que controlan a los organismos vivos, mas tarde Bernard menciona que el entorno era determinante en la adquisición de enfermedades. <sup>13</sup>

En el modelo biomédico científico el cuerpo humano es visto como una maquina la que puede ser analizada desde el punto de vista de sus partes

---

<sup>12</sup> Morir de alcohol (1990) Méndez Eduardo. CONACULTA. Alianza Editorial :México

<sup>13</sup> Capra Fritjof

separadas, es decir, la enfermedades es un mal funcionamiento en los mecanismos biológicos (células, moléculas) el medico trata de intervenir física o químicamente para corregir la función de un mecanismo específico <sup>14</sup>

El significado de salud que se tenga depende de cómo se concibe a los organismos, o en el caso de la física trajo una forma de interpretar la realidad en un tiempo y espacio específicos que formaron parte de leyes universales, de ese modo lo material era lo único verdadero, lo medible con instrumentos para cualquier fenómeno fue una de las limitaciones para todo estudio que nos trajo la visión fragmentaria y objetiva del mundo.

La ciencia no acepto el termino de curar como parte de su tarea ya que el termino no tiene ninguna relación con los principios científicos, mas bien, se le relacionan con curanderos o hechiceros<sup>15</sup> que no entran dentro de leyes universales , lineales y mucho menos objetivas.

La ciencia poco a poco se fue olvidando del aspecto espiritual del humano sobre todo cuando el estudio biomédico fue cada vez mas especifico yendo de lo general a lo particular, es decir, del ser humano como un todo a la división entre mente y cuerpo, de órganos a células y de células a moléculas.

La atención de los médicos se fue desplazando del paciente a la enfermedad, las patologías se localizaban, se diagnosticaban y se etiquetaban según un sistema definido de clasificación los hospitales ya no eran casas de misericordia si no centros de diagnostico, terapia y enseñanza<sup>16</sup>

Así fue como la tendencia a la especialización en la medicina era más que obvia, a toda enfermedad incluso mental se le relacionaba con una causa

---

<sup>14</sup> ibidem

<sup>15</sup> Sin embargo estos curanderos se orientaban hacia la interacción entre cuerpo y el alma y trataban al paciente dentro del contexto de su entorno social y espiritual.

<sup>16</sup> Capra Fritjof

orgánica y esto lejos de beneficiar a las personas las lleva a alejarse de ellos mismos se dice que “la especialización es un signo de decadencia”<sup>17</sup>

Al no considerar el espíritu, la subjetividad, hace que se vea al cuerpo como un objeto al que hay que administrarle todo tipo de mercancías, entonces, el proceso corporal se ve influenciado por la ciencia, la religión, la ignorancia, la vanalidad y la moral extrema.

El modelo biomédico generó nuevas problemáticas a la nación, aunado a la idea desesperada de hacer una nación más educada o mejor dicho el deseo de tener una nación de gente bien, que ahora quería comer cosas refinadas como azúcar blanca (cuya preferencia tenía que ver con aspectos raciales y elitistas) harinas, pastas, grasas, carbohidratos y carnes, que lo único que se logró fue enfermedad y muerte.<sup>18</sup>

La nueva relación era negar los sentimientos y sobre todo en los habitantes más pobres cuya única finalidad era salir de la pobreza y combatir la desnutrición creciente en los habitantes del país, para eso también se vendían vitaminas que prometían dar fortaleza y vigor a la población cada vez más raquítica por la alimentación deficiente, la contaminación y la represión de las emociones

---

<sup>17</sup> ibidem

<sup>18</sup> López Ramos Sergio (2000) Prensa cuerpo y salud en el siglo XIX Mexicano 1849-1900. Porrúa, CEAPAC, México

Esto fue bien aprovechado por las industrias medicas ya que el mercado de medicinas hizo su grandiosa entrada introduciendo un sin fin de píldoras y pócimas que prometían devolver hasta mejorar la salud de los individuos <sup>19</sup>

Entonces comenzó el trabajo de la industria farmacéutica\* cuyo proceso era buscar una causa orgánica para encontrar una solución. Con el único fin de vender y hacerse mas ricos y exitosos crean medicinas que atacan los síntomas que se presentan a consecuencia de una enfermedad de la cual no importa el *proceso* de cómo fue adquirida. Con estas medicinas se trata de *curar* al cuerpo haciendo que se sienta bien por un tiempo pero el malestar o la enfermedad solo esta siendo obscurecida y si no se tomas en cuenta los procesos socio-culturales del cuerpo jamás se podrá salir de ese engaño que hace que los individuos consuman sin medida medicamentos durante toda su vida. Pero a pesar de todo la medicina no toma en cuenta el proceso de formación de cada individuo y su manera de curar se generaliza para toda cultura, no importa que sea en la ciudad de México, los altos de chapas o en una ciudad de occidente.

Se impone una cultura donde el dolor esta totalmente prohibido , esa necesidad por querer ser como otras naciones trae también una nueva forma de concebir el cuerpo el cual a parte de ser una maquina de producir dinero se vuelve una manera de conseguir prestigio social por medio de la apariencia que este da a los demás, se crean nuevos estereotipos de belleza lo cual también es una trampa industrial ya que comienza a vender como pan caliente cosméticos , pastillas para adelgazar o evitar envejecimiento, aparatos, todo dirigido a lograr una apariencia aceptada socialmente para hombres y mujeres. <sup>20</sup>

Las personas mueren por lucir la cabellera rubia, la piel blanca, la figura esbelta y alta, etc., todo lo que vaya en contra de su raza o apariencia original. La

---

<sup>19</sup> ibidem

<sup>20</sup> ibidem

industria se empieza a centrar en la cara y la piel, es decir, en el exterior del cuerpo para aparentar la falta de salud por falta de nutrientes, lo cual nos muestra que lo que importa es la belleza antes que la salud, la etiología de la enfermedad no importa tanto.

Esto es lo que nos a traído el racionalismo nos aleja de nosotros mismos, nos lleva a no sentir el cuerpo a huir del dolor a hacernos cualquier cosa por no sentirlo, por que el concepto de salud que tenemos a si lo exige, entonces tomamos pastillas para anestesiar lo que nuestro cuerpo esta experimentando negando de esta forma el cuerpo y los mensajes que trae consigo una enfermedad, Sin darnos cuenta el cuerpo se vuelve refugio para la frustración que trae la sociedad industrial, los refugios de la represión son los procesos psicossomáticos que se alimentan “de deseos inconclusos , de las actividades sin terminar “<sup>21</sup>

Los individuos empezaron a delegar su existencia a la industria médica la cual iba creando nuevas necesidades para calmar los dolores del cuerpo<sup>22</sup>

Se evita a toda costa dar atención a los mensajes que dan la enfermedad, la intención medica es hacer que la maquina siga funcionando, el cuerpo toma un nuevo papel social donde ya no es permitido sentir y se tiene mayor expectativas hacia el no dejar de trabajar, estudiar, y explotarlo hasta el agotamiento. Buscar el mejoramiento del cuerpo por medio de medicamentos aleja el contacto que tenemos con el y nos aleja del saber como es que construimos la enfermedad y su malestar<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> López Ramos. S (2002) “Lo corporal y lo psicossomático II” CEAPAC. México

<sup>22</sup> Capra fritjof

<sup>23</sup> López Ramos. S (2000) Zen y cuerpo humano”. CEAPAC, México Verdehalago



## 1.6 La obesidad según la medicina alópata

El capitalismo trajo consigo una nueva forma de vida, el sedentarismo, la vida cómoda, el comer sin hambre, además los horarios de comida hacen que se coma con rapidez y la publicidad influye de manera alarmante en la alimentación de las personas. La cultura de la abundancia hace que la gente coma en exceso para sentirse parte de la sociedad, también es común que ante los sentimientos de frustración (que la misma sociedad provoca) la gente encuentre una fuga en la comida, el alcohol, la droga, la neurosis, etc.

Una de las *garantías* a la sociedad es el derecho a prevenir controlar y tratar enfermedades cónicas degenerativas que son mortales como la obesidad ya que origina otras enfermedades entre ellas la diabetes mellitus. Las estadísticas dicen que en México 35 millones de personas tienen obesidad o sobre peso, es decir, el 64.2 % de la población. “La campaña de prevención, tratamiento y control por medio de folletos, campañas permanentes, programas de actividad educativa, vigilancia médica especializada y gratuita para todos los mexicanos sin distinción son algunas de las disposiciones que la ley general de la salud plantea.<sup>24</sup>

Bajo ese mismo pensamiento positivista con que actúan los gobiernos opresores la medicina alópata ha tratado el tema de la obesidad fragmentando el cuerpo, busca causas específicas para su diagnóstico y clasifica a la gente para determinar quien es normal y quien no, su tratamiento se generaliza y se

---

<sup>24</sup> el ART115 frac. Estas son las medidas que toma el gobierno de México en el 2003 su interés no va mas allá de crear folletos informativos o campañas para mejorar hábitos alimenticios, jamás voltea a ver a cada individuo a los ojos y averiguar el proceso de su enfermedad, todo se queda en el discurso de mencionar lo importante del valor biológico, social y cultural para el desarrollo de cualquier enfermedad. Mas bien este tipo de campañas son para callar a la gente y que vean que si están trabajando por el pueblo.

dirige a normalizar el peso de la gente, nunca se preocupa por saber como es que se fue construyendo la enfermedad.

### **1.6.1 Definición**

La fundación mexicana para la salud en el año 2002 decía: *“Desproporcionado aumento de tejido adiposo consecuencia de un exceso en la ingesta energética y una disminución en la actividad física, dicho exceso de grasa corporal se traduce en riesgo para mantener la salud”*

El tejido adiposo almaceno en forma de grasa neutra o triglicéridos, cuando se sobrepasa el límite se presenta la obesidad. La obesidad es una entidad patológica crónica que se caracteriza por una proporción excesiva de grasa corporal y se relaciona con un importante riesgo para la salud.

Otra definición hecha por Fanghanel. S un año antes nos dice:

*“Enfermedad crónica, adaptación homeostática anormal en la que el organismo gradualmente obtiene capacidad de vivir día con día ajustando su metabolismo a una ingesta excesiva de nutrientes calóricamente densos que conducen a una secreción neuroendocrinal alterada. Esta adaptación a la progresiva acumulación de grasa corporal evoluciona en forma crónica produce daño al endotelio de la microcirculación, macrocirculación en asociación con otras alteraciones sistémicas.*

La medicina establece que una persona tiene obesidad y sobrepeso según el índice de masa corporal (IMC)

. Así se entra en un proceso de selección estableciendo quien es normal y quien no, de esa manera nos dicen que una persona delgada o normal tiene un IMC de 18.5 a 24.9, una con sobrepeso 25.0 a 29.9 de IMC y la obesidad de

30.0 en adelante, esta a su vez puede ser: Moderada 30.0 a 34.9 de IMC, Severa de 35.0 a 39.9 y Mórbida de 40 en adelante.<sup>25</sup>

Además se clasifican dos tipos de obesidad los cuales se identifican según el aspecto físico y la acumulación de grasa:

GINOIDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Acumulación de grasa en las nalgas y parte alta de las piernas.</li> <li>-Apariencia de pera</li> <li>Los depósitos de grasa tienen una dinámica lenta con movilización retardada de los lípidos.</li> <li>-se da mayormente en las mujeres</li> </ul>
ANDROIDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Grasa en abdomen</li> <li>-Apariencia de manzana</li> <li>-Libera triglicéridos</li> </ul>

### 1.6.2 Causas

La medicina enumera una a serie de causas que son las que originan la acumulación de grasas entre ellas:

*-Las genéticas:*

1.-Leptina o gen ob: se produce por el tejido adiposo, por ésta el cerebro recibe la señal de las reservas de energía que se encuentran el cuerpo. La cantidad de leptina se relaciona con la magnitud del tejido adiposo la cual circula hacia el hipotálamo e induce a la saciedad. La disminución de depósito energético disminuye los niveles de leptina. La ausencia de leptina produce obesidad. En la pubertad se eleva la leptina

*-Metabólicas:*

1.- El sedentarismo

---

<sup>25</sup> (Fanghanel 2001) "obesidad: principal problema de salud del nuevo siglo. Revista de endocrinología y nutrición (3) 2 48

-*Neuroendocrinas*: La obesidad tiene su origen en el hipotálamo que es la parte del sistema nervioso que regula la sensación de saciedad y apetito.

-*Medicamentosas*.

-*Calóricas*.

-*El hipotiroidismo*: Se da por un bajo nivel de tiroides.

-*El síndrome del ovario poliquístico*

-*La deficiencia de hormonas de crecimiento*

-*Antecedentes familiares*

-*Factores ambientales*.<sup>26</sup>

Otros especialistas que aunque pareciera que su visión es más amplia siempre caen en la fragmentación considerando como causa específicas a la familia, pero desde un punto de vista genético<sup>27</sup> Este autor menciona como *rasgos clínicos* y factores patógenos de la obesidad:

- búsqueda de alimento engordante
- El sedentarismo y

---

<sup>26</sup> (Zarate 2001) Basurto, Saucedo (2001) La obesidad. Revista de la facultad de medicina UNAM (44) 2, 66-74

<sup>27</sup> Alperovich B 1998. Génesis y percepción de la obesidad o ¡come y quédate quieto! Revista de psicoanálisis (45) 5... Nos menciona que estos factores solo son posibles cuando hay una madre dominante y carcelera y un padre pasivo y sin vinculación afectiva con la madre y el hijo o hija.

- la pobre vida genital

Del mismo modo la Fundación Mexicana para la Salud menciona los factores que según ellos ocasionan la obesidad,<sup>28</sup>

- Desajuste en el control del comportamiento alimentario
- Desajusta en los mecanismos de almacenamiento de grasas
- Desequilibrio entre ingesta y gasto de energía
- Influencias endocrinas, psicológicas, genéticas, sociales.

### 1.6.3 Consecuencias

Se mencionan muchas consecuencias ocasionadas por dicho padecimiento y además están en función del IMC de cada sujeto ya que hay mayor grado de IMC mayor grado de mortandad<sup>29</sup>

La obesidad por si sola puede causar la muerte, por el ejercicio, como factor de riesgo para otras enfermedades. El riesgo aumenta con el grado de obesidad que se tiene<sup>30</sup>.

Las consecuencias que contrae la obesidad son variadas desde el aspecto físico hasta otras enfermedades que ponen en riesgo la vida de las personas, sin embargo una de las consecuencias que mas se resalta y preocupa a las personas es referente al aspecto externo, lo que los demás y el enfermo ven<sup>31</sup> Entonces, la lista de consecuencias es:<sup>32</sup>

---

<sup>28</sup> si analizamos claramente vemos que tienen una descripción bastante científica, donde el biológismo esta totalmente presente, para encontrar causas y curas

<sup>29</sup> Calzada 1993) "tratamiento de la obesidad en niños ventajas y desventajas revista de endocrinología y nutrición. (1) 2 40-43

<sup>30</sup> . (Fundación mexicana para la salud 2002)

<sup>31</sup> (esto es aprovechado por las industrias dedicadas al "cuidado" del cuerpo).

<sup>32</sup> Zarate Basurto, saucedo 2001. ibidem

- 1.-La piel: la elasticidad que esta posee no soporta tanta acumulación de grasa subcutánea y en un momento dado llega a tal punto que se rompe (estrías), hay pigmentación, sudoración profusa, infecciones por hongos, crecimiento de bello, etc.
- 2.-Gastrointestinales: reflujo de esófago, gastritis, hígado grueso, colitis, cáncer de colon, hemorroides, estreñimiento, etc.
- 3.-Genitourinarias: incontinencia, cálculos renales, alteración en la menstruación, cáncer de próstata, lesiones benignas y malignas en el útero y senos,
- 4.-Metabólicas: diabetes, resistencia a la insulina hipercolesterolemia, hipertrigliceridemia, hiperlipidemia, gota,
- 5.-Oosteoarticulares: dificultad para moverse, hipotrofia muscular, artritis de miembros inferiores, columna vertebral, hernia de disco intervertebral,
- 6.-Afecta los Pulmones manifestando : fatiga, falta de aire, dificultad para respirar durante el sueño, trombosis pulmonar ya que el tórax y el abdomen están más rígidos y se necesita mas fuerza para desplazarse,
- 7.-Reproductivas: alteración en ovulación, infertilidad, relaciones sexuales deficientes, riesgo en el embarazo,
- 8.- Discriminación,
- 9.-Hernias y
- 10.-Accidentes.

#### **1.6.4 Diagnostico**

La manera en que la medicina trata la enfermedad se limita alo orgánico y todos sus esfuerzos se dirigen a hacer que el paciente no coma y obtenga un IMC considerado normal. Pero no se toma en cuenta el proceso que tuvo que haber en la vida del enfermo para que se construyera la enfermedad. Además aunque una persona con sobrepeso lograra entrar en la norma, no podrá lograr el equilibrio que necesita para lograr la unidad ya que su enfermedad no es nada mas corporal, el cuerpo es una manera de exteriorizar el verdadero

malestar que viene desde lo mas profundo del ser que se ha venido formando desde el momento en que fue concebido por sus padres.

La medicina considera los siguientes métodos como medio de diagnostico:

- Antropométrico
- Peso
- Estatura
- Circunferencia corporal
- Grosor de pliegues cutáneos
- $IMC = \text{peso (Kg.)} / \text{estatura m}^2$

La fundación mexicana para la salud recomienda diagnosticar con obesidad a quien tenga un IMC de 27 o más. (Es este criterio el utilizado como elemento para el desarrollo de la investigación)

### **1.6.5 Tratamientos y efectos secundarios**

Con la visión científica el tratamiento parece muy difícil ya que el número de personas que padecen de obesidad es muy grande, se tendrían que consultar por lo menos tres especialistas y tal vez no alcancen para el número de gente enferma.<sup>33</sup>

Además los tratamientos han resultado poco efectivos y los médicos le echan la culpa a los pacientes argumentando que no asumen el compromiso con lo prescrito. Entre los tratamientos que éstos recomiendan son:

- 1.- La alimentación,
- 2.- Actividad física permanente,
- 3.- El uso de fármacos,
- 4.- En algunos casos la cirugía y

---

<sup>33</sup> Alvarenga 2001 citado en Calzada. L. R (1993) "tratamiento de la obesidad en niños ventajas y desventajas revista de endocrinología y nutrición. (1) 2 40-43

5.- tratamiento psicológico.

#### **1.6.5.1- La alimentación**

Los médicos recomiendan una alimentación hipocalórica baja en grasas, consumo de fibras solubles o insolubles.

La dieta recomendada es:

900-1200 calorías

50% de carbohidratos

15-20% de proteínas

Y el resto de grasas

Además se recomienda no suprimir comidas por que el cuerpo aprende a conservar la reserva energética por la tendencia a almacenar grasa. Se advierte que el mecanismo de defensa que conduce a la formación de grasas se presenta en personas que se someten de manera intermitente a tratamientos dietéticos exagerados.

A demás las estadísticas muestran que de quienes se someten a dietas muy estrictas el 90% de las que bajan de peso lo vuelven a subir dentro de los seis meses siguientes y en cada intento se reduce la magnitud del descenso<sup>34</sup>. Así nos damos cuenta de lo deficiente que resulta el trabajar solo este aspecto de la alimentación, ya que la mayoría de la gente que come demasiado es por que ha encontrado en la comida una manera de fugarse de la realidad.

#### **1.6.5.2.- Actividad física**

Actividad física permanente: que el paciente quiera, correr, caminar, se recomienda la gimnasia, pesas, etc.

---

<sup>34</sup> Fanghanel. 2001 ibidem



Se dice que hay una estrecha relación entre la obesidad y la actividad física por eso se considera un factor importante para tratar la obesidad, además se dice que trae y consecuencias positivas y negativas emocionales como<sup>35</sup>

CONSECUENCIAS EMOCIONALES POSITIVAS SI SE HACE EJERCICIO	CONSECUENCIAS EMOCIONALES NEGATIVAS POR NO HACER EJERCICIO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- mejorar el nivel socioeconómico</li> <li>- constitución de una pareja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-perdida del empleo</li> <li>-descenso notable de actividad laboral</li> <li>- emancipación de los hijos</li> </ul>

### 1.6.5 3.-Uso de fármacos

Los medicamentos se recetan para que el paciente pueda reducir la cantidad de alimento que ingiere. Las anfetaminas pueden inhibir moderadamente el apetito pero llegan a crear dependencia. De manera empírica se ha utilizado la medicación tiroidea, la hormona corionica y los diuréticos, aun que se acepta que carecen de un efecto real para el tratamiento de la obesidad. Así la farmacología ha descubierto varios compuestos químicos que sin embargo traen consigo reacciones secundarias que afectan directamente otras partes del organismo.<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> Saldaña, García (1997)" tratamiento multicomponente de la obesidad crónica: terapia de conducta dieta y actividad física". aplicaciones clínicas a la evaluación y modificación de conducta: Estudio de casos. Madrid. Pirámide.

<sup>36</sup> Juárez (2001)"cirugía en la obesidad mórbida revista medica del IMSS (39) 1-3

Uno de los fines principales de medicamentos es el reducir el apetito, los supresores del apetito tienen una clara indicación en pacientes con sobrepeso que va de 20 a 30 por ciento, su administración debe ser continua. La mayoría son estimulantes y/o aumentan los niveles defectivos de serotonina, se recomienda no usarlos por más de un año.

Hay medicamentos que bloquean la absorción de lípidos sin que afecte el vaciamiento gástrico; Como el orlistat que es inhibidor selectivo de la lipasa gástrica y pancreática, la inhibición que produce bloquea la hidrólisis de los triglicéridos en la dieta como consecuencia la absorción de ácidos grasos monoglicéridos previniendo la digestión y absorción de hasta 30 % de la grasa ingerida. La malabsorción de las grasas que provocan estos medicamentos no tiene efecto sistémico importante en el organismo, como reacciones secundarias encontramos que ocasiona flatulencia, urgencia de defecar, dolor abdominal, excreción de heces con mucha grasa.

También encontramos La leptina endógena: que reduce el peso y los Inhibidores del neuropéptido Y que controlan el apetito <sup>37</sup>

En la misma línea la facultad de medicina publicó en su Vol. 44 que el tratamiento para la obesidad con fármacos era el siguiente:

a) Medicación tiroidea, la hormona corionica y diuréticos

b) Efedrina finilpropanolamina; actúa sobre el sistema simpático, produce taquicardia e hipertensión arterial.

---

<sup>37</sup> Chiprut, Castellanos, Hernández y cols (2001) "La obesidad en es siglo XXI. Gaceta medica México (137)4 323-340

c) Agentes sin acción adrenérgica ni dopaminérgica como la Fenfloramina que incrementa la serotonina, suprime el apetito y reduce la ansiedad; ocasiona lesión cardiovascular e hipertensión pulmonar.

d) Sibitramina: actúa sobre el SNA, incrementa la tasa metabólica y gasto energético por lo que se reduce el depósito de grasa y también actúa sobre el centro cerebral de la saciedad

e) Mazindol: discreta acción noradrenergica y dopaminérgica

f) Fenproporex: aumenta la actividad de la lipasa en el tejido adiposo.

Además existen otros medicamentos que son recetados por los médicos bajo consulta de su libro PLM

#### 1.- Clasificados como anoréxicos no anfetamínicos:

NOMBRE	USO	REACCION SECUNDARIA
Asenlix (obenzorex)	Regulador del apetito, para la obesidad como enfermedad	Sequedad de boca, ligero grado de nerviosismo
Diestet	Disminuye la sensación de hambre, indicado para la obesidad	Puede desarrollar tolerancia, sequedad de boca, taquicardia, constipación, nerviosismo e insomnio. Con menor frecuencia mareos, cafolea, rash cutáneo y sudoración excesiva, disminución de los reflejos.
Diomeride	Anoréxico, tratamiento de la obesidad	Ocasionalmente resequedad de boca, constipación, diarrea, nauseas, somnolencia, aturdimiento, cafolea, astenia, trastornos del humor, depresión e insomnio.

#### 1.6.5 4.-Cirugía

Y después de muchos intentos dietéticos y farmacológicos la medicina recomienda la intervención quirúrgica. Según Chiprut se recomienda lo siguiente:

CIRUGIA	PROCEDIMIENTO	CONSECUENCIAS
Cortocircuito yeuno ileal (intestino delgado)	procedimiento de malabsorción .suele mantener una pérdida de 50% del exceso de peso hasta por 14 años con una disminución del IMC de 50 a 35 Kg./m2	Elevado índice de morbimortandad, diarrea crónica, malabsorción protéica
Estomago	Reduce el tamaño y se come menos, combina la reducción del tamaño gástrico, con una disminución de la absorción de alimentos.	Alteración del metabolismo,
Gastroplastica vertical o engrapado gástrico	Procedimiento restrictivo, induce la saciedad temprana	Mas alto nivel de fracaso alteración del metabolismo de las vitaminas- deficiencia en nutrientes esenciales como hierro y vitamina B12.

En general en cualquier tratamiento quirúrgico las reacciones además de las ya mencionadas son el daño hepático, litiasis renal, artritis y desequilibrios hidroelectrolíticos, y sobre todo la muerte.<sup>38</sup>

### 1.6.5 .5 Tratamiento psicológico

Definición operativa del sobrepeso:

*“Exceso de peso superior al 20 % con relación al peso ideal calculado en función de la estatura y se produce cuando el balance energético es positivo, es decir, si las calorías ingeridas rebasan las gastadas, entonces, el excedente se acumula en forma de grasa”*

Para bajar de peso se recomienda; disminuir la ingesta calórica y/o aumentar el gasto calórico. A demás se buscan factores que describan las conductas específicas a modificar, las cuales se dice que son:

- los obesos comen de prisa,
- frecuentemente la conducta es una respuesta a estímulos incitadores externos,
- se tienen ideas falsas y expectativas poco realistas sobre la obesidad y su tratamiento.

Con base a lo anterior la intervención sería la siguiente<sup>39</sup>:

TECNICAS DE AUTOCONTROL	Es la base de todo tratamiento de obesidad: - Autorregistros de peso, de la ingesta de la comida y actividad física, el control de estímulos y autorrefuerzo, autocastigo
TECNICAS OPERANTES	-Reforzamiento del parte del terapeuta, de los familiares, de los amigos. -Instrucciones. -Economía de fichas.

<sup>38</sup> Juárez (2001) "cirugía en la obesidad mórbida revista medica del IMSS (39) 1-3

<sup>39</sup> Saldaña, García ibidem

	-Contrato de contingencias.
TECNICAS AVERSIVAS	-Condicionamiento clásico: descarga eléctrica. -Condicionamiento operante: fumar mientras se come lo que le gusta. -Sensibilización encubierta: ver como a alguien le hace daño lo que le gusta comer.
TECNICAS COGNITIVAS	-Autoinstrucciones. -Resolución de problemas. -Inoculación de estrés.
OTRAS	-Relajación: para los que comen a -respuesta de depresión o ansiedad. -Entrenamiento de aserción. -Actividad física.

Dentro del tratamiento con fármacos se utiliza el tratamiento psicológico como auxiliar enfocado a reducir el estrés y los trastornos emocionales que provoca la obesidad, sin embargo los trastornos psicológicos no son considerados causa de la obesidad<sup>40</sup>

La influencia de las culturas occidentales en todas las áreas de conocimiento afectaron la colectividad en que algunas culturas estaban arraigadas y dentro de la cual vivían como un todo, como primera instancia crearon una individualidad la cual posteriormente fragmentaron e hicieron sociedades atomizadas. Los límites que se van creando impiden ver en conjunto. De esa forma el ser humano se fragmenta en todos los aspectos de su vida. Como nos pudimos dar cuenta la forma de ver la enfermedad también es limitada se reduce a lo orgánico, y fisiológico los tratamientos se dirigen a eliminar el exceso de tejido adiposo disminuyendo el exceso de comida o usando la energía que se consume. El

<sup>40</sup> Castro .M. G (2000) obesidad. México: MC Gaw Hill interamericana.

estudio de la obesidad se ha reducido a un solo órgano que es el que supuestamente ocasiona el mal funcionamiento de la máquina (cuerpo), por tal razón cuando ningún método le funciona pastillas y /o dieta opta por cortar el intestino o engrapar el estomago. Esto solo muestra el poco interés que tiene la medicina en las personas ya que no le causa remordimiento alterar la naturaleza humana, además, esta medida se toma después de que el paciente ha pasado por un sin fin de medicamentos que seguramente ya dañaron otros órganos.

El problema no se aborda de manera integral, es decir, si una persona come en exceso, no es simplemente una conducta que haga sin razón o por que su organismo se lo pide o por que sea una persona sin autocontrol. Más bien es todo un proceso que fue construido social y culturalmente y que se fue representando en el cuerpo (en metabolismo, en los órganos, etc.). Y si la persona además de tener un trastorno de gula como lo establece el DSMIV no tiene actividad física tampoco es por que no quiera hacerlo es también influenciado por factores sociales y culturales, además de que su cuerpo ya perdió el equilibrio y orgánicamente esta afectado pero por factores que se guardan en lo mas profundo de la persona que padece la enfermedad. Esto nos quedara mejor ejemplificado al leer los casos que se presentan en el capítulo tres, por lo pronto en el capítulo siguiente se aborda el problema planteando la obesidad desde una visión holística, tomando en cuenta la familia lo psicossomático y la teoría de los cinco elementos.

“En el mundo todo da la vuelta \_ lo que siembras cosecharas, lo que tu das eso recibes, tal como la nube que regala agua a la tierra y esta se regresa convertida en vapor si quieres ser feliz haz feliz a los demás

Nuestro planeta tierra es un organismo viviente y nosotros al igual que todo cuanto existe, somos las células que forman este cuerpo cósmico.

Polvo de estrellas- de eso están hechos ustedes y todo cuanto existe, ustedes son uno con el universo. Enseñen a los suyos a respetar todo lo que tiene vida y cuiden de lo verde.

Mientras los árboles existan, también ustedes existirán

Fragmentos del libro “el huevo azul”

Jaeger Cordero Silvia



## CAPITULO DOS

### LA OBESIDAD DESDE UN PERSPECTIVA HOLISTICA

En el capítulo anterior vimos como el modelo médico conceptualiza la salud y la enfermedad, tomado en cuenta solo una parte de la persona ya sea lo biológico o lo psicológico, dejando de lado la individualidad de cada persona.

Ahora nuestro interés se centra en abordar el proceso de la salud y enfermedad en específico de la obesidad pero desde una visión integradora u holística donde la historia, lo social y la cultura sean parte constitutiva de estos procesos. Para ello es necesario conocer el recorrido histórico que viven las sociedades para crear sus propias signos y significados que alimentan el diario vivir de las personas y que se concretizan en el modo de alimentarse, de sentir, de convivir con los demás y con ellos mismos.

#### **2. Cómo se construye la enfermedad: Lo psicosomático**

La correlación entre enfermedad, afectos y emociones hoy día es muy comentada, pero el interés es saber cuándo y cómo se da el proceso que da forma al cuerpo “no estamos hablando de una somatización, se habla del efecto de un relación de perdida o estado emocional, como la tristeza, que cambia el metabolismo bioquímico del cuerpo”<sup>1</sup>

La obesidad es un síntoma no un problema de salud como tal la construcción tiene que ver con aspectos sociales, sexuales y materiales, con la cólera no expresada, la falta de confianza, la falta de amor, el abuso sexual y físico, el dolor, el sentirse discriminado y la necesidad de protección.

---

<sup>1</sup> López. Ramos. S (2000) “Zen y cuerpo humano”. CEAPAC, México Verdehalago.

El problema se hace una concreción en lo corporal, significa no poder hacer otras lecturas de las sensaciones, los mensajes del cuerpo son interpretados con el esquema de una vida que las sensaciones, los mensajes del cuerpo son interpretados con el esquema de una vida que se hace conflictiva, difícil en estos tiempos de imágenes y valores que se articular de diferentes maneras con la realidad corporal<sup>2</sup>

El diagnóstico que busca **causas** y **procesos** de la enfermedad resta importancia a la historia familiar, sexual, material, social, antropológica, y a todo lo que conforma al ser humano, luego entonces es fundamental percibir y tomar en cuenta todos los aspectos de la vida de la persona, desde cómo come, hasta la geografía en la que está inmerso.

Esos procesos son todo lo que conforman al ser humano como unidad que forma parte del universo “las antiguas culturas veían a la tierra como símbolo de la unidad de la vida en la naturaleza, en el agua, en la piedra, en los animales, en montañas y árboles, y así todos se necesitan para existir y regenerarse<sup>3</sup>. Esta forma de concebir la vida es de culturas muy viejas que poco a poco dejaron de ser funcionales (productivas) para la nueva sociedad capitalista, como consecuencia se rompe la relación del hombre y el mundo que lo circunda. Al perder ese contacto con la naturaleza se va perdiendo también el cuerpo y se va transformando al igual que lo natural en algo artificial. Los individuos se van adaptando a ese modo de vida donde competir en algo normal, donde destruir lo natural para mejorar la vida y hacerla más cómoda es parte de los medios de producción. Todo esto trae consecuencias fatales para el organismo a largo plazo. El respeto a la naturaleza hacia además que el hombre actuara más por instinto que por el razonamiento. Ahora las

---

<sup>2</sup> ibidem

<sup>3</sup> Florescano. E (2004) “Imágenes de la patria, los orígenes: la diosa madre”. México. La jornada 2004. p2-8

relaciones solo pueden ser mediatizadas por intereses políticos y económicos. Los países conquistadores de occidente llevaron y trajeron a países “subdesarrollados” una nueva forma de relacionarse con los demás. La cooperación en su vida cotidiana, el trabajo para ellos y los demás, el comer de la tierra para vivir, el modo de sentir, de actuar, de amar, fue sustituida por nuevas formas donde la vida comunal y el respeto a su entorno se perdieron. A cambio de ello se instauró en la sociedad la competencia, donde el trabajo ya es solo para acumular (se vuelve lo único y se olvida de sus ritos y costumbres), donde el fruto de la tierra es explotado y ya no se utiliza para vivir, el modo de sentir se modifica trayendo relaciones familiares frías y distantes. La nueva forma de vivir el cuerpo es con culpa, resentimientos al no cumplir con las “normas sociales” a si mismo se crean nuevas formas de enfermarse por que las emociones y acciones antes expresadas al exterior ahora son dirigidas al cuerpo cuya memoria exterioriza con nuevos padecimientos y enfermedades que junto con la nueva alimentación (carne, leche, grasas, harinas) imponen una nueva forma de “vida “. Se modifica la manera de “curarse” que va dirigida a la biologización del ser humano por tal razón la gente sube de peso ya que la nueva forma de vivir es buscar siempre la comodidad evitando a toda costa cualquier esfuerzo, entonces consumen comidas rápidas cargadas de azúcares y grasas que hacen que la gente las consuma en exceso y como la actividad física se evita a toda costa pues el cuerpo ya no puede mantener su equilibrio.

La nueva forma de vida mercantil satisface necesidades artificiales con productos artificiales, comida, medicamentos, cremas, en fin, la vida humana ahora esta invadida por prácticas como comer en exceso, drogarse y muchas compulsiones más que lo evaden de la realidad y que exaltan lo efímero.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Flores Gonzáles. J (2002) Identidad psicosomática del adolescente mexicano urbano. Tesis de Licenciatura. FES- Iztacala UNAM

Al olvidar el cuerpo el hombre se vuelve más analítico es decir, no sabe actuar si no es con el pensamiento, sin saber que lo emocional a un cuando no lo exterioriza estimula o deprime la función biológica y las secreciones hormonales del cuerpo.

El desequilibrio que se vive con esto solo debe superarse si el individuo se re - construye articulando lo corporal y lo psicosomático. “Las enfermedades psicosomáticas son aquellas cuya manifestación y desarrollo están bajo la influencia domesticable de los factores psicosociales. Ello significa que no toda persona que sufre asma esta enferma somáticamente y que tampoco es cierto que el diabético padece una enfermedad puramente física”<sup>5</sup>

De esta manera vemos que existe una relación inseparable entre lo orgánico y lo emocional y que la manera en que se van articulando tiene que ver con los signos y significados de un proceso social su política, su economía y la objetivación de las relaciones con los individuos “El alma y lo corpóreo existen en un mismo cuerpo pero su funcionalidad puede ser alterada por procesos sociales y personales”<sup>6</sup>. Entonces decimos la relación con el cuerpo, las emociones y de más factores crean un cuerpo enfermo

La sociedad en que viven y crecen las personas con obesidad es determinante para el proceso de ésta y otras enfermedades y esa condición corporal solo es el reflejo de la interacción de las personas con su entorno, en un tiempo y espacio determinado. Sin embargo los especialistas de la salud siguen influenciados por el llamado modelo médico hegemónico cuya base teórica se aplica a cualquier ciencia. Así escindido el hombre, se le aleja de los otros pero sobre todo de si mismo y ya no es mas que órganos a los que hay mantener funcionando, y cuyo rostro no es significativo para estudiarlo y repararlo. Al igual que producción es serie el cuerpo forma parte de una homogeneidad social.

---

<sup>5</sup> López Ramos Sergio (2001) “Lo corporal y lo psicosomático I”. CEAPAC. México

<sup>6</sup> López Ramos (2003) “Lo corporal y lo psicosomático III” CEAPAC. México

La obesidad vista de una manera holística, tratar de encontrar el proceso que tuvo que vivir cotidianamente quien se ha forjado una enfermedad gracias a su diario vivir con la familia, fuera de ella y con su propio. En lo general podemos mencionar factores que son considerados determinantes para que una persona coma en exceso y tiene que ver con el amor no encontrado dentro del círculo familiar al sentirse rechazado dentro de la familia ya no se quiere buscar fuera de su núcleo relaciones fraternales y amorosas por que ya se instauraron en las emociones de auto desvaloración y autoestima bajo. La idea de si dentro de mi casa no me quieren “pues menos afuera quien no me conoce”

La sociedad busca siempre tener amor, dinero y salud para ser feliz y es en esta búsqueda donde el obeso ve en el cumplimiento de estas expectativas algo difícil o casi esta seguro seguro de que no podrá cumplir, entonces, que pasa con la frustración que se genera, si las buenas costumbres prohíben toda conducta fuera de lo normal, se quiere a gente que actúe y sienta, según las normas o valores establecidos el “deber ser” hace que se oprima al “ser” y como de alguna manera tiene que salir ese verdadero ser aparece en forma de obesidad cuya forma corpórea es una ambivalencia de sentimientos por un lado se utiliza la grasa como protector y por otro lado es un grito desesperado que pide amor y aceptación.

Cuando las personas obesas deciden bajar de peso se enfrentan a un verdadero problema ya que jamás piensan en aliviar primero el alma y después el cuerpo siendo que este último es consecuencia del primero. Entonces su tratamiento se centra en dejar de comer por autocontrol, pero cuando se consigue seguir una dieta por algunos meses y las personas bajan hasta diez kilos o logran establecerse en su peso normal ocurre lo irremediable por que el alma, lo emocional aun esta dañado, por dentro se sigue siendo el mismo, entonces, el fin deja de ser ya un desafío (en este caso el fin es dejar de comer) entonces se recae por que ahora el desafío ya no existe (ya no hay pretextos para seguir

ocultando el dolor) el autocontrol segmenta por que se cree que la mente tiene que controlar al cuerpo, el obeso tiene que entender que su necesidad de comer no esta fuera de él sino dentro de él, de que se esta indefenso ante la comida.

Al seguir el proceso histórico del cuerpo se abre una visión mas amplia del por que se vive de una manera destructiva la relación con el cuerpo y la naturaleza, es decir, la manera en que el ser humano fue bombardeando por ideas sociales y culturales occidentales cambian totalmente el modo de vida y la relación con el cuerpo, un cuerpo visto ya como un medio de producción y objeto de intercambio “debe cumplir ciertas normas de calidad” y el obeso no las tiene , el obeso esta destinado a vivir según lo estigmatiza la sociedad con una forma de comer, de sufrir , de amar, y sobre todo con una forma de relacionarse con la salud y la enfermedad. Por tal razón no es algo raro que la gente se acostumbre a vivir deprimida o con enfermedades crónicas degenerativas, como en este caso con obesidad y que esta enfermedad sea cada vez mas frecuente en las sociedades industriales o en vías de desarrollo ( tan solo en México más del 60 % de la sociedad presenta algún tipo de sobrepeso.)

.Actualmente la manera de tratarla obesidad es desechando toda historia del sujeto todos los esfuerzos se dirigen a reducir la masa corporal. El cuerpo es visto como una maquina que hay que reparar y como toda maquina (objeto) esta carente de emociones, de alma. Visto el ser humano de esa forma la salud se vuelve también una mercancía y la industria del cuerpo lo medicaliza y adorna con ropas, maquillajes, que buscan meterlo dentro de los “productos de calidad “ , el fin es lograr por medio de pastillas, tes, cremas , aparatos, y mucho mas, un cuerpo exterior “normal” lo interno no importa. Además a quien padece obesidad se le estandariza de acuerdo a su IMC y luego se le elije un tratamiento dirigido a eliminar el sobrepeso Pero ¿por que fallan? ¿Por que la gente vuelve a subir de peso? ...La fragmentación del ser humano podría ser una buena respuesta, además si se siguen los rasgos estructurales del Modelo Médico Hegemónico (MMH) jamás se le podrá dar una solución real a las enfermedades

Bajo la teoría y práctica del MMH el cuerpo fragmentado es desprovisto de emociones, sentimientos, alma y solo le queda lo orgánico, mas a un solo le queda su exterior por ello todos los tratamientos para la obesidad van dirigidos hacia el mejoramiento del aspecto físico, que de la apariencia de estar sano, es bajar de peso y lograr un IMC estándar. El hombre visto como objeto, será tratado como objeto y lo que es peor se comienza a vivir y sentir como un objeto y como tal se puede vender así el hombre se vende a la sociedad y deja que esta decida su valor, su vida, según sus intereses políticos económicos. El Maestro Sergio López Ramos escribe:

“Lo corporal y su representación social tiene un trasfondo ideológico político que es cruzado por la mercadotecnia de una concepción económica que vende lo corporal o al menos su imagen, en una estrecha relación con las aspiraciones colectivas de lo instituido y que descarta a la vez un proyecto de humanización”<sup>7</sup> Los intereses que giran alrededor de esta mercadotecnia del cuerpo crean un nuevo concepto de salud “ y programas para bajar de peso , las campañas epidemiológicas que esta tan de moda entre las sociedades de primer mundo van aunadas ( y así lo vemos en la televisión radio, revistas y de mas formas de comunicación) a publicidad y comercio de productos que ofrecen las industrias de comida rápida y comida Light ( que lejos de beneficiar la salud la deterioran) industrias farmacéuticas, de aparatos , accesorios y todo lo que sea para bajar de peso .

La colectividad, o sea, la no fragmentación social , nos llevaría, a la no fragmentación corporal y entonces las enfermedades como la obesidad no existirían, un ejemplo de ello es una anécdota que me ocurrió en la elaboración de este trabajo , en un principio mi interés era hacer una comparación entre personas con obesidad en el distrito federal y con personas de comunidades zapatistas, pero jamás en mis visitas a las comunidades (por otras razones) había observado que entre ellos no existe tal problema , ¿por qué?, la

---

<sup>7</sup> López Ramos. S 2000 zen y cuerpo humano. CEAPAC: México Verdehalago

alimentación, la actividad física tan intensa, la colectividad y armonía en la que viven, la alegría, ellos saben y viven en unidad con ellos, con la naturaleza, cada uno es parte de un todo y todos son tomados en cuenta<sup>8</sup>. Y la vida colectiva hace que el cuerpo no se a producto de escisión si no uno solo con el cosmos la naturaleza y los otros.

Cuando existe la ruptura macrocosmos también se da a nivel microcosmos que se representa en una ruptura en relación física con el exterior, es decir, cuando se quiere romper relación con el mundo el cuerpo se rebela ante ellos como en la obesidad que crea una coraza de grasa indisoluble que protege al ser de lo que para el es peligroso. Entonces el comer en exceso tiene que ver con la forma en que el enfermo ve y siente su cuerpo, es decir el contexto determina la forma en que una persona actuara con los otros y para los otros. Entonces si desde pequeños el contexto social (la familia, amigos, maestros...) lo descalifica entonces se crece con ese sentimiento arraigado

La fragmentación, las polaridades parecen algo muy normal, sin embargo esto ha ocasionado el surgimiento de muchos padecimientos que también son vistos como algo normal. La incongruencia entre lo que pienso y siento empieza a hacer estragos en el cuerpo. Lo que deseo no corresponde con lo que la sociedad exige. Las emociones de tristeza, soledad, ira, ansiedad modifican el cuerpo que responde con un síntoma: la obesidad cuya, dicho padecimiento solo podrá encontrar una solución si se identifica dicha emoción....Nuevamente el Maestro Sergio López Ramos nos deja claro esto

“El alma y lo corpóreo existen en un mismo cuerpo pero su funcionalidad puede ser alterada por procesos sociales y personales (...) La enfermedad

---

<sup>8</sup> En esas comunidades se vive precisamente como lo dice el nombre en comunidad de modo colectivo las tareas que realizan no son exclusivas de un genero en particular, si no de todos en general, también son importantes los lineamientos que para la convivencia establecen como el no consumo de alcohol, de drogas, y en caso de que se irrumpiera en esto serian expulsados al igual que cualquier acto de violencia y falta de respeto a cualquiera de los integrantes de la comunidad. Además hay libertad de expresar los sentimientos, con los hijos, las compañeras y los compañeros por igual. A la hora de tomar los alimentos están todos en la cocina con el fogón y platicando felices y ya por la noche para ir a descansar tocan la guitarra, cantan y ríen.... El tema es muy amplio ya que si es cierto que no hay obesidad en ellos sin embargo existen otras enfermedades que podrían estar vinculadas con el estado de tensión en que se vive.



psicosomática esta ala alta es silenciosa y se ve como algo normal se aprende a vivir con cientos de padecimientos (...) Si se pueden cambiar los procesos bioquímicos o fisiológicos con una emoción, el camino se puede revertir, se puede hacer que la emoción se diluya o pierda predominio en la representación del cuerpo”<sup>9</sup>

Como podemos darnos cuenta todas las emociones o acciones que no nos están permitidas expresar se instalan en el interior y salen a la luz con alguna enfermedad...La obesidad es una enfermedad que guarda emociones de abandono, abuso sexual y físico de soledad tristeza el alma quisiera sacarlos a la luz pero la auto desvaloración que se tiene impide cualquier intento sin embargo el cuerpo superficie de proyecciones es el único que tiene memoria quien lo porta lo a olvidado.

La historia personal, el tiempo y el espacio en que se vive, la raíz social y cultural están siempre alrededor del cuerpo lo organizan y llevan a vivir y enfermarse de manera determinada, en la obesidad o sobrepeso el cuerpo es abandonado, es símbolo de sus relaciones y vínculos sociales. El cuerpo es moldeado por el contexto social, es un vector semántico por medio del cual se construye la evidencia de la relación con el mundo: actividades perceptivas, expresión de sentimientos, gestos y expresiones, la puesta en escena de la apariencia, la relación con el sufrimiento y el dolor<sup>10</sup>.

En la obesidad como en cualquier padecimiento el desequilibrio no solo es corpóreo (órganos) sino con la naturaleza. La satisfacción de necesidades primarias como comerse va transformando ahora en un lujo donde el fin ya no es la saciedad y supervivencia ahora el cuerpo exige alimentos sabrosos no insípidos, se come hasta que se siente que va a explotar. Las necesidades se deforman y ocasionan un daño sobre todo si las necesidades de reconocimiento social, dinero, éxito y amor no se cumplen ya que se

---

<sup>9</sup> López. R. S. Zen y cuerpo humano ibidem

<sup>10</sup> Bretón (2002)“La sociología del cuerpo”. Argentina. Nueva visión.

sustituyen por otras como la comida , el alcohol , la droga y muchas mas el problema es que la gente no vive par a si mismo es *ser para* los demás.

Lo paradójico es que la sociedad en que nos desarrollamos corporal y emocionalmente es quien exige el cumplimiento de metas que la mayoría no puede cumplir y como consecuencia encontramos a una sociedad frustrada por no lograr el amor, una carrera profesional, dinero, belleza física, y muchas otras cosas mas que hacen que la gente viva inconforme con lo que tiene y que su vida se le vaya en la búsqueda de siempre mas y mejor que el otro la pareja mas atractiva, la casa mas grande, el carro mas lujoso, la ropa mas cara, la familia mas feliz, el cuerpo mejor formado; arriesgando la vida en eso y sobre todo perdiéndose de vivir y disfrutar en el presente .

Para quien tiene la necesidad de ser aceptados por su apariencia física se crean aparatos, pastillas, cremas, alimentos, jabones y un sin fin de cosas para mantener una figura delgada, un rostro joven un cabello hermoso y todo lo necesario para *lograr la felicidad*, entonces, la gente , cree que no es feliz, por que no es como las personas que anuncian todas estas cosas, o por que no usa zapatos *Andrea* o pantalones *talla 5* y su vida se dirige a conseguirlos a costa de todo, pero al lograr su meta ( su motivo de vivir) sus vidas no cambian en nada y se sigue sintiendo deprimido, triste , despreciado , solo sin amos... pero ahora con mayor frustración.

Si se sigue el recorrido del las personas con obesidad, encontraremos las emociones que se instalan en el cuerpo, emociones que determinaran el que se viva siempre sustituyéndolas por la comida.

## **2.1 Influencia familiar en la obesidad**

Desde que una persona es concebida se depositan un sin fin de emociones, posteriormente los adultos van depositando en los niños emociones y formas de vivir que determinar el modo en que este se relaciona con la sociedad. Pero a su

vez esos adultos fueron víctimas de la cultura en la que crecieron y a sí se crea una cadena familiar en donde lo afectivo se vuelve más difícil de expresar. La mayoría de las personas pasan la mayor parte de su vida culpando a todos por lo que nos pasa, y su pensamiento constante es ¡ah! *entonces por eso no soy feliz* por culpa de mi mamá o de mi papá y se vive con resentimientos, por no ser capaces de perdonar y cargar toda la vida con eso, pero además tampoco se aprende a pedir perdón, esto y más habla de lo alejados que se está de lo espiritual que llevaría a encontrar la paz con los demás y con uno mismo.

Es precisamente esa la razón por la que la historia de las personas es parte aguas en la construcción individual y la infancia es el cimiento de toda personalidad donde se aprende a reprimir, a no hablar de lo que se quiere y no quiere, a callar, a vivir con miedo, entonces, esos sentimientos se instauran en el individuo y son parte de su vida cotidiana. La violencia, el alcoholismo, el abandono se viven a diario en muchas historias y son una parte que hay que ocultar y al ocultar externamente lo único que se logra es que el cuerpo lo guarde. Cuando no se es sincero con los conflictos internos, el cuerpo hace el llamado por medio de "la enfermedad".

En el caso de la obesidad vemos que es utilizada como pretexto para evitar la proximidad con el otro el problema básico no es el sobrepeso si no toda una historia de dolor por no ser tomados en cuenta, por soslayar sentimientos, por sentirse solos, etc. En este caso la enfermedad sustituye el dolor real <sup>11</sup>

La persona que padece esta enfermedad siente que sus problemas no los puede controlar (Que la gente se vaya, que lo amen) en el caso de la comida sí, con ella se permite perder el control, el dolor que arrastra desde la niñez. Lo que hace es descontrolarse con la comida para controlarse con la gente, entonces se somete a constantes tratamientos para bajar de peso, por ejemplo la dieta, pero la dieta se hace con la afectividad, se aprende a que si se quiere amor no hay que pedirlo.

---

<sup>11</sup> Roth Geneen (1991) "Cuando la comida sustituye al amor". Barcelona. Urano bolsillo.

Se finge ser, lo que no se es, para ser aceptado, pero en el fondo piensa que no es digno de amor y por eso se dan a si mismos amor con la comida, recordemos que toda compulsión indica una falta de amor a uno mismo. Se finge preocuparse por el cuerpo pero en realidad hay un encubrimiento mas profundo., por eso cuando un obeso cuya única ilusión es bajar de peso pierde toda ilusión al conseguirlo.

La comida sustituye amor, reconocimiento, comprensión, entonces dejamos de buscarlo de mostrar necesidad de todo esto ya que es mas fácil proporcionárnoslos con alguna compulsión comida, alcohol, droga, etc.

Dentro de la dinámica familiar la comida logra ganarse un lugar especial, es una de las actividades sociales más importantes. Una persona que esta viviendo en estado de abandono se apropia de esta relación y la utiliza como una forma de ser aceptado, entonces, se comienza a comer en exceso desde pequeños y el aumento de peso es gradual e imperceptible a través de los años, cuando el otro se da cuenta el enfermo también y no sabe como fue que llego a aumentar de peso , a veces se excusa diciendo que desde que nació es gordito, pero jamás se ha puesto a analizar las concordancias de hechos pasados ( que podrían ser relevantes) con sus aumentos de peso.

La familia influye en el proceso de la enfermedad de manera significativa, algunas veces se busca identificación con los padres, entonces, si los padres son obesos, el hijo en su deseo de ser amado también lo será. Además cuando los hijos ya tienen la edad para buscar fuera: amigos, pareja o miles de actividades que les gusten entra la familia que chantajea, exige y anula esos deseos de liberación, por tal motivo se dice que los obesos permanecen más tiempo en casa, sin pareja, sin amigos. Al principio por que los padres intervinieron y luego ellos mismos se reprimen por medio de la adiposidad.

La manera como se mueve el obeso esta siempre mediatizado por valor corporal ya que primero el seno familiar y después e la sociedad en general establecen

características poco halagadoras de quien tiene sobrepeso por ejemplo se les dice que son torpes, chistosos, tragones, y muchos otros mas que en conjunto funcionan como un estímulo negativo que hará que se rechacen a si mismos como otros ya lo hicieron

Es indiscutible que la comida funge como un gratificante enorme, pero, es un gratificante simbólico se sacia el hambre de amor, de manera inconciente la obesidad se presenta en las personas que buscan en la adiposidad una protección o evitación de la vida sexual y emocional.

En este proceso la familia juega un papel fundamental. Todas las experiencias infantiles se van albergando en el cuerpo de repente las personas no saben que hacer con sus apegos, frustraciones y de mas sentimientos que ejercen influencia sobre el cuerpo, la ira, la ansiedad, la depresión, la hostilidad, la soberbia, el orgullo y alimentos merman el sistema inmunológico predisponiéndolo a desarrollar enfermedades.

### **2.3 Teoría de los cinco elementos**

La división del hombre hace de la cotidianidad un mundo de polaridades que rompen a unidad. La cultura japonesa habla del yin y el yang como representantes de diferentes aspectos que se atribuyen a la polaridad como femenino-masculino; positivo-negativo; sol-luna; dia-noche; vida-muerte; hemisferio izquierdo – hemisferio derecho, y muchos mas, que son necesarios para la vida, sin embargo, como ya dijimos la dualidad impuesta por la ciencia se a encargado de romper el equilibrio entre las polaridades haciendo que las personas se inclinen a un solo lado y adquiriendo la polaridad como característico personal<sup>12</sup>

La polaridad lleva a dividir las sociedades, las comunidades y al individuo mismo, la repercusión recae en la forma de vida actual, que es el de una sociedad consumista que se dirige al cuerpo, su comodidad, su estética y descanso,

<sup>12</sup> Thorwald, Rudiger. (1993). "La enfermedad como camino". Barcelona. De bolsillo

llevando al abandono emocional, a la adquisición de padecimientos emocionales y fisiológicos.

Los padecimientos somáticos se suman a asuntos no resueltos que buscan salida aparecen entonces enfermedades emocionales y fisiológicas, pero jamás consideramos que eso es una llamada de atención para resolver lo pendiente.

La contención emocional puede encontrarse en muchos órganos y músculos que son sometidos a voluntad dejando una impresión de tensión permanente producto del dolor, estrés, tristeza, cólera o alegría, esto permite ocultar una emoción que no quiere mostrarse, que se ha dejado de lado por años a pesar del dolor angustia o frustración.

Estas enfermedades son para la gente la única opción. Tal parece que el refugio, en este caso la comida, es la única salvación en lugar de disfrutar la vida

La filosofía china es una forma de vida que enseña al hombre a reencontrarse ya que nos enseña que todo ser vivo esta en interrelacionado unos con otros, todos están aquí para algo, se habla de que cada elemento del macrocosmos tiene relación con los órganos de nuestro cuerpo.<sup>13</sup>

EL hombre es una parte mas del cosmos y esta íntimamente relacionado con la naturaleza, de ahí que la vida sea organizada por fuerzas y energías que son contrarias pero complementarias (yin- yang ) estas tienen relación con el clima, las estaciones del año, los elementos y los alimentos, entre otros. La teoría de los cinco elementos sostiene que cada elemento tiene relación con los órganos y a su vez al interior de ellos existen tres tipos de relación que funcionan de la siguiente manera 1.- intergeneración representado por la flecha gruesa, 2.- interdominancia representado por la flecha delgada, 3.-contradominancia<sup>14</sup>

**¡Error! No se pueden crear objetos modificando códigos de campo.**

<sup>13</sup> Gonzáles Merino. M .J, Rosas. M (1999)" estilos de vida y salud en estudiantes universitarios. Méx. Tesis de licenciatura en psicología. ENEP- Iztacala. UNAM

<sup>14</sup> Duran. N (2002) "incorporación de la intuición por medio del cuerpo" en: Lo corporal y lo psicósomático I. CEAPAC México

Figura 1. Representa la generación y dominancia

Cada uno de los elementos se necesita, el fuego deja cenizas que conforman la tierra, de las capas del subsuelo se produce el metal el cual ayuda a la filtración de las lluvias para generar agua la que produce madera que finalmente produce fuego y así el ciclo continúa. Entre ellos debe haber generación y dominancia para que exista equilibrio. Su relación se explica:

La madera: se relaciona con los órganos vesícula e hígado, pero también con la emoción de la ira. Al faltar agua y madera se incrementa la delincuencia la ira y el rencor por las carencias afectivas y económicas Al quitar los árboles se afecta hígado y vesícula lo que ocasiona ira irritabilidad contenida.

La tierra: con el bazo, estómago y la ansiedad. Se ven representados en la gastritis, úlceras, cansancio crónico, periodos de ausencia, se usan desfogues de estrés y tensión por la angustia, y claro influye también la alimentación. Lo separado que se está de la tierra en las zonas urbanas es muy grande ya que todo está cubierto de cemento y el contacto con esa energía que da la tierra se pierde y se debilita el órgano.

El metal: con los pulmones e intestino grueso y la tristeza, la melancolía es una emoción presente en la sociedad. Los problemas no resueltos nos llevan a contraer cáncer de pulmón, estómago y colon.

El fuego: se relaciona con el corazón y el intestino delgado y con la alegría. El metal y el fuego se relacionan estrechamente al carecer la alegría la emoción que se presenta en la melancolía. El desequilibrio con el fuego también se da cuando hay deficiencia o exceso de fuego de calor

El agua con el riñón la vejiga y el miedo. Miedo a resolver problemas añejos y el escape es la compulsión para evitar la soledad o compromisos, esto genera

desarticulación familiar y que mas tarde repercute en la sociedad y luego en la enfermedad. Socialmente el agua esta siendo contaminada, se vuelve cada vez mas escasa algunas zonas la falta de agua acciona tensión, ira. Además si las personas no están acostumbradas a tomar agua la deficiencia del líquido debilita también el órgano y sus relaciones de concordancia

La analogía entre los elementos y los órganos es muy real ya que en cada uno de nosotros hay un universo que se conforma de mares, montañas y valles y el universo mismo necesita de los cinco elementos para existir como nosotros necesitamos del buen equilibrio entre nuestros órganos.

Lo esencial que hay que comprender es que los elementos son indispensables para equilibrar vida espiritual, física y emocional, además de que son inseparables, por eso decimos que el cuerpo se vuelve un microcosmos reflejo del macrocosmos esta compuesto por los mismos elementos y responde a las mismas leyes del cosmos. Por lógica si destruimos la naturaleza destruimos nuestro cuerpo, entonces, un desequilibrio energético o en un órgano altera lo interno y lo externo lo orgánico y lo emocional, cuando una emoción se concentra en un órgano se rompe el equilibrio y se manifiesta con un síntoma, la enfermedad seria la ultima manifestación sintomática que solo se cura a través de la restauración del equilibrio energético tanto del cuerpo como del entorno.

El cuerpo es visto como una totalidad, hay una visión integral dialéctica y holística del cuerpo humano, cada parte del cuerpo esta en unión y contraposición con el todo integral y todo lo que sucede internamente se refleja en el exterior.

El proceso psicosomático es una desarmonía con ese microcosmos que es el cuerpo humano y las emociones. Una emoción dominante se instala en el órgano y la persona entonces manifiesta trastornos energéticos, rompiendo el equilibrio que guardan el órgano y la emoción, "los órganos tienen una relación



entre si no son autónomos, lo que implica que el desequilibrio energético esta en estrecha relación”<sup>15</sup>

La ruptura tiene que ver con la forma de vida de la persona desde la alimentación, la manera de ganarse la vida, sus aspiraciones sociales, y materiales, su modo de vivir y expresar sus emociones se verán reflejadas en la manera de enfermarse y relacionarse con su cuerpo. Esto es, la forma en que la persona elabora el proceso psicosomático, lo deposita en un órgano, y produce una sintomatología que puede ser migraña cáncer depresión o la obesidad.

Y es precisamente este proceso el interés del presente trabajo. Basándonos en la filosofía de los cinco elementos y en la historia de cada individuo para la construcción de la obesidad como elección para vivir. En el siguiente capítulo se abordaran la historia de cada individuo, su proceso de construcción de la enfermedad de la obesidad todo desde una perspectiva holística.

---

<sup>15</sup> López Ramos. S (2002) “Lo corporal y lo psicosomático II” CEAPAC. México

## **CAPITULO TRES**

### **ANALISIS DE CASOS**

En este capítulo me enfoque en narrar la historia de vida de veinte personas que padecen o padecieron de obesidad o sobrepeso. El recorrido que se hace por la vida de cada uno de ellos tiene como finalidad acercarnos a un enfoque integrador que de una explicación del por que de la enfermedad. Veremos cómo se ha visto y tratado a la enfermedad en palabras de quien la han vivido. Así se presentan fragmentos de cada una de las entrevistas con la finalidad de que la información leída sea lo mas real y se comiencen a entrelazar cada una de las categorías.

Para recabar la información se utilizo el método cualitativo de historia oral, como una entrevista guiada (anexo 1) que nos ayudo a lograr información de tipo anecdótico, la ventaja de este método es que no deja de lado la construcción individual de las personas sus pensamientos, recuerdos, tristezas, frustraciones, alegrías, etcétera.

Los resultados de la investigación se van enlistando conforme a categorías específicas como:

- ❖ **Relación familiar.** En esta categoría se mostrara la relación que se tenia en la infancia y hasta la actualidad con cada uno de los padres, hermanos y en algunos casos de familiares con los que los entrevistados convivían, se expondrán las actividades que realizaban juntos, el tiempo y la calidad de la relación que hubo y hay en este momento.
- ❖ **.Maltrato físico y psicológico:** en esta categoría se indaga en el posible maltrato físico o emocional desde la infancia, aun cuando las personas entrevistadas no lo vean (o no quieran) aceptarlo como tal.

Aquí se toman en cuenta tanto los padres, hermanos y familiares que pasaban más tiempo con ellos.

- ❖ **Alimentación:** Aquí hablaremos sobre la manera de comer de las personas; que comían, con quien, a que hora, y la manera en que se vincula la comida y lo emocional
- ❖ **Enfermedades y cirugías:** el camino de las enfermedades, tratamientos, resultados de esos tratamientos y expectativas. Se toma en cuenta en esta categoría el estreñimiento.
- ❖ **Ciclo menstrual:** En esta categoría se habla de la amenorrea y dismenorrea como constantes en las entrevistadas.
- ❖ **Imagen corporal:** aquí se plantea el como las entrevistadas ven su cuerpo antes y después de padecer obesidad, los tratamientos para bajar de peso a los que se han sometido y sus resultados.
- ❖ **sexualidad:** esta categoría engloba si se han tenido relaciones sexuales, si se tiene o no pareja y si se tiene como han sido las relaciones y si hubo algún tipo de abuso sexual.

### **3.1. Método**

Participantes: se trabajo con veinte personas, cinco hombres y quince mujeres, (cuatro de ellas son familiares), con edades que van desde los 13 a los 62 años. Algunos de ellos ya no presentan obesidad pero si la han padecido.

Aparatos: se utilizo una grabadora TCM-373V Sony, veinte cintas de audio Sony de 90 minutos cada una.

Instrumentos: una guía de entrevistas. (Ver anexo 1)

## **3.2 Categorías**

### **3.2.1 Relación familiar**



En esta categoría la relación familiar se entiende por la forma en que los padres convivan con los hijos, la falta o ausencia y desentendimiento hacia ellos, además de la relación con los otros miembros de la familia.



1...Mi papá se iba desde temprano y llegaba tarde, de chicos no estaba con nosotros, que jugábamos, que hiciéramos la tarea no. También me decían que yo era muy chiclosa, siempre fui muy cariñosa con el luego me decía "quítate de aquí, no vete de aquí" Luego mi papá tomaba mucho y yo veía que se burlaban de el, que hacia sus payasadas o cualquier cosa. Pero eso si nunca nos dejo sin comer, si faltaban a veces juguetes, pero lo importante no, por que, el trabajaba mucho por eso también no tenia tiempo de estar con nosotros por que, por ejemplo, el estudio hasta la prepa y yo aprendí a dividir por un tío no por él, y es, para que él, como sabia mucho, nos enseñara y nadamas nos regañaba, me regañaba hasta por que traía un dibujo en el cuaderno...

... A veces siento algo de rencor contra mi papá, por que mi mamá estaba mala y no se que vio mi mamá se enojo con el y me dijo "vamonos de aquí" "llévame contigo no quiero estar aquí" y a partir de ahí ella se puso mal". Yo le preguntaba a mi papá que se había enojado mi mamá y el me decía "no se "y mi mamá se llevo eso. Y yo me quede con la duda ¿que vio de mi papá! y yo le decía es que si tu no hubieras hecho lo que vio mi mamá, es que, si de por a ella le acababan de quitar la matriz, en esa reunión los deje a ellos ya cuando regrese me dijo llévame a tu casa, ¡estaba mal! Ya ves que los hombres son tremendos y siempre hay algún amorcito por ahí. Pero ya después ese rencor se fue, por que, cuando el se enfermo yo nunca lo deje, tuve que ir y si yo hubiera seguido con el rencor no lo hubiera seguido viendo y habría dicho ¡hay yo por que voy a ir a verlo!, pero dije "yo tengo que ir" hasta el ultimo momento.

... con mi mamá yo, tuve un confianza me decía te va a pasar con tu novio esto y esto, era buena,

...Con mis hermanos antes estaba bien, y ahora ya no por que están con sus esposas, y no vieron a mis papás nunca, yo también siento que me falto mas, que no hice nada,

yo hubiera querido llevarla, tener dinero, tener mas cosas para apoyar, yo siento que me faltó algo de cuidado, no se, yo siento que si hubiera sabido mas, si hubiera estado preparada pues hubiera hecho mas...Con mis hijas la relación esta bien, bueno con una mal, a veces le digo yo que me preste, y se enoja conmigo me dice " hay usted nada mas quiere dinero" ella no puede dar una ayuda aquí en la casa, todas me ayudan me dan dinero, una aunque no tenga si me ve apurada me da diez o veinte pesitos, otra igual me deja dinero o me dice de donde agarrar, todas, pero ella no ayuda y a veces en el taller le va mal a mi esposo por que se le atrasan los pagos. Mira yo me paraba, le hablaba, le hacia su desayuno y le decía te dejo eso ahí..."Y me dejaba la comida" me daba coraje, digo, yo me paraba para hacerles de desayunar y no se fueran con el estomago vacío ,Y me decía , "hay si eso no es cierto", yo le decía ¡no hija es que tienes que comer algo Y ahora ella ya se para sola , pero de ahí nos llevamos a la ves bien, nada mas que ella si tiene otro modo, yo creo por que ella estuvo un tiempo con sus tías y eso a lo mejor la cambio... a todas las queremos pero no se les ha dejado a veces salir.... Bueno las quiero a todas, son diferentes.

**2...**Mi relación familiar pues era mejor de chica , creo, pasábamos mas tiempo juntos, pero cuando crece uno es cuando comienzan ha complicarse las cosas, pues hay momentos de conflicto, luego hay mucho amor. Pero ahora pues ya paso casi todo el tiempo aquí en la casa y trato de tener mas comunicación con ellos algo que antes no podía hacer.

**3...**Pues con mis papás a veces tengo problemas por que yo soy mas, bueno, ellos están chapados a la antigua, a ellos les gusta que todo lo hagamos en familia y yo luego quiero estar sola o hacer mis cosas, pero ellos para todo quieren estar juntos. A veces se enojan conmigo por que a veces todos están juntos en la sala y yo estoy en mi cuarto oyendo música y se enojan conmigo hasta me reclaman que soy como mi hermana, no se ,como que , no se si sea como me siento , me gusta estar platicando con mis amigos chateando , entonces de repente llegas a la sala y están platicando y tu preguntas y no te quieren decir, y mi mamá dice es que no te vamos a repetir las cosas y como que me reclama mucho que me parezco a mi hermana, "es que ustedes se encierran en su cuarto y se olvidan de la familia" . A veces si estoy con ellos, por ejemplo me voy con mi papá en la tarde, y ellos sienten que me separo de la familia, es que no vamos a estar todo el día junto

**5...** Mi papá se iba de la casa como a las ocho y regresaba como a las siete de la noche, mi mamá era la que estaba pendiente de nosotros... cuando yo tenía como doce años, mi papa puso una miscelánea, pues como la tienda esta a dos cuadras de mi casa prácticamente estaban muy al pendiente, o sea, nos llevaban a la escuela, si podíamos irnos solos no íbamos, ya luego regresábamos estábamos un rato con ellos, mi mama iba a darnos de comer ya luego se iba a la tienda y nos quedábamos solos en la casa ya luego nos daba vueltas, como esta muy cerca

**6...** mi mamá trabajaba en las tardes y me cuidaba mi hermana la mas grande, mi mamá pues iba al mercado o así, y yo casi no la veía, mis hermanas casi todas estaba en su trabajo y a veces estaba solo, pero no me sentía solo, nadamas el dia que no los veía seguido era el domingo y si pasaba mucho tiempo , aveces me iba con mi papá o aveces con mi mamá a su puesto de papas ...con mi hermana la mediana es así como que, si la quiero, pero es de las personas que te hacen la vida imposible

**7...** Pues mi madre siempre ha sido muy seca, ¿no?, mi papá si como que, este, así "a que bonita" y todo eso ¿no? Pero, pues en si, como era la más chiquita y ya mis hermanos eran más grandes, el más chico me lleva por 14 años pues era la consentida... todo el tiempo me la pasaba con mi mamá, mi mamá es ama de casa entonces, no trabajaba y eso y mis hermanos, este, regresaban de trabajar y este, me comenta mi mamá que el que me jalaba mucho era mi hermano mayor ¿no? Yo le decía papá a él, entonces, pues entre mis hermanos y mi mamá, y mi papá pues ya regresaba tarde de trabajar, pues hasta eso mi papá siempre jugaba conmigo.

**8...** con mi familia, pues como... Mj.... platicamos cosas no relacionadas con nosotros, con mi papá no platico nunca, con mis hermanas si platicó, de cosas, que me duele esto, de que saliste con alguien y esas cosas.

**9...** Pues con mi mamá la relación es muy buena, Yo con mi mamá siempre las he tratado de expresar así sin pedos a ella si le digo ¡hay te quiero! la abrazo, la apapacho la peino...con mi papá no mucho por que el es muy autoritario, muy dominante y con el casi no me llevo bien, pero mas o menos ya la hemos regulado, el es muy duro muy frío , entonces así como que le cuesta mucho trabajo expresarse, y a

mí me cuesta trabajo llegar, no se como llegarle, pero por decir a veces le dejo un recadito, en su cumpleaños o en el día del papá, y a veces lo abrazo pero el se saca de onda por que lo abrazo y me saca de onda que se saque de onda entonces mejor no....con mi hermana la grande tampoco me llevo bien por que es medio payasa, no payasa es que esta ocupada en otras cosas le preocupan cosas que a mi no me preocupan para nada por eso como que no congeniamos y con mi hermana la chica si me llevo muy bien, como que congeniamos, como que somos así de carácter muy alegre nos gusta reír...son muchas las exigencias que me ponen, p.e " tu tienes que estar aquí en la casa" aun que no haya nadie tienes que estar y a mi me choca, por que digo si no hay nadie para que tengo que estar , entonces es así como de " que tienes que hacer esto" mi papá es de que si ve que trapeaste te dice " hay no sabes trapear" o si ve que estoy lavando los trastes me dice " hay un día te voy a enseñar a lavar los trastes", entonces no me gusta a veces estar mucho ahí cuando estamos todos, por decir si estoy con mi mamá sola estoy chida , si estoy con mi papá sola estoy chida , si estoy con mi hermana también pero ya cuando todos se juntan es muy estresante... como que a mi nadie me pela , has de cuenta que mi hermana la grande es con mi papá " oye, es que, que crees que vamos ha hacerle esto a la casa o a pintarla" y ven un catalogo y yo le digo " ¡hay esta está bonita!" y me dicen hay no , o sea, nunca me ha tomado en cuenta para nada, para nada, por decir fíjate mi hermana trabaja como a dos cuadras del trabajo de mi papá y dicen que esta feo, pues el siempre es su preocupación todo el día, "quien se va a ir por tu hermana", " ya se habrá ido su novio" , y el se la quiere llevar o quiere pasar por ella y a ella no le gusta y hay veces que yo ando bien noche por san Juan de la chingada y jamás oirás que mi papá diga hay vamos por ella y mi hermana trabaja como a cinco minutos de mi casa y yo estoy luego como a dos horas y jamás nadie se preocupa por mi, o sea, ¡que les pasa!, entonces, no me toman en cuenta, mi mamá sí y a veces lo que yo le digo lo hace pero mi papá no entonces como ahí lo que vale es lo que el diga, aunque mamá diga lo que yo dije el dice que no.

...a la única que le cuento es a mi mamá por que ella es la única que yo llevo y me dice cómo estas, cómo te fue o por que llegas tan tarde y así, y es la única por que mi papá me dice ¡hay vas a trabajar, esta bien!

**10...**Mi papá tiene un carácter muy fuerte el es muy impulsivo, así es el, no se, yo tengo el mismo carácter que el, no se, luego por eso chocamos por que el me dice una

y yo le digo dos pero ya después tratamos de arreglar las cosas empezamos de cero o sea tratamos de no llevar a más las cosas.

... En la adolescencia con mi mamá si tuve muchos , muchos roses si tuve muchos problemas con mi mamá no pero ahorita no, son mi adoración los dos ahorita me llevo muy chido con mi mamá con los dos me llevo muy bien

**11...** vivía en mi casa pero en las mañanas muy temprano nos iban a dejar ala casa de mil abuelita y todo el día la pasábamos con ellos y nada mas llegábamos en la noche a dormir y al día siguiente era lo mismo por que la escuela estaba cerca de la casa de mis abuelos, hasta quinto de primaria que hubo un problema, mi abuelo y se enojo , yo supongo que ese día el estaba enojado por otra cosa, el chiste es que se desquito con nosotros, nos regaño y nos dijo que “no tenia por que estarnos soportando y nos corrió de su casa a mi hermano y a mi , entonces nunca les contamos eso a mis papas pero el y yo decidimos pues irnos solos a nuestra casa por que no nos gusto como nos trato, entonces, se lo comentamos a mi abuelita y lo que hacíamos era nos llevábamos la mochila a nuestra casa ,cosa que no hacíamos antes , y en la mañana mi papa nos dejaba en la avenida de la escuela y ella desde la esquina nos esperaba y nos llevaba a la escuela y de regreso igual , nos esperaba en la esquina veía que estuviéramos bien y nos acompañaba a tomar el camión y ya nos íbamos solitos a nuestra casa...Mi papá casi no se metía en la educación de ninguno, por que como el trabajaba nada mas llegaba por nosotros y nos íbamos ala casa a dormir, en el día trabajaba en la secretaria de recursos hidráulicos y en la tarde manejaba un taxi entonces por eso todo el día no estaba...También mi mamá trabajaba todo el día en la tienda de autoservicio llegaba hasta las siete u ocho de la noche,...Con ella hay muchas broncas o hubo muchas broncas ahorita ya esta mas estabilizada la relación pero yo si le recriminaba muchas cosas a mi mamá, si nos peleamos, por que siento que a mi me exige mucho siento pesar de todo lo que yo hago esta mal, o sea, o no esta mal pero nunca hay una retribución, nunca hay que bueno que hiciste tu esfuerzo...Mi papá siempre me esta diciendo que por que no bajo de peso, que estoy gorda que nadie me va a querer que estoy muy joven, o sea, siempre me esta molestando de cierta manera. Y cuando fui a la hacienda fue diferente, no se que pensaron ellos, el chiste es que cuando regrese me dijo mi papa que el me quería ver delgada pero que no quería que yo sufriera por eso pero el daño ya estaba ahí...Mi hermana, cuando yo iba en el kinder, me dieron un fólder bonito donde guardar mis



papeles yo no lo había forrado de plástico por que no tenia plástico y antes de que lo forrara le di la vuelta y encontré escrito bola de cebo, y, lo rompí yo misma lo rompí lo tire a la basura y me olvide de que existía, según yo...Mi familia siempre hacia comentarios hirientes hacia como era yo y es cuando yo estallo y les grito que me dejen en paz que ellos tampoco son delgados y que no tienen por que molestarme, cuando mi familia comienza ha callarse sus comentarios, no se si ha dejar de pensarlos por que nadie esta en la cabeza del otro y mi hermana es cuando empieza ha apoyarme mucho.

**12...** con papá casi no convivía como trabajaba en una fabrica pues cuando trabajaba de noche dormía en el dia y los fines de semana aveces si... me llevo bien con él nadamas que casi no convivimos, se va todo el dia y regresa en la noche, los domingos como descansan nos vamos al súper todos.

**13...** Mi papá estaba... pues físicamente por que casi nunca... bueno nunca ha convivido mucho con nosotros era muy cerrado y no llevábamos una conversación, era muy estricto, conmigo y con mi hermano el mas pequeño ya como que cambio mucho la cosa y en unos dos años para acá ya conversa mas con uno, como que se ve mas interés por parte de mi papá, antes pues era una barrera ,de hay mi papá y lo veías como tu papá pero con una barrera bien cañona yo veía a mis amigas , o , el caso de una amiga, que se llevaba bien con su papá y yo me llevaba bien con su papá y con mi papá una barrera bien fea, la relación hasta ahora ha cambiado entonces, abrazarlo a mi papá era un reto, de lo tengo que abrazar y lo abrazas ¿no?. Entonces por parte de mi papá nunca nos enseño a expresar el afecto por que el nunca ha sido así, pues nunca le he dicho que lo quiero, me cuesta mucho trabajo, Con el es muy difícil.

**14...** Mi mamá si pasó mucho tiempo con nosotros hasta ese año que en cierta forma nos descuido en la primaria yo iba pues bien, no me costaba trabajo , pero en ese año, lo, lo repetí , por que mi mamá llegaba hasta en la noche y se iba tempranísimo entonces fue un descontrol para mi y para mi hermana por que le daban todos los cargos a ella, yo descuide muchísimo la escuela, no hacia tareas, no estudiaba, ni hacia absolutamente nada yo nadamas quería estar en la calle jugando con los amiguitos, como no estaba la mamá, pues toda la oportunidad del mundo, entonces

pues las consecuencias fueron esas por que a la hora del examen no contestaba, por que no sabia nada, pero mi mamá se puede decir que si estuvo.

...yo siempre he sido mas apegada a mi papá con mi papá si podía expresar mis sentimientos, pero con mi mamá para decirle te quiero me cuesta trabajo muy de repente se lo digo como una vez en medio año por lo mismo de que mi mamá no nos enseño- actualmente es muy buena, a diferencia de antes ahora si hay mas comunicación obviamente no les cuento todo por que sus moral sus valores no me no permiten. A mi papá si le tengo confianza no le cuento toda mi vida como a mi mamá pero pues si me llevo muy bien con el.

**15...**Con mi papá casi no me llevo bien por que casi no lo veo, con mis hermanos...Pues como ellos ya son más grandes no les puedo platicar mis cosas y a veces nos peleamos. No paso mucho tiempo con mi familia, por que mi mamá tiene que irse con mi papa y mi hermana

**16...** mi mamá hasta los seis nos cuida, después ella se metió a trabajar y nos cuidaba mi hermana que es dos años más grande que yo, ya de ahí mi mamá jamás se hizo cargo de nadie, poco a poco cada quien se hacia responsable de sus cosas, ósea sí nos lavaba la ropa, hacia de comer, pero a lo mas personal como la escuela, la tarea, no se lo emocional, en muchas cosas en eso no estuvo mucho por ejemplo me acuerdo que cuando yo entre a primero fue cuando ella entro a trabajar , entonces yo me hice un desmadre y reprobé el año y así siempre tuve un buen de broncas en la escuela por conducta o el cuidado personal, me gustaba salirme a la calle con mis amigos parecía hombre como ella dice...a veces somos mas unidos yo trato de ser mas tolerante, es que a veces me choca estar en mi casa, no como antes, pero hay cosas de mi familia que no me gustan, que no hagan nada para ellos, ósea solo les gusta ver tele y si los interrumpes se enojan o si tú quieres hacer otra cosa se enojan o te sabotean, por ejemplo, cuando me salgo o voy a algún lado se molestan o cuando llego como que todos están enojados, y critican lo que hago, lo que pienso y digo...Hacemos juntos...Antes cuando éramos chicos si salíamos íbamos al parque y nos divertíamos mucho, pero en general en casa cada quien esta en su rollo, bueno también como te decía a los de mi casa les gusta mucho ver la tele y regularmente yo para estar "en familia "me quedo con ellos a un que no me guste mucho yo quisiera

que hiciéramos otras cosas pero no se puede, somos muy antipáticos, como que nos da flojera, tenemos una flojera general y crónica

**17...** el primer año estuve viviendo en la casa de mis abuelos maternos, por que mis papas se iban a trabajar, mi abuelo siempre me consentía mucho, me dejaba hacer todo y siempre me dice que soy su mejor nieta, la favorita, la primer nieta mujer y vivía con todos los hermanos de mi mamá ellos no estaban casados por que ella era la mas grande entonces también me consentían. Después de eso me fui a vivir a la casa de mis abuelos paternos y ahí hay muchos mas niños por que mi papá era de los mas chicos y mi mamá me comenta que mis primos iban y tomaban leche de ella por que estaban de ladead y cuando yo tenia año y medio nació mi hermana... mi papá se fue como un año y nada mas venia los fines de semana y no creo que me exigiera mucho en cuanto a las reglas y mi mamá tenia dos trabajos uno en el dia y otro en la noche, entonces yo me imagino que cuando estaba en el dia estaba durmiendo, entonces yo creo que era mi abuela y mi abuelo, también me cuidaba, pero el trabajaba...siempre mis papas han trabajado en hospital y por eso me llegaban ha cuidar un hermano de mi papá con su familia, otra hermana de mi papá con su familia, si nos han mandado varias veces para que nos cuiden los familiares...A mi mamá me gusta contarle cosas pero como que no me pela yo le digo mamá escúchame te estoy hablando y me dice si te estoy escuchando y me hace sentir que no son muy importantes mis cosas y a lo mejor si ,pero, yo quisiera estar así como tu y yo ahorita y ella esta calentando la comida o haciendo algo y no se si yo soy la inoportuna o que, pero, si hay comunicación pero no la he hecho mi cómplice por que siento que no da el ancho para ser...a lo mucho de acercamiento físico que hay con mi mamá es de repente "ráscame la espalda" y me pongo ahí, y no me aguanta mucho , como que la fastidio y un ratito y ya, y con mi papá no....Con mi papá esta más difícil por que estamos comiendo y habla de cosas de medicina con mi hermana y eso me encabrona pero no lo manifiesto, aparte no quiero ser egoísta pero no hay comunicación por el trabajo o por lo que sea... mi papá de repente se acerca pero... no me nace a mi, no estamos acostumbrados a que yo sea una melosa con mi papá o con mi mamá y no yo creo que por la edad como que no estoy para estar de melosa ahí, ...con mi hermana la mediana pues ni el beso en el cachete no nos acostumbramos así. Con la chiquita es con la que mas yo la abrazo, la cargo, le hago piojo, con ella si. ...casi siempre me meto a mi recamara, cuando yo llegaba, era la explosión, llegaba y todo cambiaba,

mi papá me decía llegaste tarde y nos empezábamos a pelear y yo mejor me iba a mi cuarto por que no quería empezar pleitos y ya me acostumbre a saludar e irme a mi cuarto, tenia mi tele, tenia mi estero.

**18...**- mi mamá me cuida casi hasta los seis años, ya luego se fue a trabajar y me cuidaba mi abuela. tenemos buena comunicación. Podría ser mejor pero hasta ahorita es buena si nos platicamos algunas cosas no todo pero si algunas cosas. ...Con mi papá ya nos llevamos mejor después de, como el siempre trabajo todo el dia pues casi no lo veíamos hasta hace como unos ocho años el trabajaba en la casa y el estaba todo el dia ya a partir de ahí nos empezamos a llevar mejor, si no llevábamos bien pero ahorita nos llevamos mejor, el tiene otro empleo ya no esta en la casa pero cuando viene nos vemos con gusto platicamos y tratamos de estar enterados de las cosas de los demás, nos podríamos llevar mejor, yo siento que podríamos platicar de más cosas y me gustaría un dia ir al cine con mi papá, con mi hermano por eso te digo que nos podríamos llevar mejor, pero, por lo regular nunca tienen tiempo, es muy rara la vez que nos sentamos a ver una película o que vamos al cine es muy raro a mí me gustaría que fuera más seguido.... no me gusta que mi mama sepa que es lo que me altera o que me duele, en el aspecto emocional no me gusta que en mi casa se enteren, de que tengo novia o sea si la llevo pero cuando pasa algo malo no me gusta que se enteren...No me gustaría que mi mamá estuviera ahí conmigo “no te preocupes, va llegar otra chava” no se, no me gustaría.

### **3.2.2. Maltrato físico y psicológico**



En esta categoría hago referencia a la cuestión del maltrato durante la infancia así como las agresiones verbales por parte de los miembros de la familia aunque en muchos casos no se identifique por parte del afectado



#### **3.2.2.1 físico y psicológico**

**1...** A veces nos regañaban muy fuerte, y a veces nos pegaban

**2...**- pues casi no nos pegaban pero si nos regañaban muy fuerte, mi mamá nos gritaba mucho y luego si nos pegaba... papá el si acaso una vez.

**3...** me regañaban, comúnmente han sido regaños, solo una vez me pegaron, pero por lo regular siempre han sido regaños

**4...** Pues nunca me llego a pegar, digamos más que la nalgadita, o me regañaba, hablaba conmigo, pero nada así extremo no pasaba del manazo. Luego si nos pegaban, pero nada mas una nalgadita o jugando, por que mi mamá nos decía que, como a ella si le pegaron, como nos iba a pegar

**8...** es algo difícil que, no se, lo que pasa es que mi papá me tocaba cuando yo estaba dormida y eso me da mucho coraje no sabia que pasaba a los trece empezó, bueno eso creo... es que a mi papá lo quieren mucho en la familia por que es muy trabajador entonces no me iban a creer, a demás una vez mi mamá leyó un cuaderno donde yo escribí lo que pasaba y ella no hizo nada. ... Una vez que mi papá me pego por llegar tarde y borracha a la casa yo le pregunte y le eche en cara lo que el me hacia le dije que el no tenia derecho a regañarme por lo que me había hecho y el me dijo que lo perdonara y que el se sentía muy solo por que con mi mamá no tenia vida sexual yo le dije que por que no buscaba a una puta y ahí quedo... Pero después otro día que llegue tarde y borracha , eso fue como hace dos años, me dijo que yo me iba de puta me aventó en la cama y me dijo que si tanto me gustaban los hombres pues que entonces el me iba a dar lo que tanto me gustaba, yo no se ni como me solté y en eso llego mi mamá y ya no se dijo nada del asunto, por eso también me salí en aquella época de mi casa

**9...**- mi papá a veces es muy impulsivo, es de esos güeyes que tiran changadazos, pero a nosotros nunca nos ha pegado, entonces el lo único que hace es que se encabrona se sale y se va a fumar se va a dar una vuelta y ya. Mi mamá si lo saca si la haces emputar te avienta lo que agarra nunca hace daño pero si se pone a chillar cuando se enoja igual mi hermana la grande ella si tira madrazos a ella si yo la hago enojar me agarra a putazos o a quien sea, ya sea su novio, hasta a mi mamá le pego una vez por que me estaba pegando y no se dio cuenta que estaba mi mamá.

**13...**a veces, bueno mi papá no es de las personas que te pegan, pero, a veces si nos pegaba, mi mamá también, o sea, no fue una violencia muy fuerte, que una nalgada o que te regañaban, te gritaba, pero, nunca llego a pegarnos muy fuerte, no, no se, así como que estas bien tonta, ya la regase, o por que haces eso, ya estate, pero nunca

fue de que nos pegaran feo... yo me acuerdo cuando tenía, como diez años, si sentía bien feo y decía por que me pegan que hice mal, te preguntas ¿no? Pero mi papá nunca me pego muy fuerte o muy regañón, por la misma barrera, entonces mi mamá es la que si

**16...** pues hijole si fue muy duro es algo que no he olvidado, siempre me regañaban mucho por todo, y pues me insultaban muy fuerte, bueno mi mamá siempre me decía burra, tonta, o me amenazaba con que me iban a regalar o internar también muchos golpes, pero en serio, con lo que fuera, cables, ganchos, zapatos, mangueras de lavadora, cucharas de palo, cinturones, no se alguna creo que yo le había robado dinero a mi mamá y me quemó las manos no tan fuerte ni marca me quedo pero so me dolió. pues si o sea mi mamá siempre me trata diferente a los demás, o sea como que me hace comentarios de que debería ser mejor, mas guapa, mas , no se como que me hace entender que no valgo mucho en comparación con otros, no cree que yo pueda saber algo , te digo es menos, pero, ella no sabe como expresar sus sentimientos , no se si ella me quiera o no pero a hora entiendo que no es su obligación quererme y que si no me quiere como yo quisiera pues no hay pedo no , simplemente acepto las cosas y ya no vivo así hay es que no me quieren, es muy difícil aceptar pero creo que las mamás siempre tienen un hijo al que idolatran y otro al que no y es un proceso que si me ha afectado pero al ser ya consiente es mas fácil trabajar con eso y con todo lo demás no como el asunto de el amor propio de tratar de aceptarte tu y quitarte de la cabeza todo eso de que no vales o que eres poca cosa o que estas muy fea, muy gorda y etcétera ,que no siempre te lo decían no pero las acciones u omisiones así te hacen sentir y bueno te digo es un trabajo difícil pero yo se que lo voy a lograr , como dicen por hay paso a paso se va lejos . toda mi vida he vivido muy frustrada desde chica me enseñaron tal ves una enseñanza oculta, con acciones y palabras, que yo no valía igual a los demás, siempre mi mama me decía burra, tonta, entupida, fea, mugrosa y muchas cosas que se quedaron impregnadas en mi y eso hasta la fecha me ha perjudicado, por que trato de quitarme esa imagen que tengo de esa Mar que es menos que las demás que no es capaz de ejercer una carrera por que es de baja categoría o por que no es bonita ni elegante ni inteligente o por que es una fodonga o por que su familia sus papá es albañil y eso me caga por que es tan apendejo o sea no entiendo como puede haber esa ambivalencia de

sentimientos, como la cabeza la azotea es mas fuerte que cualquier otra cosa y yo misma soy mi peor saboteador.

**17...** Mi papá siempre, los dos se han empeñado en darnos una buena educación haciéndonos notar lo que es bueno para nosotros lo que es malo, eso de no Tamar, no te drogues, te recomendamos que termines tu carrera lo único que podemos darte es educación ya de ahí para adelante ya. Antes cuando éramos chicas si nos pegaban era la forma de marcar el respeto por la casa, no creo que hayamos hecho cosas tan malas pero si nos llegaron a pegar, ya de ahí viene una etapa medio fea que es el alcoholismo de mi papá y era mas bien, no nos hacia mucho caso y nos seguía pegando nos regañaba muy feo, ya cuando empiezas ha crecer que quieres los permisos no te dejan, y siempre le ha súper enojado que yo le conteste a mi mamá, pero si aprendí a contestarle mucho y soy muy irrespetuosa. Por parte de mi mamá ella se enojaba y nos sacaba a fuera de la casa y nos decía quieres acusarme con tu papá ahí afuera lo esperan y de repente uno que otro golpe pero se me hacen comprensibles a los de mi papá que nos daba una buena frieguita, mi papá acostumbraba hablar como su papá con groserías, o sea si ha habido mucho amor no se si te estoy dando la apariencia de que todo ha sido muy feo, ha habido mucho cariño, amor, comprensión pero si estaba acostumbrado al decir pendeja... La relación no es muy buena ya que yo siempre me dice que soy muy rebelde que siempre quiero hacer lo que me gusta a costa de los demás y yo le contesto muy feo , han pasado cosas muy feas cando tomaba y eso le llegaba a pegar por que yo no me dejaba, al principio si, y me acuerdo que yo defendía a mi mamá y era una niña tenia catorce o quince , pero con el paso del tiempo ya era de que no estas apendejo no me vas a pegar y al grado de que al final yo le pegaba nos dábamos bien de puñetazos y un dia me saco el lente de contacto , ya un dia casi al final cuando casi dejo de tomar cuando todavía se alocaba yo lo sentía muy débil me acuerdo que un dia lo avente y se fue quien sabe hasta donde.

**11...** me acuerdo mucho de una vez que estaba yo jugando con un botecito de resistor cinco mil que era mi muñequito y se me callo y se me ensucio mi vestido nuevo y mi mamá me regaño horrible y esa vez si me pegaron, me pegaba cuando se desesperaba, mi papá nada mas una vez nos pego de hecho, el nada mas nos pegaba si rompíamos algo o si agarrábamos algo que no debíamos agarrar pero

cuando nos pegaba era en serio, me acuerdo que una vez le pego a mi hermano con la orillita del refrigerador ya vez que es de plástico, por ejemplo el iba hacer instalaciones eléctricas y una vez nos pego con el cable y también en una ocasión el tenia un cinturón muy grueso de cuero y ese cinturón le teníamos pánico ya nada mas hacia como que se le quitaba y ya con eso nos deteníamos por que, si, cuando nos pegaba con ese si era muy feo... casi no nos pegaba pero cuando hacíamos algo muy fuerte o que no le parecía o estaba muy enojado entonces si empezaba...Mi abuelo era muy exigente era una persona con un carácter muy fuerte, autoritario muy regañón yo recuerdo que éramos niños y nos gustaba hacer ruido y jugar y gritar, y a el no le gustaba el ruido, entonces, el nunca nos pego, nunca nos grito groserías ni nada, pero nada mas se nos quedaba viendo y era una miradas penetrantes de que o te estas o te estas y pues no, de cierta manera si reprimía nuestros juegos. Por ejemplo cuando se enojaba mucho de que estuviéramos haciendo ruido, nos mandaba que nos encerráramos al cuarto de mi abuelita a ver televisión hay estaba la televisión a el no le gustaba que la televisión estuviera en la sala. Mi papá, él tiene esa costumbre de regañar muy feo a gritos y de insultar a la gente, entonces había ocasiones en que si nos decía eres un tonto eres menso, mira lo que estas haciendo...Mi mamá es muy tranquila pero en ese entonces como tenia las presiones del trabajo y de tener que llegar los días que descansaba a limpiar a veces si se ponía como histérica y me acuerdo que sobre todo a mi si me regañaba mucho, por que dicen que de chica yo era muy traviesa, lo que pasa es que mi hermano es mas tranquilo y yo mas activa , entonces yo era la que decía: vente vamos a jugar con esto, vente vamos a jugar con el talco, ósea, era muy ocurrente y lo jalaba a el y entonces decía que yo era la mala influencia... pero mi mamá me comparaba con mi prima, era muy despectiva conmigo y con ella era ¡y tu como estas! a mi me repateaba, y yo siempre sentí que realmente mi mamá a mi no me quería y se lo he dicho y dice que estoy loca., en una ocasión , yo ya estaba gordita, estábamos en la casa de mi abuelita, yo ya había visto hacia un mes antes un vestido muy bonito en la tienda de autoservicio donde trabajaba mi mamá, en un gigante, y le dije que si me lo compraba y dijo que no por que no tenia dinero y después me dijo que no por que ya no había , y dije bueno ya ni modo, pero si lo quería y un dia llego mi tía y llevaba el mismo modelo de vestido pero lo llevaba para su hija, entonces yo me quede de a seis, cuando llega mi mamá mi tía le dice hay que bonito vestido, esta muy bonito, de quien es, yo le dije : no pues se lo compro mi tía a mi prima, y agarra y dice mi tía deberías de comprarle uno a ella están muy



bonitos y muy baratos , y mi mamá en ese momento dijo huy no deja de que estén baratos a blanca nada le queda , en ese momento yo me quede seria y me salí del cuarto y me fui al otro cuarto a llorar en un rinconcito que estaba entre el ropero de mi tía y el ropero de mis abuelos, entonces estaba yo ahí llore y llore, entonces llega mi prima con su vestido nuevo y me dice mira mi vestido que bonito esta, y me dice mi mamá a mi si me quiere mucho , pues era una niña pero son cosas que te afectan, bueno a mi si me afectaron, y así eran detallitos de que ...cuando yo entre a la secundaria , yo iba a la secundaria de mi casa y mi prima entro en la secundaria pero a la que esta cerca de la casa de mis abuelos, en una ocasión mi mamá fue a ver a mi abuelita y cuando regreso a mi casa me dijo ¡ya viste que gorda estas! , a si sin mas ni mas y yo me quede así, deberías de ver a tu prima ya esta bajando de peso y tu sigues igual, entonces eran comentarios muy, muy hirientes, muy despectivos y sobre todo, si yo tengo que luchar todos los días con lo que la gente en la calle me grita, con lo que la gente piensa de mi sin conocerme lo menos que yo puedo esperar es que mi mamá me apoyara o ¡sea al menos mi mamá!, yo siempre se lo he recriminado pero pues ...hasta hace unos meses fue cuando mi mamá se dio cuenta de lo mucho que mi había afectado eso, cuando yo me fui al grupo victoria yo le dije: me voy ha ir a una hacienda a escribir mi vida y no vamos a comer no vamos a dormir y mi mamá me dijo: como que no vas ha comer que te va ha pasar, yo le dije nada no me voy ha morir por no comer y entonces mi mama me dijo es que yo no quiero que tu sufras pero pues me di cuenta de que realmente me había lastimado sin quererlo, pero el daño ya estaba hecho. Y es algo que yo me quede, pues si ya paso tanto tiempo como puede dolerme tanto pero cuando yo.

### **3.2.2.2 Físico**

**10...** no pues de hecho fíjate que cuando estaba chiquita casi no me castigaban o sea si me llegaba a pegar pero cuando ya hacia algo muy cañón pero no, no acostumbraba a pegarnos, gritando o levantando la voz, este no depende la razón por la que se haya enojado, mi papa si dice groserías, pero dice rocerías comúnmente no nada mas cuando se enoja, pero también dice groserías mas fuertes

**12...** Mi papá si me llegaba a pegar, mi mamá no llegaba casi a los golpes, pero aveces si

14... Mi papá fue, este, si hacia una travesura o algo que no tenia que hacer, pues hablaba conmigo me daba la explicación del por que, ya cuando lo sacaba mucho de sus casillas me llevo a pegar, y eso en dos ocasiones, y eso fue dos chanclos en las pompas y ya. Mi mamá si fue siempre mas dura en cuanto a corregirme si usaba groserías utilizaba golpes, te pegaba con lo que encontraba ya sea con la chancla, pero si eran golpes mas fuertes y no nada mas eran dos incluso me llevo a pegar con una cuchara de plástico y me la rompió, era muy, muy agresiva,

18... mi abuela nos regañaba pero no nos insultaba, nos llamaba la atención pero no os pegaba, no, nunca, solo cuando no lo merecíamos pero no eran madrizas, primero hablaba con nosotros ya luego si habíamos hecho algo muy malo ya un cinturazo o una nalgada

19... mi mamá nos pegaba bien feo, mi papá no pero mi mamá si nos pegaba bien feo

20... pus ha trancazos, antes eran mas duros los padres, lo que ellos decían se hacia

### **3.2.2.3 Psicológico**

15... me regañan y no me dejan salir o no me dejan escuchar música, y me gritan, a veces mi hermana me dice cosas que como que si me duelen...

Mi papa cuando se enoja nos regaña y nosotros también nos enojamos y nos trata de volver ha hablar para que nos volvamos a contentar. Mi mama no se enoja mucho, si es alegre, mi hermana también es alegre, todos somos alegres pero si cuando nos enojamos si.

... mi hermana, pues nunca me dicen para que me sienta mal, pero luego jugando me dice, hay estas bien gordita, no te queda la ropa, y yo si siento feo.

### **3.2.3 Alimentación**



Como era la alimentación durante la infancia que comía, con quien, carencia o permisividad en cuanto a la comida



1... - pues a veces bien, comida que nos haya faltado, no, por que siempre nos daba

pan, leche y cuando uno ya era grande se tenía que preparar las cosas, una torta, a veces comíamos todos juntos, por lo regular nada más con mi mamá y mi abuela y los fines de semana nos sentábamos todos a comer... Mis papas, mi abuelita, mis primos, mi tío, todos mis hermanos, todos comíamos juntos..., yo creo que ningún alimento hace daño.

**2...**-verdura, huevo, mi abuelita nos hacia huevo revuelto con frijoles para jugar a la comidita, comíamos al día tres veces lo que es el desayuno la comida y la cena, en el desayuno, pues desayunábamos, en la comida por lo regular comíamos todos menos mi papá, en la cena a veces todos cuando llegaba mi papá temprano, yo prefería los frijoles con huevo, por que me acordaba de mi abuelita... no yo considero que ningún alimento me hace daño... no me da tiempo, o luego nada mas desayuno y hasta la hora de la comida, pero luego desayuno a las 4:30 me tomo mi yogurt y luego cuando llego como a las 3:00 o si no hasta la noche y por eso además como mucho

**3...** verdura, pollo, frijoles, es que hemos comido de todo, a veces con un poco mas de grasa o con un poco menos... Las cosas que hacemos juntos es comer los sábados o a veces cuando hay fiestas procuramos ir todos juntos en familia.

**4...** pues los fines de semana desayunamos todos juntos o a veces vamos a comer todos o si hay una fiesta procuramos ir todos...

**5...**Pues en el desayuno, pues, mas bien a la hora que cada quien, por ejemplo cuando entre a la secundaria, ya me levantaba rápido y mi mamá me hacia un licuado, algo rápido y me iba. En la comida comíamos mi mamá, mi hermano y yo y luego mi papá se venia a comer. Sábados y domingos si comíamos todos juntos y en la cena también, a mi mamá ya como que la dejamos descansar, ahora pues los desayunos, cada quien sale temprano y por su lado desayuna, este la comida pues ella la hace y si llegamos a comer comemos ahí y si no hasta la noche, pero digamos que ella siempre hace de comer desayuno pues ya cada quien. Me gustan mucho los dulces, y en mi familia nunca hubo restricciones, para comer...

**6...** pues de todo nada en especifico, de todo por igual.

Actualmente, en la mañana es de 10 o 11 de la mañana por lo regular siempre

comemos lo anterior del día pasado y en la noche llego a cenar como a las 11 casi por lo regular son guisados, a veces hacen albóndigas, pancita. casi no como antojitos, no me gustan mucho las frituras

7... Pues, de chica comíamos mi papá y mi mamá y yo por que mis hermanos trabajaban y todo esto, entonces, desayunábamos juntos y cenábamos juntos con mis hermanos. La comida era, pues mi papá y mi mamá y yo, a las dos. Ya después mis hermanos se fueron casando yo empecé a entrar a la escuela y todo, este, pues, los horarios ya variaban, por que mi papá ya trabajaba de siete a siete, entonces no iba a comer y todo esto no hay veces que yo comía sola.

...como a los doce años que ya entre a la secundaria, entonces, yo los horarios ya variaban por que mi mamá, este, nunca tubo un trabajo de oficina, pero siempre vendía, quesadillas, no se, dulces y todo esto no y entonces, pues, este, eso a sido siempre, desde que este, desde antes que yo naciera, entonces, por eso los horarios a veces variaban por que mi mamá iba a comprar las cosas para vender y entonces ya comía mas tarde o comía yo sola iba a hacer un trabajo y tenia que comer yo sola...pues bueno, mi mama siempre hacia comida en casa, ella siempre la hacia, el problema que yo tenia es que era muy melindrosa a mi casi no me gusta p.e este... soy muy payasa para comer, este pues mi alimentación, yo creo desde los siete años que ya me ponía así que no me gustaba esto, que no me gustaba lo otro, entonces, mas que nada fue quesadillas, sopes, este, tacos y todo esto no así comida hasta el momento nada mas me gusta el pollo la pechuga, este, del pescado nada mas la, la este el filete y así carnes pues casi no o sea casi mi alimentación se basa en pues en comidas quesadillas y todo esto ¿no?. ¿Entre comidas? Si, o sea, que dulces, chicharrones y todo esto, una manzana, fruta, cosas así.

Hay pues si creo que toda mi alimentación es perjudicial por que p.e hasta en el momento de mi desayuno es un pan o a veces una torta de huevo, este ya llego a la escuela y mis quesadillas, ceno mi pan y mi leche y entre comidas pues que los chicharrones, paletas, dulces, entonces si considero que sea perjudicial

Mis hermanos ya están casados los días que nos vemos, los sábados y domingos que comemos juntos que, este, salimos ¿no?, vamos a comer juntos, pues salir a pasear a cenar todos juntos ¿no?, cuando era pequeña era mas frecuente, mucho mas frecuente, por que todavía mis hermanos trabajaban y todo esto pero este no Vivian

fuera, entonces, por lo regular era siempre que vamos a salir fueras, que vamos, este, a comer aquí.

**8...** casi no desayuno por que me paro muy temprano no me da tiempo de prepararme nada y mi primer comida es como a los dos, como no se, lo que haya o pan que es lo mas fácil, como sola en la tarde y en la noche con mi mamá y hermanas básicamente mi dieta son harinas, pastas, ya es como un setenta por ciento.

**9...** pues no era muy buena por que comía mucho carne a mi papá le gusta mucho la carne entonces comía tres veces ala semana carne dos veces pollo y verdura casi no comíamos, y luego mi papá era de que " hay vamos por carnitas" a raíz del problema de gastritis me quitaron todo eso y deje de comer muchas cosas, pan, harinas, carne y comía mas vegetales, verduras agua y a horita si como mas o menos eso , nada mas que cuando salgo y no llego a mi casa a comer a mis horas, casi siempre como alas tres, entonces, cuando no llego a mi hora a comer me como lo que sea, o sea, lo que me alcance es que a veces no tengo dinero y por ejemplo me puedo comprar unas galletas o una barra o , casi siempre me compro barra, no me gusta comprar chucherías como chetos, es rara la vez que compro.

**10...** hubo un tiempo en que si tuvimos carencias. Pero por lo regular bueno gracias a los hermanos de mis papas siempre hemos tenido que comer en mi casa, comíamos carne, huevo, cereal , yogurt, pollo, bueno cosas así... verduras fruta, comía mi mama y mis hermanos. A veces si cenamos por ejemplo si comimos muy temprano y llegamos tarde si cenamos, cuando comemos, como al as cuatro si en la noche ya no ceno, por que no manches yo soy de que trago güey y hasta que quedo así ahhhhhhh ,si he, luego mi mamá hasta me caga me dice no manches por que luego estoy en mi casa y no me puedo parar y ya nada mas hay me quedo, luego voy por mis cojines y me voy ha echar al sillón y ya ahí estamos viendo la tele o cosas así. Comer es uno de los placeres mas chidos de la vida no ja, ja, si la neta a mi si me late acá, a mi lo que se antoja me lo chingo digo no tengo problemas con el aspecto físico

**11...** pecho no mucho de hecho nada mas fueron los cuarenta idas después de que yo nací, por que mi mamá tenia que ir a trabajar, y aunque si me dejaba a veces leche, no nos amamantaban. Mi abuelita si nos hacia desde las papillas, que jitomatito, el

pollito , el higadito, todo, la leche, me acuerdo mucho que iba a leche a un establo, y me acuerdo mas por que yo la acompañaba, nos daba la nata, era una natota con pan y es era nuestra cena, que mas, en el desayuno antes de ir al kinder era nuestra leche y un pan y huevos si querías, y este, en la comida normal sopa guisado, frijoles pero a mi no me gustaban , cuándo íbamos a la primaria ella nos hacia una torta de frijoles en la mañana y un vaso de leche y en la comida sopa y ya sea carne, verduras o pollo y de cena un vaso de leche a lo mejor un huevo, acostumbraba darnos un huevo tibio con limón y sal ,pero que asco... Y ya después un tiempo nada mas cenábamos. entonces, mi mamá le dejaba dinero a mi hermana para que hiciera o comprara algo de comer pero ella también llegaba hasta las tres o cuatro de la tarde de la prepa entonces veníamos comiendo como a las cinco o seis de la tarde desde las ocho de la mañana, a veces ya ni siquiera el vaso de leche que nos daba mi abuelita, entonces si se hizo un desajuste bien feo en los horarios, si llegábamos a tener dinero mi hermano o yo, que generalmente es el que tenia, lo que hacíamos era comprar golosinas chulerías o por ejemplo siempre quedaba pan de la noche anterior y pan comíamos y ya a las tres o cuatro de la tarde que nos iban hacer algo de comer ya no teníamos hambre y cenábamos hasta las diez de la noche pero ya no cenábamos, aun que yo me acuerdo que por lo mismo de que mis papas llegaban tarde nos sentaban a tomar leche y yo me daba unos atracones de comida muy fuertes y en la noche vomitaba,

**12...**- de todo normal, leche, huevo, ahora lo que haya en la calle, como mucho en la calle, con mis amigos

**13...** de chiquita papillas, verduras, pollo, todo lo que ella podía darme. Mi mamá siempre ha procurado que comamos bien, de todo, su idea es que siempre nos alimentemos bien, que nunca nos falte una fruta que siempre haya agua de sabor nunca nos ha educado a tomar refresco en la casa no hay refresco y siempre ha procurado hasta la fecha de que comamos bien, nos hacia comer demasiado, antes nos daba de comer como si fuéramos adultos, si ellos comían dos piezas de pollo, tu tenias que comer tus dos piezas de pollo, te daban tu sopa, tus frijoles, tu pan o tu tortilla lo que quisieras y si era bastante fuerte lo que comías, aveces tendía a comer dulces

**14...**- Yo recuerdo hasta la primaria era desayuno comida y cena y entre comidas mi

mamá nos dejaba comer entre comidas a veces si, a veces no, depende del humor que tenía, pero mi mamá siempre fue de que te sientas a comer bien, tus frijoles tu guisado, tu agua de sabor natural, de limón, siempre hacía mis tres comidas completas. Hasta eso teníamos buena alimentación. Actualmente los sopos, hay los sopos son deliciosos, las hamburguesas

**15...** como a los tres meses comenzó a comer probaditas de lo que comíamos pues a mí no me gustan las verduras, son muy pocas las que me gustan, pero sí comía bastante carne leche, huevo, carne de puerco, carne de res, leche, café, agua de frutas, sándwich, tortas, y así, sopa arroz entre comidas: chicharrones...en la cena si comemos juntos que como ya era noche mi papá ya llegaba de trabajar

**16...**no era nada en especial como que no acostumbraban eso, era como hasta ahorita café, pan, tortillas, carne, frijoles, desayunábamos mis 4 hermanos y yo, luego mis hermanos entraron a la secundaria y desayunábamos mis dos hermanos menores y yo. Luego en la comida igual comíamos todos los hermanos hasta que mi hermano menor que yo y yo entramos a la secundaria y ya comíamos nosotros y mi hermana chiquita.

En la cena ya era padre por que estábamos todos, también los fines de semana desayunábamos, comíamos y cenábamos. La alimentación era café, leche, pan, arroz, sopa, salchichas, pollo, chile, agua de sabor del de kuley o de sabor, verduras calabaza, papa, zanahoria, sopa de pastas, a veces fruta

Los viernes mi mamá nos traía jamón, queso, aguacate, jitomate y pan y nos hacíamos tortas y licuados de guayaba, eso era muy bonito nos poníamos felices por que pocas veces comíamos eso, solo los viernes, y me gustaba mucho. Yo le agradezco mucho a mi mamá por que eso era una manera de demostrarnos cuanto nos quería y yo creo que ella venía pensando en nuestra cara de alegría, no al ir comprando todas las cosas.

**17...**Siempre nos han dado muy bien de comer, siempre ha habido la accesibilidad a todo, pan muchas harinas, en mi casa siempre ha habido comida bien sopa y guisado, pero un tiempo no se desde cuando prefiero yo comer tortas quesadillas, mas como garnachas que probar el guisado o la sopa casi nunca pruebo la sopa y si desde chica no que la pizza, mi mamá hacía pizzas y si nos tenían muy consentida en cuanto a eso

de la alimentación y siempre ha sido como mucha chatarra a pesar de que había verduras. A mí lo que me causa placer en ese momento bienvenido, de repente tengo hambre y vamos a comer a tal lado que las pizzas, el kentoki y la coca la adoro, siempre el refresco, a parte tengo la accesibilidad al dinero, siempre mi papá toma tu dinero y entonces lo tienes y no te cuesta nada ir al puestito a comprar.

**18...** comíamos sopa, guisado, agua o refresco y ya. En la mañana cereal yogurt, leche con chocolate. Y en la noche café o leche, pan, comíamos muchas golosinas, mi abuela nos consentía mucho y lo que queríamos no lo compraban, y sobre todo a mí Después mi mamá nos daba de desayunar, comíamos nosotros y cenábamos todos con mi papá llegaba a las siete u ocho

...cuando viene mi hermano, estudia en el colegio militar y entonces solo viene algunos fines de semana otros no y procuramos comer todos juntos y los jueves es día de visita en el colegio y cuando estoy de vacaciones pues vamos a verlo, pues navidad, año nuevo los cumpleaños nos juntamos por lo menos a comer

**19...** era muy deficiente, comíamos tortillas frijoles, te de limón, lo que nos pudiera dar mi mamá como éramos muy pobrecitos, después pues también muy deficiente \* a señas y en voz baja me dice que era por que su esposo tomaba mucho, el está presente en la plática

**20...** ya éramos bastantes cuando se podía había carne y si no con yerbas allá se usa una hierba mora como la espinaca otra que es como col, frijoles tortillas salsa

### **3.2. 4 Enfermedades y cirugías**



En esta categoría se abordará *el enfrentamiento a diferentes enfermedades a lo largo de su vida y las intervenciones quirúrgicas a las que han sido sometidos*



#### **3.2.4.1 Cirugías y enfermedades-tratamientos**

**1...** cuando era pequeña me salió una bola en la garganta y me operaron y me dijeron que otra vez me iba a salir pero gracias a dios no me salió.



...Cuando tenía ocho años me pusieron suero por que me dijeron que tenía anemia que tenía mas glóbulos blancos que rojos, luego me inyectaban por un mes y luego me dejaban descansar, todo por mas o menos un año. De la diabetes, a partir de los treinta y cinco me puse muy mal estuve en el hospital. Ya después, me dieron unas pastillas, y ya luego las inyecciones no me dijeron que tipo de diabetes era, esa es la duda que todavía tengo...También sufría de la presión, me tomaba las captopril a veces si, a veces no. Yo tuve dos recaídas yo me acuerdo que me desmaye y luego sentí que ya tenía como un mes dormida cuando desperté, pero me dicen que fueron como tres semanas, eso fue el 19 de noviembre de 2002, pero antes mi hermano me trajo un brujo para que me hiciera una limpia por que si era brujería pero los que me levantaron fueron los de la acupuntura.

**2...** apendicitis, como a los 18 años me tuvieron que operar, yo tenía una presión muy fuerte, por que estaba en exámenes de la prepa y pues me dolía y tenía muchas nauseas, comía y volvía el estomago, hasta que me llevaron con un doctor particular y el fue el que les dijo que me llevaran al seguro por que me tenían que operar por que me iba a reventar, cuando llegue ya vez que luego te hacen esperar y que luego ya te revisan, pues ya cuando me iban hacer la revisión nada más me pare y es lo único que pude hacer ya no pude hacer mas hasta que vieron los doctores que yo no me movía pues fue cuando ya me pasaron luego, luego a la camilla y ya no supe nada hasta que desperté, me dijeron que tenía que estar fajada , pero al mes, a dos clases del semestre, me empezó a doler otra vez y otra vez fui al hospital y me metieron una sonda por la nariz para sacarme un liquido que dicen era el acido y con eso estuve como tres días hospitalizada,.... cuando me siento mal, pues, por lo regular le pregunto a mi mamá, le digo que es lo que me pasa y hay ocasiones que ella me dice que toma, me enfermo del estomago, me da dolor de estomago.

... La gripa la atiendo con aspirinas o cuando ya me siento muy mal ya me voy al seguro me dura una gripa como dos semanas y me da como cada dos mese...Me mandaron gotas de ajo para la gastritis.

**3...** a los 18 me operaron de la garganta, de unas bolas que me salieron, no podía hablar... mi mamá, me da, no se, si es gripa, me da medicinas que le dieron a mi hermana ya si es algo mas fuerte pues ya me llevan al doctor, la enfermedad que mas frecuente me da es gripa, una tos me duro como dos meses y me dijo el doctor que era de nervios.

4... De la apendicitis, me empezó a doler el estomago y luego me llevaron al hospital y me operaron, después me metieron una sonda por la nariz para sacarme todo lo malo, creo que era el acido, era como un liquido verde. Después de ahí empecé, no era tan delgadita pero tampoco tan llenita... la gripa me da como dos veces al mes, pero luego si me da bien fuerte, soy así, que si me da frío, y ya amanezco así como que me escurre la nariz, cuando me da muy fuerte si voy al doctor, es que aveces me tira en la cama, una ves hasta me salieron unas manchitas y pensamos que era otra cosa por que no me bajaba la calentura...dolor de cabeza y de estómago y como que me quería dar gastritis

20... me operaron del intestino y cuando como leche me agarra un dolor, me operaron del intestino me cortaron 25 centímetros del intestino

### **3.2.4.2 enfermedades y tratamientos**

5...Pues no me enfermo muy regularmente, este, digamos las enfermedades típicas gripa, tos, pero, digamos enfermedades así mas graves pues cada año me hacen mi estudio sanguíneo, de presión, electrocardiograma y hasta ahora no he tenido ninguna complicación, no me gusta tomar medicamentos. Por ejemplo si me enfermo del estomago no me gusta tomar medicina.

6... a lo mucho me enfermo una vez al año, casi siempre es gripa, mi hermana es medico y ella nos atiende.

7..., cuando tengo por ejemplo que me duela la cabeza, tengo diarrea, tengo gripa y todo esto, bueno pues mi mamá, casi medicamento no tomo, pues, me hace un té a horita lo que he tenido así frecuente es que se me inflama el estomago pero a partir de un tiempo para acá mi alimentación de por si era mala pues, ahora es mucho peor ¿no? Entonces este yo le asumo que es eso que se me inflama por que no he comido bien hasta el momento.

Cuando estoy muy estresada o que me duele la cabeza que no puedo dormir me tomo un té de las doce flores y con eso ya me aliviana una buen y eso no lo tomo del diario mas bien es así, espontáneo y para el dolor de estomago también, la gripa. De las enfermedades que menos me duran es la gripa me dura 3 o 4 días y es así espontáneo cuando me enfermo.

**8...** gastritis des de los doce o trece años, gripa también me da muy fuerte hasta lloro, ya no me gusta tomar entonces a veces no tomo nada

**9...** asma, como desde los 6 o 7 se me quito como a los 12 eso fue de pequeña me dieron mucha medicina que no me hizo nada tome homeopatía y con la homeopatía se me quito, antes tenía un problema de gastritis entonces me quitaron carne me quitaron refresco, bueno refresco nunca ha tomado por que me da mucho hipo y me dan ganas de llorar por el gas, entonces, no tomo refresco, tomaba agua de sabor pero de sobre, entonces ya ahora ya no me gusta. Mucha gripa.

**10...** yo nací con problemas de principios de asma entonces cuando estaba chica así en temporadas como diciembre o enero que son muy frías este si me daba, me daba este pues los cuadros crónicos así me la pasaba en la cama, Estuve en varios tratamientos y el ultimo fue con medicina homeopática y ahorita ya tiene como seis años que no me da un cuadro así, creo que tengo gastritis o colitis no se, por que luego siento así en el estomago bien cabrón

**11...** se me disparo la presión arterial, me mandaron esa que le dan a los hipertensos *captopril* y me mando *medformida* que después averigüe y es una pastilla para diabéticos, y en mis estudios salio que tenía niveles de azúcar muy bien, y el colesterol y todo eso, entonces, también ella me cobraba 260 pesos cada quince días o cada mes, mas el medicamento que el *genical* costaba 500 pesos una cajita, el *captopril* 180 y la *medformida*

**12...** como ahorita estamos estudiando eso me medico yo, ya cuando estoy muy malo si voy al seguro ¿la enfermedad que mas me da?, dolor de estomago

**13...** Si tuve problemas pero por enfermedad de la garganta, de pequeña si sufría mucho de eso me enfermaba mucho de la garganta me llevaban al medico y ya me daban las medicinas, a veces por la comida tiendo enfermarme del estomago pero no muy seguido.

**14...** tengo gastritis, me dan ranitidina y hace un año estuve en tratamiento y en mi

expediente decía que tenía ansiedad, no se que, y me dieron un medicamento.

**15...** de la tos y de la gripa dolor de estomago mi mamá ya sabe cuales son los medicamentos ella ya tiene las medicinas o va y las compra.

**16...** cuando es una gripa, tos diarrea o algo sencillo yo sola, bueno como yo trabaje en una farmacia mucho tiempo sabia mas o menos que tomar, ahora ya no tomo mucha medicina , dejo que se me pase solita o tomo un te. Me acuerdo que a mi me daba mucha tos y mi mamá me hacia unos tratamientos raros pero si me gustaban, me echaba saliva en los pies y me daba un té, yo sufría de muchos mareos desde chiquita y cuando le decía al doctor me decía que no era nada especial que a todos nos pasaba. O cuando fui por que siempre he tenido muchas broncas de digestión. Pues dolor de cabeza, tengo gastritis me da mucha tos, y gripa de hecho casi siempre tengo la nariz tapada no se si sea por la gripa o por otra cosa estuve usando gotas para la nariz como por tres años o mas.

**17...** el tener un papá doctor y una mamá enfermera nos ha hecho un paro muy grande, tiendo mucho a enfermarme de la gripa, pero mucho, yo no me daba cuenta o no lo quería ver pero hablaba con alguna amiga por teléfono y me decía otra vez gripa y todos otra vez y se me hizo tan conocido ese otra vez que yo dije hay algo no , entonces todo cualquier gripita me daban un jarabe unas pastillas que ya teníamos en la casa no había que comprar o ir al doctor, de chica tenia asma, me decía mi papá que era asma yo decía que no por que se que el asma tiene un proceso y ya se hacen dependientes del ese tubito decía que eran principios, si llegue a usar el tubito pero no era tan necesario. Lo que si he tenido muchas complicaciones han sido las vías respiratorias mucha tos , una vez, hace como tres años me puse muy mala de bronquitis al grado de que quería ir al baño y el esfuerzo de moverme tantito ya me provocaba una tos terrible y estuve como un mes en mi casa se me complico bastante, pero también cuando me da gripa yo sigo fumando no dejo de fumar y se que eso , bueno , una vez deje de fumar y me compuse rápido, pero cuando tengo gripa sigo fumando y no me puedo componer a pesar de que me inyecte o siga el tratamiento de las pastillas, también he sido muy mala para los tratamientos cuando me acuerdo me la tomo y es por eso que me han durado dos o tres semanas

**18...**- pues gripa y lo normal, pero no de que siempre estuviera enfermo de gripa o tos, pero cada año, me enfermo del estomago, mas bien siento que mi cuerpo Me dice que ya esta muy saturado de comida, de muchas toxinas de tanta carne que como por lo regular cigarro, café, coca cola, pues con todo eso me recargo del estomago y luego hasta me da diarrea y ya con una pastilla se me quita y ya no hay pedo

**19...**me sube la presión, y como no me limito en comer , y ya ve que cuando uno esta grande no puede comer eso por que le hace daño o eso otro por que le hace daño, entonces yo soy necia y como y luego sufro las consecuencias que me duelen las piernas la cabeza, me sube el colesterol , tengo alto el acido úrico y diabetes, varices entonces tiene uno que cuidarse ya no como cómo antes uno tiene que cuidarse ya ve que uno come de todo y ahora no todo sin grasa verduras, cereal, fríjol

### **3.2.4.3 Estreñimiento**

**1...**antes si sufría de estreñimiento pero no tanto, después de la recaída a no podía hacer mucho, ahorita hago bien por que me he estado tomando la linaza con trigo.

**2...**padezco estreñimiento, por eso fui a ver al doctor me mando tomar el yogurt

**3...** Pues hasta hace como unos meses no puedo hacer, pero antes era más frecuente que hiciera así como aguadito pero no era molesto para mí, a hora si por que no puedo hacer bien

**7...** cuando estaba pequeña, una vez ala semana me mandaban a urgencias me mandaban a la raza, por que me estriño, por que, a bueno, cuando estaba chiquita comía mucho unos brinquitos, unos que se llamaban “sen”, y que ya no existen, que era chile piquín, entonces me comía unos veinte diarios, pero era una vez a la semana ya hasta me conocían, de que iba y estaba extriñida, no podía hacer del baño y me hacían un enema.

**8...** pues si me cuesta trabajo hacer del baño, casi no hago, pero ya como que eso me vale

**9....**a veces tenia muchas broncas con mi aparato digestivo por que has de cuenta

que aun cuando ya empecé a comer bien no podía hacer del baño , o sea, yo sufría de estreñimiento entonces ,con la acupuntura si me ayudo mucho y comencé a evacuar bien, pero a veces todavía como que me da

**10...**- ya no, por que como cereal

**16...**, padezco estreñimiento, mi digestiones muy mala como que siempre me siento llena, con gases, también para esto tomaba mucho antiácido como melox, tums, pepto bismol, ya te digo he padecido mucho de estreñimiento a hora ya menos pero hubo un tiempo en que hacia de todo pastillas de todo tipo alópatas y naturistas, jaleas, tes, enemas todo y nada me funcionaba sufría mucho, además te digo que a veces me sentía muy llena con ganas de vomitar, y hasta que vomitaba mi malestar pasaba, también tomaba cosas dizque para la digestión e pero nada me servia.

**19...** antes era muy bueno pero ahora ya es malo, por ejemplo si como mucho me siento muy extriñida el estomago, me siento muy pesada, desesperada y si como mas siento que ya hasta el hambre se me quito

**20...** ahí si quisiera que me dieran algo para el estreñimiento

### **3.3.5 ciclo menstrual**



*En esta categoría se trata la amenorrea como la ausencia de regla por ciertos periodos y la dismenorrea que es el dolor experimentado durante el ciclo menstrual*



#### **3.3.5.1 Amenorrea**

**1...** Ahorita últimamente se me atraso ahora en noviembre y apenas en estos días otra ves pero nada mas ensucio poquito la toalla y luego ya nada yo digo que es por la edad a lo mejor ya por la menopausia.

**11...**, hubo un tiempo que deje de reglar hasta por medio año yo siempre había sido muy regular pero en ese momento en especial yo tenía seis meses de no reglar, entonces con los análisis que me mandó hacer ella me dijo que tenía un problema hormonal y me mandó unas pastillas que son estrógenos combinadas con no sé qué otra cosa, pues hormonas, el medicamento se llama DIANE y es una combinación de progesterona y estrógenos, como pastillas anticonceptivas y medio se me reguló la regla, pero fue muy raro por que al principio ves que son 28 días y 7 de descanso y que en esos 7 tengo que menstruar y era abundante y yo dije hay no pues ahora me voy a desangrar y a sí fue durante dos meses, aparte me empezaba a sentir muy mal tomándomelas por que me mareaba, había veces que, en ese entonces me recetó otro medicamento no me acuerdo para que era pero me tenía que tomar media capsula en la mañana, era un medicamento tan fuerte que me daba mucho sueño, siempre he tenido esa bronca de que me da mucho sueño, pero hubo un momento en que la consulta era muy cara y yo no tenía servicio médico por que había salido del bachillerato y no había entrado a la escuela y mi mamá ya no trabajaba y la que me pagaba las consultas era mi hermana

### **3.3.5.2 Dismenorrea**

**7...** pues si es doloroso, no puedo comer chile o limón por que se me inflama y me duele mucho, entonces me pongo muy nerviosa como de malas no quiero que nadie me hable.

**8...** pues soy muy regular pero padezco muchos cólicos me pongo muy enferma

**10...** Si me dan dolores pero me tomo mi pastilla y ya yo sigo con mi vida normal, trato de no comer mucho picante, a veces si es molesto por que tengo una vida muy activa, me gusta el desmadre y con los dolores pues a veces te limitas, pero solo cuando ya son muy fuertes.

**13...** si me duele bastante los primeros días, ya después es menos pero siempre procuro cargar mis pastillas por cualquier cosa

**15...** pues me dura como 3 o 4 días

17... en duración son 6 días antes me dolía mucho, cada mes mis sincol o mis pastillas del seguro eran de ley yo ya sabía que me iban a dar por que al principio me daban muy feo era la muerte ,me echaba mis pastillitas y tan, despuecito ya sentía un dolorcito y ya me las tomaba ya no quería llegar a ese momento tan feo, como te hacen efecto media hora después sentía un dolorcito y ya, pero me di cuenta que ya necesitaba mas pastillas un de sincol ya no me hacia seguía sintiendo un dolorcito y me echaba dos y en un periodo de 6 días me tomaba unas cuatro o cinco pastillas.

### **3.3.5.3 Amenorrea y dismenorrea**

2...pues antes que me operaran todo estaba bien, después este regle un mes si y uno no, después de eso dure un año sin reglar, por mi mejor... nada mas cuando me bajaba era cuando me daban los dolores muy fuertes, me mandaron un tratamiento, pero eran este, creo estrógenos, eran para, este, por si tenia quistes, pero no me las tome, después me hicieron el examen y no tenia nada

3... me bajaba un mes si y otro no y así, me baja nada mas los cinco días o nada mas un día o como a los dieciocho no regle en un año, te acostumbras, se me hizo normal, o sea, como no me sentía incomoda con los dolores y eso, pues dije: "hay por mi mejor", ahorita si me baja cada mes desde que fui con el doctor, me controle aprendí a controlar mis nervios y ya. Ahorita tengo retrasos como de una semana pero ya me baja... pues doloroso y hay meses que reglo otros que no.

4... ahorita no, no me ha bajado desde hace dos meses, el otro año no menstrué, pero después de ahí ya todo se regularizo hasta hace dos meses

Ahorita no he ido a ver al doctor, pero también quiero ver...encontrar algo por que si me preocupa

...al principio no me daban pero ya como a los diecisiete ya me daban, así ligerito pero si, para el dolor tomaba, de esas partillas...syncol

### **3.2.6.- Imagen corporal**



*En esta categoría abordare la forma en que ven y han tratado su cuerpo para bajar de peso*





### 3.2.6.1 Como ven su cuerpo

1... si me siento mal por que yo no era así yo era delgadita y todo eso pero digo, el cuerpo tiene que cambiar y pues ya que, así es esto y hay que aceptarlo a veces me veo guapa otras me veo fea. Pero digo “no ahora así estoy bien, ahora si estoy mal” pues...siempre, me doy ánimos yo por que si no pues quien,... es lo mismo que les digo a mis hijas “no, no somos feas hijas

2..... mi cuerpo lo veo gordito, pero, yo digo que esta bien, ni tengo, ni tanto, ni que me falte, a veces me veo fea y a veces bonita, hay veces me veo al espejo y digo *si estoy bonita* yo no se por que a veces me traumo y mas por que a veces sientes que no te queda la ropa dices hay *no te queda nada* si, pero dices *no estas tan mal, tienes lo tuyo* ...como yo pase mas tiempo con mi papá, no soy así, que me arreglo o que me dedico mucho tiempo a mi persona no , soy muy relajada, no paso mucho tiempo en ese tipo de cosas, pero cuando te pruebas la ropas *hay no me queda* y dices hay ya engorde o ya subí de peso y te dices: “*ya subiste ya no te queda nada y ahora que te vas a poner*”, ósea sientes coraje por que no te cuidas

3... ...A veces, uno se levanta y dice hay “*hoy si me veo bonita*”, y a veces me levanto y digo “*hay no estoy muy fea*”, “*me quiero cambiar la cara*” pero pues a veces quisiera estar bonita por que digo “*hay estoy muy fea nadie me va ha querer*”, a veces lo he llegado a pensar, pero, afortunadamente mis amigos me apoyan, cuando me ven triste me dicen, échale ganas, el hecho de que estés así no quiere decir que... alguien te va ha querer tal como estés, bueno me he hecho menos yo mas que nada pero, este, bonita, fea, gorda, enferma o no enferma me van ha querer, mi concepto de cuerpo...pues tampoco en los huesos, pero si una proporción con la complexión de la persona y sus medida, no se un talla once o trece tampoco ni muy delgada ni muy gorda a mi me gusta mucho la ropa y el no encontrar ropa bonita o que te guste de tu talla como que te da coraje, no sabes que hacer, quisieras estar delgada, a veces como que digo “*hay, ojala que mañana amanezca delgada*” es como un sueño ...no es tanto que baje de peso si me gustaría bajar una o dos tallas por mi bien, no tanto por estar delgada por que a veces si te cansas, si haces alguna actividad física me canso mucho y eso esta mal

4... Me siento bonita

**5...**mi visión de cuerpo, no es estética n, para mi es solamente este, o sea, me siento bien, no tengo ningún problema

**6...** me considero yo mismo viéndome a un espejo normal yo me veo y me siento normal, me agrado más que ser bonito o feo me agrado mucho soy simpaticón, como que me considero algo especial no me siento mal de mi peso. ¿Mi ideal de belleza? no seria físicamente más bien seria espiritual me.

**7...** yo considero que a si soy, no que yo quiera ser como una persona, pues no. hay veces que , ves a un chico que dices hay que bonito esta el chico no pero resulta que es un patán, entonces pues mas bien que características físicas no, por que a lo mejor se te presenta un niño o una niña de ciertas características y dices hay ese niño es bonito y se te presenta otro totalmente distinto y dices ese niño es lindo , entonces una característica no lo tengo yo me percibo como un quetzal que es de diferentes colores, no soy de una sola manera, de un blanco puedo pasar a un negro de un blanco a un perla , entonces como que a si que soy de una manera no soy y todo soy como los colorees, no es que cambie, soy de muchas maneras

**8...**, pues no me sentía bien conmigo, estabas por debajo de los demás, que todavía me cuesta trabajo relacionarme con las personas, me cuesta mucho trabajo hablar, me siento como una cerda, por eso a veces no como, quisiera estar súper delgada, físicamente me gusta mas el tipo esquelético no me gusta que la ropa me apriete ni que me quede muy justa por que siento que todo se me sale y emocionalmente pues que siento que nadie me va ha querer por que estoy gorda

**9...** yo me sentía bien gorda como el cerdo de la familia y yo decía pero por que y me acuerdo que mi hermana la grande se ponía unos pantalones bien chiquitos y a mi esos pantalones me entraban pero a ella le nadaban y a mí bien ajustadísimos y yo decía no es que no me caben y siempre viví con ese complejo. Yo me sentía, te lo juro, me sentía bien gorda yo entraba en ese lugar y yo veía a todas las señoras pero tremendas y decía, es que así voy a acabar, yo tenia un chingo de delirio. Siempre he tenido la idea de que soy un cerdo. Ahora ya me siento mas gorda, pero cuando estaba así, veo las fotos y no estaba como me imaginaba, yo me veía al espejo y

decía *es que ve mi panzota* mas por que a mis hermanas se les marcaban las costillas y su cinturita y a mi no se me marcaban. yo tenia mucho el concepto de belleza de una mujer delgada, alta, una mujer que tuviera 20, 20, 20 , entonces, yo eso lo había visto en la casa con mis hermanas que se ponían pantalones a la cadera y se les marcaba la cintura y decía es que eso es estar bonita. Ahora yo no lo creo tanto pero por salud si lo quiero ver por ejemplo en la pierna derecha me salio una varice y me dijeron que tenia que bajar, por que yo te digo que ya trabaje eso de aceptación y de entender que yo podía ser querida por alguien aun que estuviera así y si quisiera hacer algo, por que para tener un hijo te tienes que preparar, estar en tu peso para que no te agarre tan subida de peso , entonces yo digo si quisiera bajar de peso para cuando me case, que yo no esperaría que estuviera tan lejos, entonces, para sentirme mas a gusto. No tengo un ideal, bueno, ser una buena persona, antes yo tenia amigos que tenían que ser guapos o mis amigas bonitas, así de culera era, y lo peor es que tenia amigos guapos y amigas bonitas, y yo así quería ser quería pertenecer a los bonitos, ahora ya no, quien quiera ser mi amigo lo acepto

**10...** yo siento que no soy así ... la belleza del mundo no pero pues tampoco acá tan cagada también importa lo físico pero no le doy tanta importancia, tiene su importancia pero no tanto, siento que soy una persona que... le gusta ver lo mejor de las cosas, yo se que no es fácil vivir en este mundo no, pero no me gusta desanimarme, ni pensar que ya valió madres todo siempre trato de buscar una salida para las cosas, me siento una persona muy capas de hacer cualquier cosa.

**11...** yo me considero una persona enferma por que la obesidad es una enfermedad pero a parte por todas las enfermedades que acarrea, o sea, yo estoy propensa ha ser diabética a ser hipertensa y un montón de cosas, pero yo siento que mi cuerpo si demuestra mas de mi enfermedad pero como que mi enfermedad no tiene un origen orgánico o psicológico yo siento que va mas allá

**12...-** yo se que soy una persona muy alta cachetona el cuerpo es solo una forma y el ideal de belleza una persona musculosa

**13...** me veo en el espejo y digo hay no, es que, a lo mejor si mas delgada podría verme mejor o sentirme mejor, por que no puedes hacer muchas cosas te sientes ,

que ya no te queda la ropa, ciertas cosas te cuestan trabajo, pero es por que a horita no me estoy alimentando bien y llevo una vida bastante sedentaria ...concepto de cuerpo... para mi, no te puedo decir que en el que estoy por que no me agrada mucho, pero, no se nunca me fijado estar así como otras personas, pero si llevar por lo menos me haga sentir bien

**14...-** En primaria era yo una niña muy gordita, de niña me veo en las fotografías y estaba hecha una pelota...

En la secundaria decía que horror, que horror, todo mundo sabe que estoy gorda, no que horror hasta me daba pena cuando tenia que salir a la calle y si estas con alguien y te abraza dices "hay ya sintió mi lonja" o "ya sintió mi llanta" o cuando llego a tener relaciones "hay no ya me vio desnuda" "ya me vio la panza" " ya me vio esto" A lo mejor ya no es tan marcado como antes no

**15...** que estoy gordita, no se... ¿bonita o fea? no se, o sea, como estoy gordita, no se, ahora si que no me veo ni bonita ni fea, no se, como estoy gordita, pues no se, por lo mismo que estoy gordita, siento que no me van ha hacer caso, lo que ellos buscan son chavas flaquitas

**16...** me siento muy fea, muy pesada, siento que la gente me critica por descuidarme y que se burlan y que les doy asco , siento que si estoy sola sin novio o sin amigos es por que estoy gorda y fea, me vuelvo mas insegura y mas vulgar, pienso que si no estoy delgada no encontrare pareja ni puedo exhibirme en publico entonces aquí ya lo veo como medio y creo que soy patética en ese sentido , bien dicen que lo que mas criticamos es la siempre del inconciente que quiere salir pero se representa o se proyecta de alguna manera. Me siento una mujer débil, acomplejada, y pobre espiritualmente, pesada espiritualmente

**17...**me siento muy bonita de la cara, siempre digo hay estoy bien preciosa, me encantan mis ojos, pero igual y es nada mas la pantalla, al menos tengo algo bonito o mi cara es mi carta de presentación por que de lo demás estoy jodida, como que digo es lo mejorcito que tengo. Como que te acostumbras ha verte así, pero hay días en que si me siento muy deprimida cuando no te queda una ropa como te quedaba antes, o cuando te vistes y te vistes y te ves mal, se te ve la lonjita, o cuando tus amigas se

van a comprar ropa y tu vas pero no hay de tu talla entonces, la emoción sería tristeza, melancolía por no tener eso. Pero hay días en que se te olvida y estas tan metida en tu música en tus cosas o en tus cuates que no te acuerdas, pero hay días en que si pega mucho

Me gustaría hacer cosas que no puedo hacer, me gustaría tener un novio bien guapo, que me trajera en carro, me gustaría que me quisieran, no nada mas por eso, me gustaría que me quisieran. Pero desafortunadamente en lo primero que se fijan es en eso y ya después te quieren, entonces, por eso me gustaría estar así, también pienso que las personas así tienen mas oportunidad de conseguir muchas cosas, como trabajo, es mas fácil darle el trabajo a una chava que se ve muy bien a otra, yo se muy bien que lo que importa son los sentimientos se oye muy trillado, también la preparación, la educación, los sentimientos. Pero no te puedo decir que no me gustaría estar chida

Cada ves me veo mas la llantita, si he visto la llantita y la panza que crece cada ves y no me gusta pero , que dices pues no, como que me he hecho muy conformista , a otros momentos como cuando va ha ser año nuevo y mis propósitos *no pasa de este mes* , es por etapas. Pero si me preocupa por qua donde voy a llegar pero tampoco hago nada por cambiar eso

**18...** Ahorita lo veo bien con un poco de sobrepeso, pero bien, lejos de que me duelan las rodillas y los tobillos por el frió estoy bien lo disfruto mucho, a últimas fechas he tratado de cuidarlo, no dándole excesos, consintiéndolo. Yo no lo veo ni bonito ni feo, el termino medio tirándole a no esta tan feo esta medio bonito, no me siento muy guapo pero estoy normal, no me idealizo con otra nariz, con otros ojos, o con otras manos, no, si me gustaría y las veces que bajo la panza me agrado mas por que me siento mas ligero, no tengo una panzota, pero luego si me estorba, no me gusta mi panza mas bien

### **3.2.6.2 Tratamientos**

1... la linaza con el trigo, pero así que digas algo no por que luego no dan resultado y mejor así. El ejercicio pues hay más oportunidad de bajar, ahorita nos compramos un té pero no es tanto par bajar, si no, para sentirse bien, a horita se nos acabo y ahora hasta que tengamos dinero para volverlo a comprar, cuesta 150, y ya pero a horita ya no hay para comprar.

**2...** No, lo que pasa es que iba a clases en la mañana y en la tarde y no me daba tiempo de comer, y cuando llegaba a mi casa ya no me daban ganas de comer, me descuide en mi alimentación pero si baje muchísimo, pastillas para bajar no, como a mi no me importa eso, a veces me dice mi mamá tómatelo es por tu bien pero no me las tomo.

**3...** estuve tomando un producto slim y si me sirvió, pero pues, yo digo si lo vas a tomar tiene que ser continuo, entonces como a veces no tenemos dinero para comprar me lo tomaba un mes y tres meses no

**4...** unas pastillas de nopal, tomábamos unos jugos de betabel; y...jugos en la mañana para ver si así bajamos, si nos ayuda el jugo de nopal con piña, apio que le recetaron para bajar el azúcar no lo tomábamos en la mañana, ahora nos compramos unos sobrecitos, se llaman termo té o algo así, nos dijeron que no lo tomáramos en la mañana en la tarde y en la noche es para quemar grasa, sí nos ha funcionado y luego en la mañana también me pongo a hacer bicicleta, Llevamos una dieta que era la de, no me acuerdo pero al final tenias que comer nieve de vainilla...Desayunabas café, comías una pechuga o un bistec asado con verdura o algo así y al final nieve de vainilla, no creo que no, funciono, la llevamos como un mes.

**5...** mmm, una vez mi mama nos llevo con una nutriologa, pero, este, fuimos y un tiempo llevamos el régimen pero, pues ya no lo seguimos, tenia como catorce y fue por unos tres meses, de hecho yo estoy siempre subiendo y bajando de peso , yo juego fútbol americano desde los 16 años y cuando estamos en temporada, o sea, en los entrenamientos , que duran como seis meses, llego a bajar como 30 kilos y cuando estoy fuera de temporada, como estoy acostumbrado a comer mucho , pues sigo comiendo igual, pero ya sin hacer ejercicio y subo de peso.

**6...**-pues meterme ha practicar el deporte que mas me gusta, fútbol americano

**7...**- creo que no, dietas, pero no tanto por bajar de peso, el hecho de que tenga sobrepeso es un conflicto pero no por el hecho de que este gorda, sino mas bien por que mi proyecto de vida se basa en lo que soy para lo quiero hacer o lograr y el sobre

peso es perjudicial. Yo me percibo como un quetzal que es de diferentes colores, no soy de una sola manera, de un blanco puedo pasar a un negro de un blanco a un perla, entonces, como que a si que soy de una manera no soy, soy como los coloreaes, no es que cambie, soy de muchas maneras

**8...** si hice muchas cosas, tomaba laxantes, muy drásticos, vomitaba, no comía

**9...** mi mamá iba a un nutriólogo por que ella siempre le preocupaba mucho esa onda por que ella era delgada y ahora ya era gorda y me dijo vamos a ti te han de sobran como uno seis kilos, y dije bueno, y fui y el doctor me dijo no, no tienes mucho sobre peso has de tener como cuatro kilos me acuerdo que es vez el doctor me peso y pesaba 59 kilos , me dio una dieta, *que para que ya se quede bien bonita en su peso,* y yo decía hay si chido, y entonces has de cuenta que mi mamá hacia su dieta y le daban unas gotas que para inhibir el hambre, y mi mamá en una semana, de la primera semana de la dieta, que era no comer harina ni pan ,ni tortilla, ni sal, ni azúcar ni chile y pura verdura y jugos, mi mamá bajo en una semana cuatro kilos y el nutriólogo me dijo *con que bajes esta semana tres la kilos y otra semana te mantenemos unos tres meses en tu peso y ya te puedes ir y nada mas comes bien y ya no vas a tener bronca con el peso nunca,* pues dejar de comer pan y tortilla.

**10...** actualmente hago ejercicio yo ciento que si no hiciera ejercicio estuviera más gordita. Corro, abdominales, sentadillas, estiramientos o sea todo lo de calentamiento me late jugar básquet, de hecho estoy por entrar a un equipo de básquet. Un tiempo si estuve consumiendo medicamento y ya después supe que eran anfetaminas, según era medicina alópata y ya después supe que eran anfetamina, era una doctora del poli estaba ahí casi en el metro normal de hecho ella me dio el medicamento o sea pagas la consulta y aparte pagabas el medicamento; estuve yendo y si baje un buen de peso, por que, imagínate yo cuando tenia 16 años pesaba 65 kilos y soy bajita de estatura bueno mido 1.55 y ahorita peso 66 kilos pero de todos modos estoy pasada por que mido 1.55 y se supone que tu peso debe estar abajo

**11...** empecé hacer dietas, empecé ha dejar de comer, y empecé hacer muchas tonterías y fue cuando dije no, “necesito cambiar mis hábitos alimenticios”, empecé a buscar horarios de comida, pero mi horario de la escuela no me lo permitía por que tenia que salirme a las seis de la mañana de mi casa y llegar a la escuela y no llevaba

dinero nunca he llevado mas que para el camión, entonces llegaba a la prepa estaba ahí un rato a lo máximo que podía yo comprar era un yogurt pequeñito, hasta las dos de la tarde que llegaba yo a la casa y no había nada de comer mas que pan , entonces me comía yo un pan, entonces era hasta las ocho de la noche que se hacia mas o menos algo de comer. He pasado por muchas dietas, montonal de dietas, que la dieta del agua, que la dieta de la luna, que la dieta del pollo, que una dieta que usan los cardiólogos para cuando van ha hacer intervenciones a corazón abierto y bajas rapidísimo. últimamente una amiga me dijo que ella bajo 12 kilos yendo con un nutriólogo pero de esos de los balines , entonces lo probé y si baje de peso, pero igual eran cien pesos a la semana y hubo un momento que lo deje por que ya no tenia dinero y estaba muy extraña la dieta por que me quitaban las frutas y me dejaban comer un montón de carne y luego me la cambiaban y me daban frutas pero no coima nada de carne entonces estaba medio rara...pero con esa llegue a bajar hasta diez kilos,

La ultima vez que yo hable con esa nutrióloga yo me solté a llorar con ella, y le dije: "es que no es posible que yo hago todo"... , me puse muy, muy mal y ella me dijo que si yo siempre había estado así gordita y yo le dije si, y ella me dijo: *es que a lo mejor tienes un problema hormonal o un problema de otro tipo, por que no vas con un endocrinólogo* y fui con un endocrinólogo me salio con que tenia yo un problema hormonal no de la tiroides sino a nivel de ovarios me mando hacer muchos estudios supuestamente yo no produzco estrógenos tenia altos los niveles de prolactina, y quien sabe que tantos términos médicos me manejo, me mando el genical que era para bajar de peso por que mi problema hormonal se debía a que tenia mucho sobrepeso y que ha su vez yo no iba a poder bajar de peso si no corregía el problema hormonal, entonces me mando eso y baje dos kilos , pero después en ese tiempo conforme iba bajando me sentía muy mal, me sentía muy mal, me dolía mucho la cabeza también me daba otras pastillas que supuestamente eran a base de algas marinas para bajar talla y no me acuerdo que otra cosa .

**12...** no, como siempre he estado así, ya estoy acostumbrado

**13...** me llevaron al nutriólogo a los doce años y estuve a régimen alimenticio como un año, por que decían que si en esa etapa de la adolescencia no me bajaban de peso probablemente mi ciclo menstrual iba a variar, y que todas mis condiciones de



adolescencia no se iban a dar normalmente

**14...** me acuerdo que fui con un doctor para bajar de peso y me dio unas pastillas yo tenia con

ellas ya como dos meses, l doctor no me daba la caja el me las vendía pero en una bolsita nada mas y eso me daba mas la ansiedad me llevaron a perder la vista por quince días y me da miedo recaer por que a veces siento como que se me borra la vista y también me dijeron que por el cigarro pero no hago caso y sigo fumando, dietas, que me dicen por ahí, una tía estuvo en tratamiento con un doctor y me prestaba sus recetas y yo compraba el medicamento y ese medicamento lo que hacia era que no te daba hambre, tiempo lo tome tres veces cada medio año, si las tome mucho tiempo

si baje mas de dos o tres kilos fue mucho, a veces según mi tía me explico que este medicamento te quitaba el hambre pero pasaban tres o dos meses y tu organismo ya no lo asimilaba bien, entonces ya te empezaba ha dar hambre, y pues me dolía la cabeza, me mareaba por que no comía, me daban nauseas...En tercer año de secundaria empecé con todo, eso que tomate la coca Light, me daba diario la coca Light, entonces empezaba mi cabeza a dar vueltas por que yo en la secundaria antes me compraba que los chicharrones, entonces empecé a maquilar todo eso de que no es que eso te engorda, es que eso no, entonces deje de comer todas esas chunches, comienzo ha hacer dietas y ya luego posteriormente a tomar medicamento.

**15...** si luego mi mamá me da jugos para bajar de peso, me da linaza, varias cosas. Me da menos de comer, evita que coma chicharrones y varias cosas también trato de no comer por que llega un momento en que si me siento desesperada por que si estoy gordita, por que, no se, pienso que se ríen de mi, por que estoy gordita, no se,

**16...** he tomado tes de todo tipo, laxantes en té, en aceites, en pastillas naturales y alópatas, enemas, pastillas para adelgazar naturales y alópatas, diuréticos alópatas y naturales, dietas de todo tipo, ejercicio excesivo. Le he hecho mucho daño a mi cuerpo y me caga el ser así por que darle tanta importancia ala imagen sin tomar en cuenta al cuerpo pero no lo podía evitar como te digo ahora me aguanto por que se que es perjudicial y que tengo que aceptarme y hacerle bien a mi cuerpo sin hacerle mas, me acuerdo una ves hasta me inyecte gonadotropinas yo sola me puse como diez

inyecciones dizque para que me salieran bellos por que no tenia, como trabajaba en la farmacia me di rienda suelta tragando pastillas para todo...Tomé unas pastillas qué se llamaban solucaps eran controladas pero como te digo que trabaje en la farmacia pues las sacaba de ahí y las tome casi un años y si baje no me dabas hambre pura sed, sentía siempre la boca seca, a veces aunque quisiera comer ya no podía, luego subí otra vez no me acuerdo cuanto pero luego hice una dieta y si baje a partir de ahí deje de comer carne y como que me mantuve luego fue cuando baje hasta 49 ya ahora que ya subí. Todas las demás pastillas para laxarme nunca me ayudaron solo me provocaban cólicos bien cabrones nauseas y no seguía gorda

**17...**Estuve yendo con una psicóloga hace como medio año y me daba gotas para el sobre Peso. Cuando iba a cumplir quince años hice una dieta y baje como 20 kilos y me dieron unas gotas no se decir cuales. he hecho otras dietas sola pero me emociona mucho y las hago una semana y las dejo, he ido al gimnasio me he metido ha aeróbic , a clases de baile, en mi casa hay bicicleta y caminadora de repente la agarro pero no soy muy constante y quiero ver resultados rápido pero como no , eso no sucede me desespero y ya lo dejo y muchas veces ves comerciales en la tele y me dan ganas una ves junte para comprarme no se que producto que no me acuerdo pero no llego a la cuenta de que es un gasto de dinero , ni lo voy hacer y siempre digo que si quiero bajar tengo que poner de mi parte y si como que he hecho varios intentitos pero no los termino

**18...**pues le bajo al pan a la tortilla a la chela por que me sube mucho de peso y no me gusta que se me haga panzota, hace como una año hice esta dieta que estoy haciendo otra vez y como vi. Que ya había bajado mucho me descuide y valió madre la dieta confié a que ya no hay falla no y ahorita estoy haciendo la dieta, bueno no dieta estoy cuidando mi alimentación

**19...**- si, la acupunturista, pero es lo mismo mientras dura el efecto bien pero se pasa el efecto y hasta mas hambre me da

### **3.2.7.- Sexualidad**



*La estabilidad respecto a la relación de pareja en el aspecto sexual y afectivo*



### 3.2.7.1 Relaciones sexuales

2... no

3...no

4... no.

5... relaciones sexuales a los 19, parejas, mmm, definidas pues no se, pero varias ocasionales, pero no, no se, esta duro decir que muchas ¿no? pero, o sea, no nunca me he puesto a contar... satisfactorias pues algunas si y otras no, la primera vez no, fue una persona mayor que yo y fue algo, este, difícil.

6...fue con una chava mayor que yo ella tenia como 25 yo tenia 18...sí era satisfactoria, después de ella ya no he tenido relaciones.

7...pues si yo solo he tenido una pareja y al principio pues no es que fuera mala si no que apenas nos estábamos conociendo y entonces yo considero que ahorita es buena,

8... pues al principio de mi vida sexual si era difícil me daba miedo por mi cuerpo, ha sido satisfactorio,

Emocionalmente ¿como es?, ¿como me siento?... pues mal pues he tenido sexo con gente que no conozco, y pues eso de pronto me hace mal y por que muchas veces, muchas parejas desconocidas, por que a veces digo hoy quiero hacer algo ... algo fuera de... hacer lo que no estoy acostumbrada ha hacer y entonces lo primero que se me ocurre es tener sexo y ya, algunas veces ha sido en alguna disco, otras veces vas caminando y alguien te dice chhch, y yo digo bueno aquí hay alguna oportunidad y ya

9...nada mas dos, con mi primer pareja fue muy traumante por que, después me entere que era bisexual y la primera vez que tuve relaciones con el , no me gusto, yo tenia mucha pena y pues no estaba decidida a tener la relación pero la tuvimos y después el me dijo que había tenido relaciones conmigo para ver si le gustaban mas las mujeres o los hombres por que unos días antes el había tenido una relación sexual con un hombre y eso me lo dijo después y yo si caí en mucha depresión y empecé a tomar mucho empecé a probar la droga y a pesar de que yo sabia que el se había ido a coger con otro güey volvimos a tener relaciones y no nos cuidábamos y resulta que después me salio con que no se le paraba, y yo otra vez pensé que era por mi por que yo estaba fea por que no se le antojaba y el me dijo que ha de ser por que no estaba bien excitado, ya después mee dijeron que ese güey era bien impotente, bien pinche pasivo entonces como que eso se me libero pero tardo como un año para

liberar eso por que yo pensé que ni en lo sexual servia

Antes los orgasmos no los conocía pero con mi actual pareja si, es mas seguido que los tenga

**10...** pues no soy muy sexual tampoco, también a ese aspecto le doy mucha importancia y no con cualquiera, eso es muy... para mi eso es muy importante, el contacto físico, hasta en cierta forma me arrepiento un poco por que yo empecé mi actividad sexual muy chica ( a los diez y siete), entonces como todavía no tenía la madurez por eso ahora lo veo y siento que debí haber esperado mas, pero la neta si me latía un buen el chavo, pues así lo que es un enamoramiento fue placentero

**11...** yo no he tenido relaciones

**12...** empecé como a los 16 he tenido como tres ha sido placentero

**13...** los diecisiete empecé no fue placentero por que como era virgen me dolió y ya no quise. Es que no lubrique y por eso me dolió tanto... ¿parejas sexuales? Cinco

**14...** cuatro, empecé a los diecinueve

**16...** comencé a los 24 por que no había encontrado un hombre como el que conocí yo no podía estar cerca de un hombre, según yo me enamoraba de alguien y me moría por ellos pero cuando ellos se me acercaban con fines de pareja ya se me iba el encanto y no los soportaba cerca y con este chavo que conocí cuando entre a la universidad fue diferente lo pude besar sin miedo y luego comenzamos nuestra vida sexual y era bueno al principio no era satisfactoria por que me dolía mucho de hecho sangre las tres primeras veces que lo intentamos hasta que pudimos bien y fue muy gacho pero luego si era satisfactorio era muy emocional y físico pero creo que un orgasmo nunca lo sentí además el era eyaculador precoz pero nos adaptamos por que yo no aguantaba mucho como que luego ya me aburría y los demás (3), mira uno fue asqueroso y horrible lo hice cunado termine con mi novio que te digo y ni disfrute ni me gustaba el güey es mas me da asco pero lo hice dos veces con el y según por soledad, Otro si me estaba gustando pero era el novio de una amiga y estábamos ebrios y me arrepentí y ya no terminamos pero fue bueno y el y el otro fue con un

chavo que conocí en una fiesta y fue muy chido lo raro es que el ni me gustaba solo paso y fue de lo mejor que he tenido nada mas que el pedo es que no me protegí y eso me hizo sentir mal a demás los amigos que estaban en la fiesta no se que pensaron de mi pero otros dos querían coger con migo también y me sentí una putisima

**17...** no el aspecto sexual nada soy virgencita y no si tenga que ver con el sobrepeso, yo creo que si

**18...** si, era placentero pero no era mi novia, era una amiga, y de repente empezamos a besarnos y ya hasta llegar a ese punto pero nunca fuimos novios, nunca fue como ese formalismo, si nos llevábamos bien pero nunca fue una relación de novios, después de un tiempo nos separamos. He tenido como tres o cuatro la ultima chava con la que anduve no por que tuvimos muchas broncas del tipo emocional y sentimental, ya después de un tiempo regresamos pero yo solo quería como que vengarme o algo así pero, ya que estaba con ella, estábamos en su casa en el preámbulo y me sentí sucio me sentí mal por que yo no soy así y iba a llegar a hacer algo que yo no quería hacer era como que vengarme y solo utilizarla para saciar mi instinto carnal mi hambre. También hace un mes conocí a una chava era puro faje fuimos a un hotel y de repente me dieron ganas de salirme de ahí ya no quería estar con ella no me sentía a gusto yo pensé que cuando encontrara una chava con la que fuera puro sexo iba estar bien o iba a disfrutarlo, pero ya me di cuenta que, no, que yo no busco solo eso y no quería estar con ella es muy dramática exagera las cosas, ella quería andar conmigo y yo no, pero primero habíamos dicho que no había falla según ella no quería nada conmigo pero yo se que si y no me sentía a gusto por que yo busco algo mas que sexo en una mujer y con ella solo podía tener sexo, pero después de eso me sentía vacío, no había comunicación mas allá no me sentía bien conmigo mismo

### **3.2.7.1 No tiene pareja**

**2...**no tengo... he tenido dos, a los trece años duramos como dos semanas, el otro a los 17, pero el quería que estuviéramos mucho tiempo juntos y yo no...en la carrera, novios, novios, no, nada más amigos así una relación no, fíjate que yo no tenía tiempo con la escuela y ellos siempre han querido que estemos siempre juntos y no te dejan un

rato libre para ti y mejor los cortaba por lo sano

**3...**con mis parejas he tenido, no se me haces así como parejas o sea son como si fueran amigos cariñosos porque yo tengo otra idea de una relación de pareja. Para mi un noviazgo es compartir tiempo juntos pero tan bien darse su libertad o sea no nada mas es estar todo el día con el, y luego que te llevo a tu casa y luego a que se vallan acá, pero luego no se dan tiempo par a estar con sus amigos... pero si darnos tiempo de estar juntos. Con mi ultima pareja ni nos pelábamos el por su lado y yo por el mió fue como relación por Internet ósea, por Internet platicábamos y todo y físicamente era así de ¡haaa! y nos volteamos. Pues si fue un poco difícil por que a veces yo quería estar con él y él a veces no quería, y si me lastimo mucho fue como una estira y afloja por que terminábamos y luego andábamos otra vez una semana. Pero a estas alturas yo ya me canse y digo sabes que *mejor ya* pero luego me siento mal.

**4...**ya tiene, como cinco años, por que andaba con otra, y luego resulta que no y que si, y por eso

**5...** no me gusta mucho formalizar

**6.-** - hace como un año que termine con ella fue satisfactoria por que aprendí mucho de ella, muchas cosas que no sabia, me enseñó que también debía de no ser tan inocente por que yo en esa época era muy inocente

No tengo pareja por que me enfoque mas en la música, es que a veces consumía mas tiempo al tocar que buscar algo, bueno si me gustaban muchas pero no me animaba, por que a veces decía que a lo mejor no era de su agrado o luego me daba flojera irles a decir, por que así me hice, quien sabe por que de un de repente, mi vida la he tomado muy a la ligera, todo al hay se va. Yo creo que si es importante tener pareja, ¿no? por que, con tus papas, amigos y hermanos tienes

Sentimientos que, se siente bien, pero luego quieres algo mas de eso,

No se... a lo mejor me daba miedo, me daba miedo, este, que me rechazaran... es que en ciertos momentos si me daba miedo, que me dijeran que no, es que yo me encerraba en mi mundo. ¿Con pareja? pues ahí si me ha ido un poco mal, por que tengo parejas y resulta que luego andan con otros y otros y yo no me doy cuenta, a veces .Pues, me siento confundido ¿no? por que te dicen algo que no es cierto, como,

sentimientos de, que, te qui...de amor, que a lo mejor ni siquiera los expresan con, con, de corazón.

**11...** parejas yo no he tenido tampoco, si me gustan muchos pero tengo la mala suerte de que los que me gustan les gustan mis amigas y pues ni modo no y el único que ni siquiera fuimos novios pero me agarro.

**15...** trato de que no me guste nadie, por que, o sea, si me gustan pero siento que no me van ha hacer caso, por que, por lo mismo que estoy gordita, siento que no me van ha hacer caso, lo que ellos buscan son chavas flaquitas

**18...** el hecho de no encontrar una pareja, me hace sentir triste y me hace sacarme de honda, cuando las personas en las que me llevo a fijar no me pelan, entonces me hace sacarme de onda o con las personas que creo que hay algo no lo hay, y eso me hace ponerme triste

### **3.2.7.2 Pareja estable**

**1...** A los diecisiete tuve mi primer relación con mi marido pero pues ya no es el mismo, a veces no puede, no como antes pero si seguimos mostrándonos el cariño, ahora que el esta malo de diabetes tengo también que ser comprensiva con el como el conmigo cuando estaba enferma. Claro siempre y cuando haya cariño todavía por que si no ya no tiene caso estar con alguien. También yo le digo que si hay alguien mas que me diga ¿no? igual yo, lo bueno que hasta el momento no hay nadie que me pise la azotea y a el tampoco. Si ha habido oportunidades para el, yo me doy cuenta, a veces hay chavas que lo invitan a comer o que le dicen: invítame a comer...una ves lo iba hacer pero yo estaba ahí y salte por que no era justo hace como seis años yo sentí morirme, mas por que era la esposa de mi hermano, pero dije yo puedo mas y yo tengo mas

**10...** ¿Ahorita? Sin pedos igual yo he tenido novios de todo, de todo, ¿cómo cuantos? huy güey también contarlos no manches

**12...** con mi novia muy bien, casi no nos peleamos llevamos como año y medio ella es con la que mas he durado, me gusta que con mis amigos y con mi novia siempre estemos alegres, que platiquen mucho conmigo,

**13...** actualmente, si, si es placentero con mi pareja aunque tengamos muchas broncas en otros aspectos, por que el es muy celoso y nadamas esta molestando y eso me caga

**14...** con la persona que estoy saliendo a el también le gustan las personas delgadas , se que no le gustan las personas gordas, pero antes si era con la luz apagada no, es que con el cortaba, regresaba , y ahora que otra vez regresamos ya no es tanto como antes pero de repente si me incomoda, por ejemplo ayer estaba con el y estábamos sentados y cuando estas sentado la llantita se te marca todavía mas eso es muy natural ¿no? pero mi llantita siempre si es mas grande, entonces me abraza y le quito la mano así " no me abrases" por que me incomoda me siento mal.

Con la persona que estoy saliendo a horita, ya había salido con el y en las veces anteriores yo veía su cara y decía que padre esta gozando, eso me complacía mucho, pero yo no alcance algún orgasmo, yo disfrutaba por que el estaba disfrutando no por que sintiera excitación u orgasmos. A horita hace poco tuvimos relaciones fuimos a un hotel y lo hicimos cuatro veces, dos de ellas si las disfrute pero las otras no, a lo mejor por que estaba cansada o tenía sueño.

**16...** mi único novio bien ha sido el que conocí a los 24 después de el empecé a conocer a otro pero las cosas no se dieron y termino nuestro romance (ja) es que el ex novio estaba siempre presente y yo siempre para el aunque tuviera novia. Después otro anduvimos viéndonos como dos semanas no la pasamos muy chido, es un chavo muy lindo y tierno y me gustaba pero como es artesano y vive en Ensenada pues se fue y termino el romance (Ja). En realidad no he podido andar bien con nadie no se a mi me cuesta mucho trabajo, como que nadie me pela o no se tal vez no puedo olvidarme de mi ex novio, espero encontrar alguien con quien pueda hacer algo chido quiero querer mucho y que me quieran y respeten,

**17...-** parejas... novios bien, uno, duramos como seis meses, pero fue muy de chocolate, yo tenia dieciséis y a esa edad no puedes tener una relación muy formal, no iba a mi casa, de ahí he tenido muchas parejas muy físicas, he sido así muy de que estamos en una fiesta y el faje, y así soy desde la prepa, han sido un chingo por que si le he dado vuelo a la hilacha



**19...** Me case a los doce años ,que luego uno ni piensa y la inquietan a uno y ya uno piensa que la vida es color de rosa y no es cierto...¿satisfactorias? a veces si, y a veces como que ya no lo hace bien, antes tampoco como luego como andaba de mujeriego y llegaba borracho el quería pero no le respondía, ¿orgasmos? si, ahora de grande, por que de joven no, antes nadamas como gallina y quedaba embarazada no se ni como, pero ahora a veces, y a veces pues ya no como el pueda, pero me da vergüenza decirle, siento feo ofenderlo, siento que para el va ha ser una ofensa que yo le dijera que ya no, si el como esta educado a su pueblo de que yo soy hombre... cómo abuso, pues si cuando éramos jóvenes si, pero ahora ya no ya se hizo normal.

**20...** bien, normal, como cualquier matrimonio, ahora, por que antes como tomaba había problemas, pero normal, si, bueno antes si novias, pero ya no ya nadamas en mi casa con mi esposa

Todo este recorrido por la vida de cada una de las personas nos será de gran utilidad para exponer las generalidades y particularidades dentro de la investigación. En el siguiente capítulo se mostrara un vaciado de esta información recabada, cuyos datos, serán presentados en *la tabla general de resultados*, dicha información se tomará en cuenta para un análisis que pretende encontrar los procesos que se van integrando a lo largo de las vidas de las personas

Entonces, en el cuarto capitulo se presenta un resumen sobre la biografía de cada una de las entrevistadas y entrevistados, posteriormente la tabla general de resultados y finalmente un análisis de resultados desde el punto de vista psicológico , teniendo como base, lo psicosomático y la teoría de los cinco elementos.

## **CAPITULO CUATRO**

### **ANALISIS DE RESULTADOS**

En un intento por entender el proceso de la enfermedad en la obesidad hablare de aspectos que parecen interesantes y que van desde la infancia, la violencia, el abandono, la transmisión de significados, la sexualidad, tomando en cuenta abusos, relación de pareja y satisfacciones, el peso, los tratamientos y finalizando con la relación entre obesidad y la teoría de los cinco elementos. Pero para comenzar expondremos un resumen de cada una de las entrevistas y una tabla en la que se hizo un vaciado general de los resultados obtenidos

#### **Entrevista 1**

Señora de 48 años de edad, tercera de cinco hijos. Parto natural en la casa donde Vivian. Su papá era chofer y su mamá se dedicaba al hogar. Estudio hasta la primaria, por falta de dinero, después, tomo un curso de dos años de cultura de belleza y luego se caso a los 20 y ¡ya! dice ella misma. Tuvo cuatro hijas, ha tenido dos abortos (no sabe por que), consume alcohol en fiestas y en casa con su esposo e hijas “se echan su copita. Actualmente vive en una zona conurbada, en donde ya hay mucha industria, centros comerciales, nuevas casas habitación por lo mismo la gente y los autos han aumentado considerablemente, su casa esta en un tercer piso de un edificio de cuatro pisos, en cada piso hay cuatro departamentos, con poca luz.

Cuando era pequeña, e papá permanecía todo el dia fuera de casa por tal razón no pasaban tiempo juntos, ni tenían ninguna actividad. ”. La manera de corregirla era con regaños y golpes. Con la mamá pasaba mas tiempo aveces salían a pasear. Siempre comía, con ella y su abuelita y los fines de semana si se sentaban todos a comer. Acostumbraba comer lo que hubiera verdura en el guisado, carnes, pan, leche, frijoles, garbanzos, considerando que ningún alimento hace daño.

A los ocho años le dijeron que tenía principios de anemia, de la cual tuvo que llevar un tratamiento por un año (no recuerda el medicamento solo recuerda que eran inyecciones). Después le salió una bola en la garganta y la operaron. A los treinta años le diagnostican diabetes, hipertensión. Hace como cinco tres años tuvo una recaída, la cual pensó que era por brujería y le hicieron una limpia en el hospital, pero afirma que quien la levanto fue un acupunturista. A padecido de estreñimiento, trastornos de regla (los problemas actuales los adjudica a la menopausia), insomnio.

La relación familiar fue con la madre de confianza. El padre le decía que era muy chiclosa y la alejaba cuando ella era muy cariñosa con él. Con los hermanos, dice, su relación antes era buena, pero ahora ya es mala por las esposas de ellos. Ella les guarda resentimiento por que no estuvieron con sus padres cuando estaban enfermos y ella a la vez se siente culpable por no (según ella) haber sabido cómo ayudar más a sus papas ( los ojos de le llenan de lagrimas, pero, a pesar de que le digo que lllore hace un gran esfuerzo se guarda la emoción y vuelve a sonreír )

No deja salir a las hijas, su relación con tres de ellas es buena. Con la otra hija tiene una relación mala, por que no le gusta ayudarle económicamente y que no se integra a la familia, tiene “otro modo por que se fue un tiempo con una tías” pero que a todas las quiere y que se preocupa mas por ella, por que siempre coma y por que perdió u oído ( no sabe si por gripa o por un accidente que tuvo). No sabe si es buena o mala madre, pero trata de platicar con ellas y les cuenta lo que le ha vivido

Su papá era alcohólico y eso la hacia sentir mal por que en las fiestas todos se reían de el, además le tiene rencor por que según ella él tuvo la culpa de que su mamá se enfermara y después falleciera, esto por que la mamá se entero que el tenía un “amorcito”. Dicho rencor desaparece cuando el también enferma, entonces ella lo cuida hasta su ultimo momento.

También tiene resentimiento contra el esposo y la hermana de él ya que le quitaron actividades que tenía en el negocio que formaron ella y su esposo.

Actualmente tiene un sobre peso de 25, 8 kilos empezó a subir como a los 20 con su primer y tercer embarazo. Solo ha tomado laxantes, y tes, pero no para bajar de peso, si no para sentirse bien, ella piensa que el cuerpo tiene que cambiar y hay que aceptarlo, además dice: nunca fui delgadita. A veces se ve fea y otras bonita le dice a sus hijas “no estamos tan feas”

Solo ha tenido una pareja, su relación era placentera, que si ha tenido orgasmo. Hasta que su esposo se enfermo, pero ella lo tiene que entender como él la entendió cuando tuvo la recaída, entonces buscan la manera de seguirse mostrando cariño, sin embargo, siente enojo hacia el por que luego las chavas lo acosan, en una ocasión ella lo vio “que le iba ser infiel” con la esposa de su hermano de ella, se sintió morir, pero le reclamo y según ella no paso nada.

## **ENTREVISTA DOS**

Mujer de 24 años de edad, soltera, segunda de cuatro hermanas, estudio una ingeniería y trabaja como ayudante de maestro. Vive con sus papas y sus hermanas, su mamá se dedica al hogar y papá tiene un negocio. Cuando era pequeña, menciona que era corregida con golpes y fuertes golpes por arte de la mamá. Siempre ha estado al cuidado de su mamá y su hermana que le lleva tres años, con su papá a pesar que tiene mayor afecto no ha convivido mucho y con una de sus hermanas no hay cariño según sus palabras por que no convive mucho con la familia. Actualmente vive en una zona industrializada, en un cuarto piso, en donde para ir a su trabajo donde se pasa todo el día hace casi tres horas. Esta cuestión del trabajo le impide realizar sus tres comidas en horarios establecidos ya que sale muy temprano trabaja 10 horas y llega muy tarde a casa y es cuando come todo lo del día

Su manera de esparcirse es solo cuando va con sus papas y hermanas a fiestas familiares en donde toman alcohol todos, también en ocasiones toman es su casa. Le cuesta trabajo tener amigos y los que tiene viven lejos de su casa y sus papas no le dan permiso de ir a una fiesta y quedarse.

Ha padecido varias enfermedades, trastornos menstruales, insomnio, gastritis, apendicitis, estreñimiento. Sin embargo hay trastornos que para ella no tienen importancia o que incluso le agradan como la amenorrea.

En el aspecto de pareja nos menciona que solo tuvo un novio a los trece años pero que duraron menos de un mes, no le gusta tener pareja ya que ella cree que es perder mucho tiempo, tampoco ha tenido relaciones sexuales.

Pesa 76 kilos y mide 1.57, ha llegado a pesar 60 kilos por el trabajo pero luego los recupera llegando a pesar hasta 79. Para ella un ideal seria no estar ni gorda no flaca, pero si le molesta que sus tías le hagan comentarios acerca de su peso. Otra cosa que le molesta es que la ropa no le quede y se dice a si misma “ya vez ya engordaste por que no te cuidas”.

### **ENTREVISTA TRES**

Mujer 19 años, hija de parto natural, creció al cuidado de su mamá y hermana mayor, última de cuatro hermanas. Actualmente vive en una zona conurbada, en donde a crecido la industria, centros comerciales, casas habitación, gente y autos su casa esta en un tercer piso de un edificio de cuatro pisos, en cada piso hay cuatro departamentos, con poca luz. Estudia la preparatoria Su mamá se dedica al hogar y su papá atiende un negocio propio

Padece de gripas frecuentes, a los 18 años la operaron de unas “bolas” que le salieron en la garganta, una tos le ha llegado a durar hasta dos meses. Padece

de estreñimiento. Su menstruación es dolorosa. Menstrua un mes si y otro no le dura 3 o 4 días. A los 18 años dejó de menstruar todo un año, cosa que le agrado mucho, por que no tuvo que soportar los dolores. También padece insomnio

Su relación con la familia es absorbente ya que tienen que hacer todo juntos y si ella quiere estar un rato sola le reclaman por que no convive con la familia. Tiene "preferencia" (sic) por su padre. Nos menciona que la relación con sus hermanas es de confianza y les puede platicar sus problemas, pero también dice que con sus amigos *sí* es cariñosa, cosa que no puede hacer en su casa. La única pareja que ha tenido fue una por vía Internet.

Actualmente pesa 85 kilos y mide 1.65, menciona que desde chiquita es gordita y piensa que es por que no cuida su alimentación, el estar así la frustra por que no puede usar ropa que le gusta y luego piensa *¡ojala que mañana amanezca delgada!*, cree que así nadie la va a querer, a tomado tratamientos para baja de peso pero no le han servido

Toma alcohol principalmente con su familia y aveces con amigos.

#### **ENTREVISTA CUATRO**

Mujer de 27 años mayor de cuatro hermanas por lo que es como una madre para sus hermanas aun cuando se llevan pocos años, estudio para educadora, actualmente no trabaja por que ha estado cuidando a sus padres que han recaído por la diabetes, hija de parto natural. Su lugar de residencia es igual que el de la entrevista anterior

Padece de gripas frecuentes, dos veces por mes y son muy fuertes que la dejan en cama, ha estado en tratamiento con penicilina por esa razón. A los ocho años empezó a subir de peso por que la operaron de apendicitis. Su menstruación es con dolor menstrua cada dos meses, hubo un años completo en el que no tuvo menstruación, padece dolor de estomago, gastritis y *le quería* dar gastritis.

Actualmente pesa 88 y mide 1.62, en la familia le empiezan a hacer comentarios sobre su peso y eso la hace enojar, ha hecho dietas y otros tratamientos para bajar de peso pero no le han funcionado. Su ideal de belleza es no estar ni muy gorda ni muy flaca, se siente bonita.

No ha tenido relaciones sexuales y ha tenido tres novios, el ultimo fue hace casi 5 años pero nos dice que el empezó a andar con otra. Tiene pocos amigos con los que aveces sale al cine. Por el momento no le interesa tener pareja por la enfermedad de sus padres. Este estado de sus padres la hace sentir triste

Con su familia consume alcohol ya sea en fiestas o en su casa, su proyecto de vida es estudiar la licenciatura.

#### **ENTREVISTA CINCO**

Hombre de 23 años segundo de dos hermanos, su parto fue vía cesárea durante el embarazo su madre y padre estuvieron en tratamiento de una infección que el no sabe cual. No fue amamantado por que la leche materna le cayó mal. Le gustaban las golosinas. Vive en ecatepec una zona industrializada, su casa es de una planta en donde cada quien tiene su recamara .Su papa trabajaba de 8 de la mañana a 8 de la noche era contador de una empresa y casi no estaba en casa y su mama se dedicaba al hogar, posteriormente sus padres pusieron un negocio y es donde trabajan ambos asta la fecha .

La cena es el único horario de comida en que están todos juntos.

Se enferma de gripas, dolor de estomago pero no le gusta tomar medicamento, desde los 11 o 12 años se hace exámenes de sangre de presión, electrocardiograma y nunca ha tenido problema.

Con su familia dice que hay comunicación, con el único que hay un poco de lejanía es con su hermano.

Desde que nació tiene sobrepeso, el le adjudica a la alimentación ya que le encantan los dulces y los alimentos con picante. Actualmente pesa 130 y mide 1.70. lo único que ha hecho para bajar de peso es cuando su mamá lo llevo con una nutrióloga a los 14 años .

Su ideal de belleza no se enfoca en lo físico si no en lo interno.

Ha tenido relaciones sexuales, pero no se acuerda con cuantas, solo sabe que la primera vez fue con alguien mayor que el a los 19 y no le agrado. No le gusta formalizar parejas por eso no ha tenido ningún noviazgo formal.

Su proyecto de vida es titularse y hacer una maestría,

Consume alcohol con sus amigos

### **ENTREVISTA SEIS**

Hombre de 19 años, ultimo de tres hijos, nació a los ocho meses vía cesárea creció bajo el cuidado principalmente de su hermana la mas grande su mamá vendía papas y era cocinera su papá tenia una combi y pasaban mucho tiempo solo, a su papá lo veía solo los domingos. Come tres veces al dia no tiene horarios y la cena es como la comida. Vive en azcapotzalco en un departamento de ladrillo.

Se enferma solo de gripas las cuales atiende su hermana mayor que es medico

Con su mamá, tiene buena relación platica de cómo se siente y si tiene un problema, con la única con la que no se lleva bien es con su hermana mediana.

Para el es muy fácil hacer amigos platica fácilmente con la gente que no conoce y tiene mas confianza de contar sus emociones con mujeres. Ha tenido tres parejas pero menciona que no le ha ido muy bien. Actualmente no le interesa tener pareja dice que le da flojera y miedo a que lo rechacen, le gusta una chava y ella solo le da alas y el se pone triste, confundido y ansioso, además esta totalmente enfocado a la música. (Cuando llegamos a este punto, aun que fue difícil notamos



como le afectaba este aspecto) nos dice que ha tomado su vida al *hay se va* y que aunque con sus hermanos y padres esta bien a veces necesita algo mas pero tiene miedo al rechazo.

Actualmente pesa 130 y mide 1.72, nunca ha hecho nada para bajar de peso, el se siente normal y cree que lo importante es lo espiritual, no se siente ni bonito ni feo sino mas bien, simpaticon (sic).

Hubo un tiempo en que tomaba alcohol en exceso pero actualmente ya no.

Su proyecto de vida es acabar su licenciatura y hacer una carrera musical.

## **ENTREVISTA SIETE**

Mujer de 21 años su mamá la tuvo a los 40 años y no se dio cuenta de que estaba embarazada hasta los seis meses por lo que los doctores le decían que abortara. Ultima de 4 hermanos Nació por cesárea. Actualmente vive en azcapotzalco en una casa con buen espacio. Es estudiante de licenciatura.

De pequeña la cuidaba principalmente su mamá. Tenia mejor relación con su papá por que era mas cariñoso su mamá era muy seca (sic).

La familia solo se reunía en la cena por que todos trabajaban y su mamá vendía quesadillas o dulces, por tal razón aveces ella comía sola .desde pequeña su alimentación fue principalmente quesadillas, tacos, etc.

Padece de gripas, diarreas, dolor de cabeza, estreñimiento, inflamación de estomago que su mamá le atiende con tes y el estreñimiento con enemas. También sufre de dolor en rodillas y riñón. Padece de insomnio. Su menstruación es muy dolorosa y se pone de mal humor

Empezó a subir a los 15 años, actualmente pesa 70.5 y mide 1.60 cree que es por su mala alimentación, pero emocionalmente no le molesta, lo único que no le gusta son sus brazos por eso no usa blusas sin manga.

Empezó su vida sexual a los 19 años al principio no era placentero pero, después si es su única pareja sexual que ha tenido, emocionalmente si ha tenido conflictos con su pareja por problemas de alcohol. Por lo regular usaba anticonceptivos de emergencia como método anticonceptivo. Como a los 7 años una vecina de 15 o 16 años abuso sexualmente de ella y a los 15 un novio la trato de abusar.

Consume tabaco y marihuana

Su proyecto de vida es tener una familia estable y un hijo.

## **ENTREVISTA OCHO**

Mujer 26 años su mamá se embarazo y se *tuvo que casar con su papá* estuvo al cuidado de su mamá .primera de tres hijas. Su mamá se dedica al hogar y su papá es mecánico Actualmente vive en ecatepec, en casa sola, estudia en el INBA así que hace mucho tiempo de su casa ha la escuela. Platica con su mamá y hermanas de puras cosas sin importancia (según ella) y con su papá no habla. Las únicas veces que salen en familia es ir a comer.

Pasa muchas horas sin comer su dieta cuando come son pan, harinas, la noche es el único momento en que no come sola, come con su mamá y sus hermanas.

Padece de gripas frecuentes, gastritis desde los trece años. Le cuesta trabajo relacionarse con los demás y hablar en publico. Tiene una menstruación regular pero muy dolorosa. Padece insomnio.

Empezó a subir desde los trece año actualmente pesa 54 y se siente muy gorda, mide 1.56 lo mas que ha pesado son 74 kilos. Tomaba laxantes, vomitaba y no

comía. Cree que una mujer con sobrepeso no se cuida y come mucho, ella prefiere el *tipo esquelético*. Se la pasa diciendo que esta como un cerdo.

Su proyecto de vida es trabajar lo que esta estudiando y vivir de eso pero en provincia

Sufrió de abuso sexual por parte del padre desde que tenia trece años. Su vida sexual fue al principio difícil por que le daba pena su cuerpo. Actualmente dice que es satisfactoria , pero, cuando le pregunte del aspecto emocional comenta que ha sido desagradable y se siente mal , por que ha tenido sexo con gente que no conoce, solo va por la calle y si alguien le habla pues se va con él por que la hace sentir bien.

Desde los 14 fuma tabaco y marihuana, toma alcohol y consume cocaína.

## **ENTREVISTA NUEVE**

Mujer 22 años, su mamá tuvo problemas para embarazarse de ella, los doctores le decían que no estaba embarazada que era una bolsa en el estomago lo que tenia, y hasta los 7 meses se dieron cuenta de que su estaba embarazada pero la bebe no se movía, sus papas pensaron que se iba a morir y hasta que nació le compraron su ropa. Nació por vía cesárea. Actualmente vive en el distrito federal en santa Maria la Rivera. Su padre es alcohólico (actualmente ya no bebe) y la familia de su mamá también, nos dice que en la familia ha habido problemas de infidelidad.

De los 6 y hasta los 12 años padeció de asma, fue tratada médicamente y se la controló. También padeció de gastritis pero cuando dejo la carne y el refresco la controló. Padece de frecuentes gripas, estreñimiento, dolor de cabeza. Su menstruación es dolorosa

La relación con su mamá y hermana es muy buena, con su papá y hermana mayor no tiene mucho contacto le cuesta trabajo acercarse a ellos. A veces se siente desquiciada en la familia por que dice que le exigen mucho, sobre todo que este mas tiempo con ellos. A veces siente que no la toman en cuenta y que se preocupan más por su hermana mayor que por ella.

Todo el tiempo se ha sentido gorda por que sus hermanas son muy flacas y siempre se comparo con ellas. Pesa 68 kilos y mide 1.54. Para bajar de peso recurrió a un nutriólogo por que su mamá la llevo, pero no pudo bajar de peso.

Ha tenido varios novios y dos relaciones sexuales, la primera fue muy desagradable y en la actual dice que se siente bien por que su novio siempre la ayuda a que tenga mejor autoestima.

En algún momento consumió alcohol, tabaco y algún tipo de droga.

Su proyecto de vida es realizarse en su profesión y casarse.

### **ENTREVISTA DIEZ**

Mujer 21 años nació por parto natural, segundo de dos hermanos, estudia el CCH, su mamá se dedica al hogar y su papá trabajó en mantenimiento. Actualmente tienen un negocio. Vive en azcapotzalco

Padece de insomnio, dolor en la menstruación, ha padecido de asma, gastritis, y muchos accidentes.

Con su mamá ha tenido *roses* y con su papá se lleva bien, pero nos dice que hubo un tiempo en que no se llevaron bien por que ella consumía muchas sustancias. Su papá es agresivo, su hermano rencoroso y ella también es impulsiva.

Actualmente mide 1.54 y pesa 66, lo mas que ha pesado son 70 kilos, ha hecho ejercicio para bajar de peso y tomó anfetaminas que un medico le dio pero dice que no sabia que eran ya que el doctor se las daba y le decía que era medicamento homeópata.

No sabe cuantos novios ha tenido y no se acuerda cuantas parejas sexuales pero dice que ella no es muy sexual.

Consume alcohol, marihuana, y otras sustancias.

Su proyecto de vida es terminar la escuela y seguir estudiando.

## **ENTREVISTA 11**

Mujer de 23 años. Ultima de tres hermanos, nació por parto natural, le dieron pecho solo los cuarenta días de incapacidad de su mamá y luego la dejaron al cuidado de sus abuelos, creció al cuidado de sus abuelitos, ya que desde temprano los llevaban ahí y nadamas llegaban a dormir a su casa. Su abuelito era muy regañón y su abuelita era buena con ellos, pero seguía las órdenes del abuelo que siempre mostraba preferencia por los otros nietos. Su abuelo un día los corrió de su casa y ellos comenzaron a quedarse en su casa solos. Cuando ya estaban solos cambiaron sus hábitos de alimentación, pasaban muchas horas sin comer, y si les daba hambre comían pan. Vive en Ecatepec en una casa sola, donde caben bien.

La relación con sus padres no fue buena su mamá siempre la comparo con las otras niñas y le decía que estaba muy gorda, también su papá la molestaba por su peso y sus hermanos le hacían comentario hirientes. Le duele que a parte de que la gente le diga cosas por su peso llegue a su casa y sea lo mismo.

Pesa 103 y mide 1.70, ha hecho todo tipo de dietas, deja de comer y muchas cosas para bajar de peso, ha ido con nutriologas, se ha puesto balines, ha bajado

de peso pero luego lo recupera y además se siente muy descompensada. Tomaba pastillas para bajar de peso, para el colesterol y para la presión arterial. En alguna ocasión fue con una doctora que le dijo que su problema era hormonal y le dio pastillas anticonceptivas

Ha padecido de presión arterial, amenorrea, dismenorrea, dolor de cabeza, gripa, gastritis y estreñimiento.

No ha tenido novios ni relaciones sexuales. Sale muy poco a distraerse prefiere quedarse en su casa a leer o hacer manualidades, disfruta estar sola.

## **ENTREVISTA 12**

Hombre 23 años, nació por medio de cesárea, sus papas se tuvieron que casar por que su mamá se embarazo de él, primero de tres hermanos. Su papá trabajaba en una fabrica estaba casi todo el día fuera o como rolaba turnos a veces en el día dormía y en la noche se iba al trabajo, su mamá se dedicaba al hogar Vivian en un terreno junto con otras tres familias. Actualmente vive en una casa de dos plantas con espacio para los hermanos y sus papas en la zona de ecatepec. Estudia una licenciatura en la FES- C

Con su mamá y su hermana se lleva muy bien pero con su papá casi ni convive por que se va desde temprano y llega en la noche, solo los fines de semana va toda la familia al “super”.

Por lo regular padece de dolor en el estomago y como estudia química dice que ya sabe que tomar. Tiene insomnio.

Consume alcohol y tabaco.

Le gusta comer con sus amigos, gorditas quesadillas, tortas.

Mide 1.70 y pesa 88 kilos considera que ningún alimento le hace daño, no tiene problemas con su peso el se siente bien ya que dice que siempre ha estado así, nunca ha sido gordo, gordo, mas bien se percibe alto. Su ideal de belleza es estar musculoso.

Ha tenido tres parejas emocionales y sexuales. Pero con la que mas ha durado es la actual lleva 1 año y medio.

No tiene un proyecto de vida establecido.

### **ENTREVISTA TRECE**

Mujer 22 años, nació por parto natural, cuarta de cinco hermanos. La alimentación siempre fue muy importante a su mamá le gustaba que comieran al parejo de todos. Vive en el distrito federal en una casa sola. Trabaja como ayudante de maestro de una licenciatura en la UNAM.

Se lleva bien con su mamá los domingos se van juntos al mercado. Con sus hermanos la relación también es buena menos con el mayor. Su papa a pesar de estar físicamente, nos dice que nunca estuvo con ellos siempre ponía una barrea y era muy estricto con ella, a veces se le hacia un reto darle un abrazo por que a el no le gustaba.

De pequeña sufrió mucho de enfermedades de la garganta, de gripa y del estomago. Padece de dolores menstruales e insomnio.

Dice que siempre fue gordita, ha estado en régimen de alimentación por un año pero solo bajo 3 kilos. Pesa 75 y mide 1.60. Piensa que si estuviera mas delgada se vería mejor, pero no ha tenido impedimentos para tener parejas.

Empezó su vida sexual a los 16 años pero no fue placentero por que no tuvo lubricación. Ha tenido cinco parejas sexuales

Actualmente si disfruta sexualmente con su pareja, aunque emocionalmente no este muy contenta, tuvo un aborto de esta pareja y el no la apoyo ella sola fue al medico y se sentía sola.

Consume alcohol, tabaco y marihuana

Su proyecto de vida es titularse.

#### **ENTREVISTA CATORCE**

Mujer de 25 años, segunda de dos hijas nació vía cesárea. Su papá siempre ha trabajado todo el día y su mamá trabajó un tiempo, durante el cual ella sintió que los descuido mucho. Vive en Atizapan en la casa de su abuelita, eso la molesta por que dice que su mamá no puede cortar el cordón umbilical y a ella le da miedo que le pase lo mismo.

Nos platica que con su mamá se lleva bien y que le cuenta cosas que a su papá no le podría contar, sin embargo le cuesta mas trabajo expresar sus emociones con su mamá, como darle un abrazo o un beso. Con su hermana la relación no es muy buena.

Padece de gastritis, dolor de rodillas y ansiedad. Tiene insomnio y dolor en la menstruación. En una ocasión le recetaron unas pastillas para la ansiedad que la llevaron a perder la vista durante 15 días.

Pesa 68 kilos y mide 1.57 ha hecho dietas para bajar de peso, tomo pastillas que inhiben el hambre, consume productos Light, desde pequeña siente que ha estado gordita. Su alimentación se basa en gorditas, quesadillas, dulces.



No le gusta que la abracen por que le da pena que le sientan la lonjita.  
Ha tenido cuatro parejas sexuales pero no ha sido muy satisfactorio ella se conforma con que su pareja lo disfrute.

Consume alcohol, tabaco y aveces marihuana.

Su proyecto de vida aun no lo sabe, esta su carrera, una pareja con quien quisiera vivir, irse a Canadá para cortar el cordón umbilical y alejarse de su madre.

### **ENTREVISTA QUINCE**

Mujer 13 Años fue una niña muy esperada nació por vía cesárea, ultima de dos hermanos con los que tiene una diferencia de mas de 10 años, por lo que ella aveces se sienta sola.

Sus padres tienen una tienda y pasan todo el día ahí, por lo que la cena se vuelve el único momento del día en que están juntos. Vive en coacalco estudia la secundaria. Su papá consume alcohol y tabaco.

Se lleva mejor con su mamá hay comunicación, pero con su papá casi ni platica y con su hermana aveces se pelea y la hace sentir mal, en ocasiones le hace comentarios de su sobrepeso, dice que con sus amigos si puede expresar sus emociones.

Padece de insomnio, gripa, tos y dolor de estomago. Aveces tiene dolor menstrual. Su mamá le atiende las enfermedades y le da medicamentos que ella conoce.

Pesa 68 kilos y mide 1.57 ha tomado linaza, llevado dietas, jugos deja de comer pero no ha tenido buenos resultados.

Ella cree que estar delgada es estar bonita a veces se siente triste quisiera que le quedara mejor la ropa, además piensa que no va a poder tener novio. Come de todo carne leche frutas, chicharrones, dulces, etc.

Su único novio dice que fue en el kinder.

Su proyecto de vida es estudiar para doctora o ciencias de la comunicación

### **ENTREVISTA 16**

Mujer de 29 años tercera de cinco hermanos, nació vía cesárea sus papas han trabajado casi todo el día en diferentes empleos principalmente como obreros, se quedaban solos los cinco hermanos. Vive en coacalco.

La relación con sus padres no fue buena no había comunicación, con los hermanos le lleva bien, menos con el mas grande.

Padece de gastritis, dolor de cabeza, tos, mareos, estreñimiento. Siempre se automedico.

Actualmente pesa 69 y mide 1.51, ha hecho todo para bajar de peso inhibidores del apetito, laxantes, dietas, ejercicio y tes ha tenido resultados pero luego vuelve a subir de peso, principalmente come pan galletas, dulces.

Ha tenido dos novios y cuatro parejas sexuales. Nunca ha sido satisfactoria su vida sexual ya sea por lo físico o lo emocional. Cuando era pequeña sufrió un abuso sexual

Consume alcohol, tabaco y drogas.

Su proyecto de vida va enfocado al estudio

**ENTREVISTA DIESISIETE**

Mujer de 22 años, primera de tres hermanos sus papas se tuvieron que casar, su mamá es enfermera y su papá estaba terminando la carrera de medico y solo los veía los fines de semana, Durante mucho tiempo los cuidaban diferentes familiares y vivieron en diferentes lugares, quien mas les impuso una educación fue su abuelito que era muy exigente. Actualmente vive en tezoyuca. Estudia una licenciatura

No tiene muy buena relación con sus padres ha llegado incluso a los golpes con su padre.

Padece de insomnio, estreñimiento, dolor menstrual. Gripas, tos principios de asma. Como su papá es doctor y su mamá enfermera no acude a otro especialista

Actualmente pesa 102 kilos y mide 1.57 ha tomado gotas, dietas y ha hecho ejercicio, no le han funcionado. Le Austria estar bien de cara y cuerpo para encontrar un novio guapo que la quiera.

Se siente gorda y se pone triste por no bajar, pero le encanta ir con sus amigos a comer le gusta consumir quesadillas, pizza, pollo kentoky, sopas, frituras, chocolates.

No ha tenido parejas emocionales ni sexuales, en algún momento sufrió un abuso sexual

Su proyecto de vida es estudiar algo que si le guste

**ENTREVISTA 18**

Hombre 22 años primero de 2 hermanos, nació vía cesárea. Vive en azcapotzalco con sus papas y su abuelita, quien los cuida desde los seis años y los consentía mucho le daba todas las golosinas que quería. Sus dos padres pasaban casi todo el día fuera de casa.

No tiene problemas con sus padres se lleva mejor con su mamá y le gustaría tener más acercamiento con su padre pero no le es posible por que él está muy ocupado.

No le gusta contarle muchas cosas a su mamá por que no quiere que lo esté consolando ya que con las mujeres no le ha ido muy bien siempre lo dejan y le dicen que necesitan tiempo pero que no es por él. Le gustaría tener una buena relación de pareja. Ha tenido cuatro novias y cuatro relaciones sexuales a veces no ha sido muy placentero por que él prefiere una relación en donde haya algo sentimental de por medio y en la última que tuvo no fue así y se siente mal.

A veces se enferma de gripa o indigestión, insomnio

Actualmente pesa 78 y mide 1.70 lo más que ha pesado son 82 kilos y desde que él se acuerda a tenido sobrepeso. Ha hecho dietas y ejercicio. Su alimentación se basa en café, carne, pan, dulces.

Se siente con un poco de sobrepeso, ni muy guapo ni muy feo si no termino medio.

Consume alcohol, tabaco, droga .

Su proyecto de vida es terminar su carrera y tener una relación formal

## ENTREVISTA DIESINUEVE

Mujer 57 años vivó en el distrito federal en una zona todavía rural su mamá fue atendida por una partera, durante la infancia tuvo muchas carencias materiales y emocionales. Se caso a los 12 años y no tenía idea de lo que era una relación sexual simplemente un día cuando tenía 13 años resultó que tuvo un hijo y ella no supo ni por qué, no le gustaba tener relaciones sexuales, además su situación económica era mala pero que en su casa, su esposo era alcohólico llegaba tomado y tenían relaciones. Actualmente vive en Coacalco trabaja en un hospital.

Padece de presión alta, ácido úrico, y diabetes por lo que tuvo que cambiar su alimentación, no padece de trastorno menstrual, si tiene insomnio y estreñimiento. Esta en tratamiento por la presión y la diabetes. Hace 10 años empezó su menopausia pero de eso no tiene molestias.

Pesa 107 y mide 1.58, ha hecho dietas, tomado té y recurrió a la acupuntura., le preocupa el peso por salud y le gustaría tener la cara más fina.

Sus relaciones sexuales no han sido buenas ella dice que antes cuando era joven ella se sentía como gallina por que no se daba cuenta y además quedaba embarazada además, como su esposo tomaba no le respondía. Actualmente ya casi no puede tampoco pero ella no le dice nada para no ofenderlo, sin embargo dice que ya tiene orgasmos.

A veces se siente triste por que están solos ella y su esposo y entonces se fastidia de vivir, en alguna ocasión le han dado ganas de ir a un grupo de la tercera edad pero no quiere dejar solo a su esposo., a pesar de que a veces pelean y ella se siente viejita del corazón. Los días que sus hijos la visitan se siente contenta.

No tiene proyecto de vida

**ENTREVISTA VEINTE**

Hombre de 62 años es de Guerrero vivía con sus padres y hermanos tenían carencias materiales y afectivas, nació de parto natural y atendido por una partera, se caso a los 16 años. Actualmente vive en Coacalco tiene un negocio propio, vive con su esposa y sus hijos a veces lo visitan.

Padece de gripas, tos, dolor de cabeza, estreñimiento, fue operado del intestino, padece de dolor abdominal, somnolencia.

Consumía alcohol, consume tabaco. Sus problemas de alcohol eran fuertes hasta que se enfermó lo dejó y comenzó a comer bien.

Pesa 80 kilos y mide 1.59, nunca ha hecho nada para bajar de peso.

A veces se siente solo por que su esposa se va a trabajar y le da miedo que le de su dolor y no haya nadie que le ayude.

Las preguntas sobre sexualidad, concepto de cuerpo e imagen corporal no las quiso contestar.

Su proyecto es trabajar como siempre

# Ruta de la obesidad

K	Edad	sexo	Estado civil	Lugar de nacimiento	Lugar de residencia	ocupación	Número de hijos	Con quien vive	Con quien vive mujer relación con padre e madre	Religión	Maltrato infantil	antecedentes	Tensión de sangre	Tensión digestiva	Tensión muscular	Clase social	alcohol	tabaco	droga	Número de parejas	Parque sexual	Como se percibe	Como se ve su cuerpo		
1	40 F	casada	DF	Coahuila Edo. de México	Coahuila Edo. de México	señor	Tercera de cinco	Esposa e hijos	madre	católica	si	Fuera familiar	Normal	estrechamiento	musculosa y firmeza	No	si	no	no	1	1	Grupa, a veces fat	no tengo que preocupar		
2	24 F	soltera	Edo. Méx.	Coahuila Edo. de México	Coahuila Edo. de México	ingeniera (ayudante de)	Tercera de cuatro	Con sus padres y hermanas	Padre	católica	si	Fuera familiar	Normal	estrechamiento	musculosa y firmeza	Si	si	no	no	2/No	1	A veces fat a veces buena	Grupa		
3	18 F	soltera	Edo. Méx.	Coahuila Edo. de México	Coahuila Edo. de México	estudiante	Única de cinco	Con sus padres y hermanas	padre	católica	si	Fuera familiar	Normal	estrechamiento	musculosa y firmeza	No	si	no	no	2/No	1	A veces buena a veces fat	Llanita		
4	27 F	soltera	Edo. Méx.	Coahuila Edo. Méx.	Coahuila Edo. Méx.	Costa e su mamá	Primera de cuatro	Con padres y hermanas	madre	católica	si	Fuera familiar	no	estrechamiento	musculosa y firmeza	no	si	no	no	2/No	1	buena	No me gusta ni me gusta		
5	25 M	soltero	Edo. Méx.	Coahuila	Coahuila	estudiante	Segunda de dos	Con sus padres		católica	si	Entre un río con los amigos	no	no	*	no	si	no	no	no	no se acuerda	no se acuerda	se siente bien	bien me agrada	
6	18 M	soltero	Edo. Méx.	Acapulco	Acapulco	estudiante	Única de tres	Con sus padres, hermanas		*	no	no	no	no	*	no	si	no	no	no se acuerda	no se acuerda	inspecciona, normal	Algo especial.		
7	21 F	soltera	Edo. Méx.	Acapulco	Acapulco	estudiante	Única de cuatro	Con su papa y mamá	Padre	católica	no	Entre en su casa con su familia y comen juntos, ver películas.	no	estrechamiento	disminuye	si	No	no	no	no	no	no	Como su general	Como su todo	
8	27 F	Unión libre	DF	Coahuila	Coahuila	Programa de tres hermanas	Papa y hermanas	católica	católica	si	Comer	Normal	estrechamiento	disminuye	si	si	si	si	cuatro	una de dos	Grupa	Me veo como una niña			
9	22 F	soltera	DF	DF	Coahuila	Segunda de tres hermanas	Con sus papas y hermanas	Madre	católica	si	Ser con su papa	Normal	estrechamiento	disminuye	si	si	si	si	*	dos	grupa	Me veo y digo hoy si estoy gorda.			
10	21 F	soltera	DF	Acapulco	Acapulco	Segunda de tres hermanas	Con sus papas y hermanas	Padre	católica	si	Entre con amigos - si a noche, fiesta	Normal	no	disminuye	no	si	si	si	no se acuerda ni se acuerda	no se acuerda	Cargas de hacer cualquier cosa	Grupa de las piernas			
11	23 F	soltera	DF	Coahuila	Coahuila	Única de tres	Con papas y hermanas	católica	católica	si	normalidad	si	estrechamiento	musculosa y firmeza	no	No	no	no	no	no	no	normal	Echena		
12	23 M	soltero	Edo. De Méx.	Coahuila	Coahuila	Primera de tres hermanas	Con papas y hermanas	Madre	católica	no	Trabaja más chales con amigos y estar con familia	si	no	*	no	si	si	no	tres	tres	Alto	carbano			
13	22 M	soltero	DF	DF	Coahuila	Única de cinco hermanas	Con papas y hermanas	Madre	católica	si	Entre el domingo en su casa si el mercado estar con su mamá o echarse más chales con los amigos	Normal y a veces medio de día	estrechamiento	disminuye	no	si	si	si	cinco	cinco	Me veo mujer delgada	Delto			
14	27 F	soltera	Edo. De Méx.	Acapulco	Coahuila	Segunda de tres hermanas	Con papas y hermanas	Padre	católica	si	Viven a casa de su abuelita pero no me gusta	buena de día	estrechamiento	disminuye	no	si	si	si	cuatro	cinco	si me siento bien gorda	Poco peso la llaman			
15	17 F	soltera	Edo. De Méx.	Coahuila	Coahuila	Única de tres hermanas	Papas, hermanas, sobrinos, tía	Madre	católica*	no	estudiar música	Normal	estrechamiento	católica	*	si	si	si	no	no	no	no	Grupa		
16	26 Fes	soltera	Edo. De Méx.	Coahuila	Coahuila	desarrollado	Tercera de cinco	Papas y hermanas	católica	si	Estudiar música	Normal	estrechamiento	católica	si	si	si	si	dos	cinco	fat	Desarrollada, no ultrapesa			
17	22 F	soltera	Edo de Méx.	Coahuila	Coahuila	Programa de tres	Con sus papas	igual	católica	si	Ser con amigos	Normal	no	Alto	si	si	si	si	no	no	buena de la cara	Con tiritas y papas			
18	22 M	soltero	DF	Coahuila	Coahuila	Estudia teatro	Primera de 2	Abuelita y papas	igual	católica	no	Trabaja y jugar con amigos	si	insignificante	*	no	si	si	si	cinco	cinco	No gordo ni demasiado gordo me agrada	Con un poco de ultrapeso		
19	37 F	casada	Edo de Méx.	Coahuila	Coahuila	Coahuila	Segunda de tres	Con esposo	Madre	católica	si	buena	Normal	estrechamiento	no	si	si	no	no	una	no	A veces bien a veces mal	grupa		
20	62 M	casado	Edo de Méx.	Coahuila	Coahuila	Alcance negocio propio	Única de diez	Con esposa	igual	católica	si	Ver foto	normalidad	estefimano	*	no	si	si	no	no	no	no	no	no	no

Concepto de cuerpo	Índice de Belleza	peso mínimo	peso máximo	Peso actual	estatura	IMC	Tiempo de padecimiento	Transmisión por su enfermedad	Realidad de transmisión	Otras enfermedades	Antecedentes familiares	Emociones que profiere	Lugar preferido	Entre comidas	Tipos de alimentos	Proyecto de vida
No gusta su figura	No gusta su figura	No sabe	80	75	1.54	31.54	A partir de su tercer nacimiento(21)	En, lesiones cutáneas*	A veces bueno	Difteria, tosaca, gripe	Mama, hermanos	triste,	dulce	No	verduras como papado porco fríjoles guiso...	Seguir adelante y no ligar
No extra ni gusta ni figura	No extra ni gusta ni figura	80	70	56	1.37	30.88	Desde pequeño	no	No toma nada	El dolor de estomago, epidemia, gripa	Mama y hermanos	triste	dulce	No	Papas, verduras, leche, pan	Estudiar
No gusta su figura	No gusta su figura	No sabe	mas de 80	80	1.40	34.37	Desde pequeño	Productos con	En su nacimiento buena	Gripa, gripa	Mama, hermanos	frustracion, enoja	si	leche por verduras ,carne,	estudiar	
No me gusta su figura	normal	No sabe	No sabe	88	1.40	33.88	Desde pequeño como a los años	Presión, jugos, los (productos comerciales), ejercicio, dieta	normal	Gripe, gripa, epidemia, dolor de cabeza , dolor de estomago	Mama	Alegria y tristeza	pasivo	si	de todo	estudiar
	Más allá de lo espetro	115	150	120	1.7	41.52	Desde pequeño	Ejercicio adecuado, deporte/fútbol americano	normal	Gripe, no, del estomago	normal	Alegria	pasivo dulce	no	de todo	estudiar
No gusta su figura	Algo espantosa	120	180	110	1.70	40.70	Desde pequeño	Deporte/fútbol americano	Mala	gripe	no	Alegria	apático	si	*	Profesional y musical
Us todo	No tengo	No sabe	No sabe	70.5	1.6	38.33	Del de los quince	dieta	normal	Gripe, dolor de cabeza, inflamación de estomago	no	Alegria*	triste		quesadillas por pescado	Formar una familia
Algo halagada	espantosa	40	50	54	1.08	27.22	Desde los diez a once	Dieta de arroz, lentejas, vegetal	Dieta de peso	Gripe, no, gripa	no	tristeza	pasivo dulce	si	pan de 10 por arroz, frijol, verduras, carne, café,	Trabaja y vive de su trabajo
Es un todo como un tiempo	Una buena persona	34	60	60	1.30	29.38	Desde pequeño*	dieta	Mala	Aman gripa, gripa	normal	Alegria, tristeza	pasivo dulce	no	verduras, fruta verduras	Estudiar, profesionalmente, cuidar
No llega a estar totalmente feliz	No sabe	No sabe	70	66	1.34	29.33	Desde pequeño	Deporte , actividades	Al principio bueno	Aman, gripa, gripa* acridencia, gripa	Mama, papa	si	dulce	si	Carne, huevo, leche, jugos, casi/vegetal, café, leche, dulces	Terminar la escuela y seguir estudiando
No sabe	Algo normal	120	180	130	1.7	44.88	Desde pequeño	Dieta, lactosa	Mala y al principio buena y luego mala	Gripe, dolor de cabeza, gripa	Final del papa	tristeza, enoja	dulce	si	verduras como huevo dulce café	Terminar escuela, carrera, leyes, trabajo
Una forma	Algo normal	No sabe	88	88	1.7	30.44	Desde pequeño	normal	*	Dolor de estomago	no	Alegria y miedo	pasivo	si	quesadillas, papitas, tortas, verduras carne	---
No me fijo mucho	Más allá de lo delgado, bien por dentro y fuera	No sabe	70	70	1.6	29.54	Desde pequeño	Ejercicio adecuado	no	Gripe, estomago	Papa sobrepeso	Alegria, Gafra, enoja	pasivo	si	pollo como tortilla por verduras frutas	trabaja
Un organismo que funciona bien	En todos los aspectos	37	60	60	1.37	27.64	Desde los ocho años	Presión, dieta, ejercicio	normal	Gripa, tosaca, dolor de cabezas	heredó buena	tristeza	pasivo dulce	si	quesadillas, papitas, leche por huevo	No sabe*
Estoy orgullosa	delgado y bien bueno	37	60	60	1.37	28.6	Como a los once	Lactosa, jugos, dieta, dieta de arroz	Normal*	Gripe, no, dolor de estomago	normal	Alegria y	pasivo dulce	si	carne leche huevo chocolate, dulces, arroz,	Quiero estudiar para doctora a cambio de la comunicación
Algo que me gusta que cuidar y querer	No tener sobrepeso	47	60	60	1.30	29.72	Como a los 18	Presión, dieta, ejercicio aeróbico, frutas, té	Normal* y mala	Gripa, dolor de cabeza, cansancio, sobrepeso, té,	Mama, hermano	tristeza, enoja, frustración	dulce	si	pan galletas, café, huevo, verduras pollo tortilla, fruta, frutas, dulce	Terminar, estudiar ocupación y amor
Alguien que tiene la escuela, tiene buen estado, buen trabajo que sea buena de la vida	querer un buen trabajo	30	110	100	1.37	41.44	Desde los 8	Dieta, ejercicio, gripa	En el momento buena*	Gripe, no, principio de vida	no	tristeza	dulce salado	si	Quesadillas porco, pollo, lechuga coca, frutas, chocolate , pan, café	No sabe bien, estudiar algo que le guste.
No se , como sea atractiva	Alguien que me no cumple su entusiasmo de belleza que agrada a su		82	70	1.7	26.88	Desde que me acordé	Dieta, ejercicio	En el momento buena*	A veces gripa		alegría	dulce pasivo	si	café carne por dulce	Terminar su carrera, tener sus relaciones buenas, bien
No se	No se		107	107	1.38	42.37	Desde que se casó	Acoponata, té	En su nacimiento	Acido urico, presión alta, diabetes,		tristeza	pasivo	si	verduras fruta carne fruta cereal café, arroz	No sabe
No quiero casarme	No se						Desde que lo operaron hace 18 años		No quiero casarme	Pericardio , ejercicio de aeróbico, dieta adecuada				no	Chips, papitas, pan, arroz, coca	trabaja
			75	80	80	1.59	33.61							no		



#### 4.1. Abandono familiar

Durante la infancia los padres de alguna u otra manera han estado ausentes jugando un papel ya clásico en la sociedad capitalista que es el de “proveedor” negándose el tiempo para estar con sus hijos y participar en el crecimiento de ellos en todos los ámbitos, además el cuidado que ellos necesitaban era delegado a quien se hacía cargo de ellos (entrevistas 1,5,6,11,12,,15,17,18) en el caso de la entrevista 14 y 16 ni siquiera tenían eso ya que ellos crecieron prácticamente solos por que quien los cuidaba era algún hermano mayor, que por mucho se llevaban cuatro años, entonces el cuidado que estos recibían era inexistente. Los padres no pudieron darles a sus hijos la confianza y el apoyo que se necesitan para desarrollar un autoestima y en general un estado emocional optimo, los padres solo llegan a la casa a dormir y la alimentación, el cuidado personal, el apoyo en tareas, la convivencia afectiva es algo que si se hace se hace mal pero que en general son funciones que no asumen. Un fragmento de una entrevista nos lo dice:

1...Mi papá se iba desde temprano y llegaba tarde, de chicos no estaba con nosotros, que jugábamos, que hiciéramos la tarea no, el trabajaba mucho por eso también no tenía tiempo de estar con nosotros por que, por ejemplo, el estudio hasta la prepa y yo aprendí a dividir por un tío no por él, y es, para que él, como sabía mucho, nos enseñara y nadamas nos regañaba, me regañaba hasta por que traía un dibujo en el cuaderno...<sup>1</sup>

EL alejamiento familiar en que se vive ocasiona que los miembros se vuelvan unos extraños, a quien casi no se conoce y por lo tanto el acercamiento es algo difícil de lograr y cuando menos se dan cuenta ya es imposible ya no se sabe como remediar ese suceso en general en la investigación encontramos que cuando los hijos ya son grandes pues ya es

---

<sup>1</sup> Entrevista 1 realizada en diciembre del 2004 por Maribel Nieves Corona

mas difícil “dejarse querer” como lo hacían los padres cuando estos eran pequeños que al no tener la “costumbre” de acercamiento afectivo, los padres reaccionaban anteponiendo una barrera a cualquier intento de acercamiento por parte de los hijos los entrevistados nos describen que cuando ellos se querían acercar a su papa o su mamá respectivamente les decían “quítate de aquí, no vete de aquí” incluso el hecho de crecer con este rechazo por parte de los padres (que tampoco les enseñaron a expresar sus emociones) se va convirtiendo en un aprendizaje para los hijos ya que ellos mismos van evitando el contacto físico afectivo. Entonces, la manifestación del afecto dentro de la familia es algo muy difícil de hacer como ( lo leemos en las entrevistas 9, 13, 14, 17, 18) Ese factor trae como consecuencia una búsqueda de afecto, la comida se comienza a cargar de gran significado, se vuelve en estos casos una manera de huir, una manera de llenar el “vacío” que se vive, incluso afecta la forma en que se relacionara cada uno de ellos fuera de la familia algunos inmersos en relaciones destructivas, otros evitando a toda costa el contacto físico.

*17...A mi mamá me gusta contarle cosas pero como que no me pela, yo le digo mamá escúchame te estoy hablando y me dice si te estoy escuchando y me hace sentir que no son muy importantes mis cosas y a lo mejor si ,pero, yo quisiera estar así como tu y yo ahorita y ella esta calentando la comida o haciendo algo y no se si yo soy la inoportuna o que, pero, ...a lo mucho de acercamiento físico que hay con mi mamá, es de repente “ráscame la espalda” y me pongo ahí( hace una simulación como si estuviera recostada en las piernas de su mama), y no me aguanta mucho , como que, la fastidio y un ratito y ya...*

*...Con mi papá esta más difícil por que estamos comiendo y habla de cosas de medicina con mi hermana y eso me encabrona pero no lo manifiesto, aparte no quiero ser egoísta, pero no hay comunicación por el trabajo o por lo que sea... mi papá de repente se acerca pero... no , no me nace a mi, no estamos acostumbrados a que yo sea una melosa con mi papá o con mi mamá , y , yo creo que por la edad, como que no estoy para estar de melosa ahí,<sup>2</sup>*

---

<sup>2</sup> Entrevista 17 realizada en diciembre del 2004 por Maribel Nieves Corona

EL aceptar que se tiene guardado un sentimiento de tristeza, angustia o incluso rencor hacia los padres y familiares hace que en todo momento durante las entrevistas se trate de justificar ese abandono, por tal motivo esas emociones siguen saliendo a la luz por medio de la obesidad, en el momento que se asuman las emociones y se trabaje con ellas se podrán liberar de ese malestar emocional que se trae cargando toda la vida. Esa *justificación* que le dan los entrevistados a los padres, por su ausencia, nos muestra que la *culpa*, que se implanta en la cultura occidental, evita que se acepte que los padres no estuvieron pendientes de ellos, sin embargo, la contradicción hace evidente tal abandono, por que además de justificar al padre por su ausencia las personas entrevistadas nos mencionan que la persona que era menos cariñosa con ellos era con quien pasaban mas tiempo, y que, quien los consentía, según sus palabras, era el mas ausente, entonces, la falta de afectividad es evidente ya que quien se la proporciona, esta todo el día ausente. En la entrevista 2 encontramos que la relación con sus padres era mejor de chica, pero que de chica casi no había comunicación y ahora que ya esta con ellos ya tienen mas conflicto, pero rápidamente dice: *“si hay mucho amor”*. Lo que las personas no entienden es que el amor no se cuestiona sino la forma en que este se demuestra y los signos y símbolos que influyen para hacer de las relaciones familiares algo cada vez menos fraternales y si mas por conveniencia, entonces, las relaciones entre familia se mercantilizan y condicionan esperando siempre algo a cambio

La incongruencia familiar llena a los entrevistados de miedo, frustración, rencor y sueños irreales como el *“despertar un día y ser delgada”* Todos estos sentimientos hacen que las personas vivan su cuerpo de una manera fragmentaria en donde lo único que importa (según su aprendizaje) es llegar a cumplir lo que la sociedad exige

Y en este caso la familia los llena de significados ocultos, sus exigencias y

comentarios influyen en la valoración personal de los miembros de esta. Para la *culpa* es un arma que utilizan los padres para de alguna manera hacerlos sentir responsables de la unión familiar (ver entrevistas 3, 9, 15, 16, 17, 18,) entonces ,quienes mas sobre peso tienen son los que por estar “en familia” permaneces mas tiempo es casa, sin embargo, cuando se deja de ser niño surgen nuevos intereses algunos creados como un medio para sustituir la convivencia familiar, como alcohol, relaciones destructivas, drogas, el estudio, el trabajo, la música. Incluso quienes se animan a salir de casa dicen sentirse mas a gusto con amigos y les es mas fácil expresar sus emociones

*3...Pues con mis papás a veces tengo problemas por que yo soy mas, bueno, ellos están chapados a la antigua, a ellos les gusta que todo lo hagamos en familia y yo luego quiero estar sola o hacer mis cosas, pero ellos para todo quieren estar juntos. A veces se enojan conmigo por que a veces todos están juntos en la sala y yo estoy en mi cuarto oyendo música y se enojan conmigo hasta me reclaman que soy como mi hermana, no se ,como que , no se si sea como me siento , me gusta estar platicando con mis amigos chateando , entonces de repente llegas a la sala y están platicando y tu preguntas y no te quieren decir, y mi mamá dice es que no te vamos a repetir las cosas y como que me reclama mucho que me parezco a mi hermana, “es que ustedes se encierran en su cuarto y se olvidan de la familia” . A veces si estoy con ellos, por ejemplo me voy con mi papá en la tarde, y ellos sienten que me separo de la familia, es que no vamos a estar todo el día junto<sup>3</sup>*

En general la relación padre a hijo o madre hijo , indispensable para que un ser humano adquiera auto concepto e individualidad, fue inexistente, por que, aunque los entrevistados son todos de familias con padre y madre juntos siempre salía a la luz el dolor por la falta de acercamiento con alguno de ellos y principalmente con quien ellos dicen querer mas o con quien pasaban mas

---

<sup>3</sup> “ Entrevista 3” realizada en diciembre del 2004 por Maribel Nieves Corona

tiempo por ejemplo , la mamá que si esta presente pero es *muy seca*, o es con quien se tiene mas conflicto, o el papá que es con quien se es mas *chiclosa* pero que él rechaza todo acto de afecto o el que le dice *que bonita* pero casi no esta. Luego entonces, la justificación y la culpa o el miedo a expresar el enojo con los padres se vuelve una forma de vida que va implantado esos sentimientos en el cuerpo.

EL modo de afrontar la vida en todos los aspectos el sexual , el afectivo, el material, el emocional, el modo de enfermarse, de sufrir, de enojarse , etc, es proporcionado por la familia que es el referente y sirve de entrenamiento para cuando llega el momento de enfrentarse a la sociedad y a uno mismo . La familia nos implanta valores y la auto aceptación, pero, en estos casos no vimos nunca eso los individuos viven rodeados de violencia de descalificación, o indiferencia entonces por eso crecieron con una imagen deteriorada de ellos mismos, con miedo , odio y con valores que solo sirvan para descalificarse tal como lo aprendieron desde pequeños

#### **4.1.2 Maltrato infantil**

La violencia es un hecho difícil de aceptar , en los casos en los que hubo golpes y regaños siempre se trato de justificar y poco a poco se fue creciendo pensando que un golpe o un insulto son algo natural , sin embargo , es algo que se recuerda y que cuando se habla de ello la expresión de las personas cambiaba y se deformaba en el intento por sacar una sonrisa de un rostro tenso y de expresión dura, inmediatamente , decían que no les pegaban mucho o que solo era “una nalgadita”, Estos recuerdos presentes se traen cargando pero no los aceptamos , sobre todo en la cultura mexicana donde la familia se vuelca algo “sagrado” y el solo pensamiento “negativo ” hacia ellos despierta la culpa que domina y reprime cualquier sentimiento. La culpa hace que toda violencia sea vista como algo “normal” y la justificación aparece

cuando se dice me pegaba “*cuando ya lo sacaba de sus casillas*”, o “*cuando lo merecíamos*”<sup>4</sup>

La forma en que estos entrevistados eran violentados tanto física como psicológicamente, nos los describe la entrevistada trece “*si sentía feo por que no sabia el motivo real del golpe*”<sup>5</sup>. Los insultos o las palabras se van incorporando en las personas, el no comprender lo que pasa llena de frustración el cuerpo, si la familia es quien da protección y amor entonces por que me hace sentir mal, esa expresión se la hace un niño que vive en un contexto violento y esa interrogante la tiene aun hoy en día cuando se dicen a si mismos ¿por que no me nace acercarme a mi familia?

Pero el miedo de decir *si me pegaba* los lleva a decir *no me pegaba pero aveces si*.

El acercamiento afectivo es muy difícil: por ejemplo, en la entrevista trece la persona nos dice que su papá no es de los que pegan, pero aveces si le pegaba y entonces al leer su historia vemos que si hay un conflicto ya que describe a su padre como cerrado y estricto, además de que ella envidia a su amiga por el papá que tiene incluso ella misma tiene mas confianza con él que con el suyo, “*casi ni me castigaban*”<sup>6</sup> dice otro pero cuando describe la relación con el padre podemos ver como ya la agresión es reciproca. El respeto es un factor que tampoco existe en las historias la intención de que con los golpes se puede educar queda desechada al escuchar como los limites jamás se implantaron y menos en padres ausentes cuya presencia en este caso era para generar violencia como un circulo y que además también hay culpa al decir *pero si había amor*, es muy evidente como en la mayoría de las entrevistas se esta siempre evadiendo el problema real y se cubre diciendo *pero si nos queríamos*, cosa que no ponemos en tela de juicio ya que los

---

<sup>4</sup> 2Entrevista 13” realizada en diciembre del 2004 por Maribel Nieves Corona

<sup>5</sup> “Entrevista 13” realizada en diciembre del 2004 por Maribel Nieves Corona

<sup>6</sup> “Entrevista 10” realizada en diciembre del 2004 por Maribel Nieves Corona

patrones violentos solo son un aprendizaje que alguien nos transmite. Tarde o temprano ese aprendizaje sale a la luz ya sea en relaciones con los mismos miembros de la familia o con parejas sentimentales a quienes se les golpea, insulta y chantajea. Pero es pero

cuando entre familia hay intercambio de golpes se pierde toda esperanza de sentir en algún día bien y es cuando hay que trabajar mas emocionalmente se deben hacer concientes que hay agresividad por parte de ellas y ellos (leer en las entrevistas 1,2,13,14,18,13,10,17,15,11,14,16,19,20)

En algunos de estos casos los golpes llegaron ha ser muy fuertes, y no se pueden pasar por alto los episodios que aparecen en la narración de las personas ya que es importante considerar que si no se ha hecho nada para superar el dolor que aun sigue presente se va creciendo con rencor, frustración y sobre todo con un autoconcepto tan dañado que solo se alimenta de insultos muy fuertes por parte de la familia en donde la violencia recibida se extiende a otros miembros de la familia

*11... me acuerdo mucho de una vez que estaba yo jugando con un botecito de resistor cinco mil que era mi muñequito y se me callo y se me ensucio mi vestido nuevo y mi mamá me regaño horrible y esa vez si me pegaron, me pegaba cuando se desesperaba, mi papá nada mas una vez nos pego de hecho, el nada mas nos pegaba si rompíamos algo o si agarrábamos algo que no debíamos agarrar pero cuando nos pegaba era en serio,... me acuerdo que una vez le pego a mi hermano con la orillita del refrigerador ya vez que es de plástico, por ejemplo el iba hacer instalaciones eléctricas y una vez nos pego con el cable y también en una ocasión el tenia un cinturón muy grueso de cuero y ese cinturón le teníamos pánico ya nada mas hacia como que se le quitaba y ya con eso nos deteníamos por que, si, cuando nos pegaba con ese si era muy feo... casi no nos pegaba pero cuando hacíamos algo muy fuerte o que no le parecía o estaba muy enojado entonces si empezaba... Mi papá, él tiene esa costumbre de regañar muy feo a gritos y de insultar a la gente, entonces*

había ocasiones en que si nos decía eres un tonto eres menso, mira lo que estas haciendo. ...Mi mamá es muy tranquila pero en ese entonces como tenia las presiones del trabajo y de tener que llegar los días que descansaba a limpiar a veces si se ponía como histérica y me acuerdo que sobre todo a mi si me regañaba mucho, por que dicen que de chica yo era muy traviesa, lo que pasa es que mi hermano es mas tranquilo y yo mas activa , entonces yo era la que decía: vente vamos a jugar con esto, vente vamos a jugar con el talco, ósea, era muy ocurrente y lo jalaba a el y entonces decía que yo era la mala influencia... ... mi mamá me comparaba con mi prima, era muy despectiva conmigo y con ella era ¡y tu como estas! a mi me repateaba, y yo siempre sentí que realmente mi mamá a mi no me quería y se lo he dicho y dice que estoy loca., en una ocasión , yo ya estaba gordita, estábamos en la casa de mi abuelita, yo ya había visto hacia un mes antes un vestido muy bonito en la tienda de autoservicio donde trabajaba mi mamá, en un gigante, y le dije que si me lo compraba y dijo que no por que no tenia dinero y después me dijo que no por que ya no había , y dije bueno ya ni modo, pero si lo quería y un dia llego mi tía y llevaba el mismo modelo de vestido pero lo llevaba para su hija, entonces yo me quede de a seis, cuando llega mi mamá mi tía le dice hay que bonito vestido, esta muy bonito, de quien es, yo le dije : no pues se lo compro mi tía a mi prima, y agarra y dice mi tía deberías de comprarle uno a ella están muy bonitos y muy baratos , y mi mamá en ese momento dijo huy no deja de que estén baratos “a blanca nada le queda” , en ese momento yo me quede seria y me salí del cuarto y me fui al otro cuarto a llorar en un rinconcito que estaba entre el ropero de mi tía y el ropero de mis abuelos, entonces estaba yo ahí llore y llore, entonces llega mi prima con su vestido nuevo y me dice mira mi vestido que bonito esta, y me dice ” mi mamá a mi si me quiere mucho” , pues era una niña pero son cosas que te afectan, bueno a mi si me afectaron, eran detallitos de que...cuando yo entre a la secundaria , en una ocasión mi mamá fue a ver a mi abuelita y cuando regreso a mi casa me dijo ¡ya viste que gorda estas! , a si sin mas ni mas y yo me quede así, ¡deberías de ver a tu prima ya esta bajando de peso y tu sigues igual ¡ entonces eran comentarios muy, muy hirientes, muy despectivos y sobre todo, si yo tengo que luchar todos los días con lo que la gente me grita en la calle , con lo que la gente piensa de mi sin conocerme lo menos que yo puedo esperar es que mi mamá me apoyara ¡ o sea al menos mi mamá!, yo siempre se lo he recriminado pero pues ...hasta hace unos meses fue cuando mi mamá se dio cuenta de lo mucho que mi había afectado eso, cuando yo me fui al grupo victoria yo le dije:



*me voy ha ir a una hacienda a escribir mi vida y no vamos a comer no vamos a dormir y mi mamá me dijo: como que no vas ha comer que te va ha pasar, yo le dije nada no me voy ha morir por no comer y entonces mi mama me dijo es que yo no quiero que tu sufras pero pues me di cuenta de que realmente me había lastimado sin quererlo, pero el daño ya estaba hecho. Y es algo que yo me quede, pues si ya paso tanto tiempo como puede dolerme tanto<sup>7</sup>*

Como podemos observar el maltrato físico y o psicológico esta presente en los entrevistados aun cuando no todos lo aceptan como tal y solo algunos nos describen algún episodio que siguen guardando como algo no resuelto y que es evidente tiene mucho que ver con la forma en que ellos se han ido formando como individuos. Algo importante que hay que aclarar es que no consideramos el grado de agresividad ya que de cualquier manera sea mucha o poca, física o emocional el daño que provoca en el cuerpo y el alma de las personas en muy grande. Al leer el texto de arriba podemos sentir que algo de indignidad dentro de uno y aun más ,si escuchamos la manera en que la persona lo narro ,con lagrimas y un rostro que reflejaba su gran dolor , ante esto otros tal vez se muestren indiferentes pero lean con atención y dense cuenta de que la mas mínima palabra ofensiva , el insulto mas pequeño que de repente le podamos decir a alguien se queda marcado para siempre, sin embargo, la agresión verbal es algo que los entrevistados no consideran como agresión pero el hecho de decirle a un niño, tonto, menso , burro y de mas “insultitos inofensivos o cariñosos” determinan la vida de cualquier persona ya que poco a poco se la van creyendo.

Los insultos se extienden de lo emocional a lo corporal, En el caso de las entrevistadas principalmente presentan mas trastornos y enfermedades crónicas además del sobre peso, utilizan mas tratamientos para sus enfermedades y para bajar de peso . Además expresan autoconcepto mas bajo que los hombres, son a ellas a las que se le exige mucho mas que a los hombres. Pero ¿Por que se la mujer presenta mayor problema en todos los

---

<sup>7</sup> “ Entrevista 11” realizada en enero del 2005 por Maribel Nieves Corona

niveles será que realmente tiene mayor carencia afectiva? ¿ por qué esas circunstancias llevan a las personas a buscar un refugio en la comida

#### **4.1.3 Alimentación**

La alimentación crea en los entrevistados la única forma de relacionarse con la familia. Se ha creado un vinculo afectivo entre familia-comida ya que se convierte en un momento para estar juntos, para compartir, aun que sea por ese momento, por ejemplo el fin de semana, que es cuando esta toda la familia reunida, este hecho nos indica lo importante que es la comida en esos casos ya que se ve como una forma de intercambio social y no como una necesidad fisiológica , la comida va adquiriendo un valor oculto lo que lleva a las personas a utilizarla como la única forma de vincularse con el entorno primero familiar y luego en la sociedad en general.

En la investigación encontramos que la hora de la cena es el horario en que coinciden todos los miembros de la familia, ya sea por el trabajo o la escuela, entonces en estos casos la cena se vuelve para algunos el único momento en que se esta con la familia, asi, se realiza una en donde el nivel de calorías y grasas que se consumen ( ya que ingiere como en una comida de medio dia normal) y que lógicamente ya no se van a utilizar por que inmediatamente las personas se van a dormir. La ausencia de los padres durante el dia hace que la alimentación se vea afectada en muchas circunstancias, uno los niños tienen libre albedrío para consumir golosinas, pan , galletas que calmen su hambre fisiológica y hambre de amor, dos con tal de estar “ en familia se realizan comidas fuertes en horarios donde el organismo ya no podrá digerir los alimentos, tres al no dedicarle un tiempo considerable a la comida , esta será poco nutritiva y si alta en grasas y calorías, cuatro los entrevistados pasan lapsos muy largos sin consumir alimento. Estas y otras mas son razón por la que las personas entrevistadas prefieran alimentos chatarra o poco nutritivos ( sabrosos) y rechazan los naturales como verduras, frutas , agua , es decir , la

alimentación esta totalmente desequilibrada algunos aceptan que no les gustan las verduras otros dicen que si comen pero solo cocinadas con guisados ( ricos en carne, picantes fritos, ) y recordemos que una verdura cocida pierde valor nutricional, además las verduras por lo regular siempre son a lo mucho tres y en bajas cantidades .

El vínculo afectivo entre comida y familia se es muy notorio cuando vemos que las actividades o mas bien reuniones entre familia se volvían el único lugar donde se veía a todos alegres y donde se abusar de grasas y carnes por eso este tipo de alimentos abunda en la dieta de los entrevistados y las verduras están ausentes o incluso son desagradables para algunos.

Todas estas asociaciones hace que los alimentos consumidos no se relacionan ya con la necesidad energética y se vuelve mas bien una forma de darse placer o amor a si mismos, sobre todo sin consideramos que este vinculo afectivo con la comida ya esta aprendido,

. Las grasas o carbohidratos son consumidos en cantidades y nutrimentos inadecuados, ya sea por la cultura, la economía, o el contexto social ( por diferentes motivos, escuela, trabajo). El estilo de vida en el hogar, el ritmo de vida apresurado por el trabajo o por la escuela afectada la alimentación por que el tiempo para comer es muy corto, se come de prisa y mal, otros comen todo el dia y no tienen actividad, ambos comes dulces, calorías, grasa , lo que hace que se cree en el organismo la necesidad de comer ese tipo de alimentos, entonces, se preferirá lo sabroso a un plato de verduras

Recordemos que todos los entrevistados viven muy cerca de zonas industrializada y que crecen los negocios donde la comida rápida ofrece beneficios como rápido y barato, pero esto tiene una trampa de mercadotecnia por que si es mas barato lo compro y como mas, además la grasa que contienen hace que sean mas sabrosos y difíciles de dejar . Otra de las trampas es que crean bolsas o hamburguesas mas grandes para que se coma

mas por ejemplo las papas de mc donal's tenían en 1960 200 calorías y actualmente tienen 670 calorías lo que tiene como consecuencia

El aumento de la saciedad ya que el apetito no es fijo y entre mas se come se aprende a comer mas.

¿ Pero que hay de lo emocional, la soledad de no tener con quien compartir intercambiar? Los episodios relacionados con la comida es simbolismo de amor o afecto evoca momentos de felicidad, en que momento la *carencia* afectiva se simboliza ya con la comida, con la demostración de afecto. Por ejemplo vemos que la persona de la entrevista 16 estuvo expuesta a violencia y falta de afecto por parte de la madre, que es quien le traía la felicidad los fines de semana, con la comida, para ella el que su madre le proporcionara alimento era una manera de sentirse amada y protegida Otro aspecto interesante es el acceso o la permisividad en ese aspecto que si lograban con la comida.

Por ejemplo en la 14 vemos el "estar de buenas" era motivo para que la mamá la dejara comer o no, se utilizaba la comida como premio se asocia con felicidad, con ver un rostro amable que no grita ni insulta entonces se podía comer a la vez que la ansiedad se despierta ante el deseo de comer para ser feliz para no estar triste y con miedo.

En casos muy particulares podemos ver en las entrevistas 19, 20 ( esposos) que ambos vivieron poco afecto por ser parte de una familia con varios hermanos, bajo nivel económico y sobre todo por que pasaron muy poco tiempo con la familia nuclear ya que ambos se salieron de sus casas a los doce y catorce años respectivamente, entonces cuando ellos ya pueden comer lo que quieren se sienten libres. Pero además se despierta una enorme ansiedad por parte de la mujer , ya que, sale de un hogar (siendo una niña) donde no conoció el afecto, y se va a vivir en pareja tuvo que aprender a ser mujer, se enfrento a un marido alcohólico que la abusaba sexualmente y que la lleno de frustración al estar igual o pero económicamente que con sus padres, por lo menos con ellos no tuvo que enfrentarse a una vida que para cualquier niña de

12 años sería traumante. Y una vez más la falta de amor y respeto la llevaron a refugiarse en la comida.

El fácil acceso a la comida lleva a abusar de ella afectando no solo el peso sino que ayuda a desarrollar otro tipo de padecimientos. Actualmente ya les prohíben todo lo que acostumbraban comer por causa de enfermedades ya desarrolladas (Para ejemplificar esto con más detalle podemos ver las entrevistas 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12,13,14,15, 16, 17, 18, 19, 20)

*11... ¿pecho? no mucho, de hecho nada más fueron los cuarenta días después de que yo nací, por que mi mamá tenía que ir a trabajar, y aunque si me dejaba a veces leche, no nos amamantaban. Mi abuelita si nos hacía desde las papillas, que jitomatito, el pollito, el higadito, todo, la leche, me acuerdo mucho que iba a leche a un establo, y me acuerdo más por que yo la acompañaba, nos daba la nata, era una natota con pan y es era nuestra cena, que más, en el desayuno antes de ir al kinder era nuestra leche y un pan y huevos si querías, y este, en la comida normal sopa guisado, frijoles pero a mi no me gustaban, cuándo íbamos a la primaria ella nos hacía una torta de frijoles en la mañana y un vaso de leche y en la comida sopa y ya sea carne, verduras o pollo y de cena un vaso de leche a lo mejor un huevo, acostumbraba darnos un huevo tibio con limón y sal, pero que asco*

*...Y ya después un tiempo nada más cenábamos. entonces, mi mamá le dejaba dinero a mi hermana para que hiciera o comprara algo de comer pero ella también llegaba hasta las tres o cuatro de la tarde de la prepa entonces veníamos comiendo como a las cinco o seis de la tarde desde las ocho de la mañana, a veces ya ni siquiera el vaso de leche que nos daba mi abuelita, entonces si se hizo un desajuste bien feo en los horarios, si llegábamos a tener dinero mi hermano o yo, que generalmente es el que tenía, lo que hacíamos era comprar golosinas chulerías o por ejemplo siempre quedaba pan de la noche anterior y pan comíamos y ya a las tres o cuatro de la tarde que nos iban hacer algo de comer ya no teníamos hambre*

*...cenábamos hasta las diez de la noche pero ya no cenábamos, aun que yo me acuerdo que por lo mismo de que mis papas llegaban tarde nos sentaban a tomar leche y yo me daba unos atracones de comida muy fuertes y en la noche vomitaba,<sup>8</sup>*

---

<sup>8</sup> "Entrevista 11 " realizada en enero del 200d por Maribel Nieves Corona

En general las personas han utilizado la comida como un modo de afecto se refleja cuando nos dicen que una de las actividades familiares es comer todos juntos, lo que consumen por lo regular es alimento cargado de grasa y carbohidratos y aunque algunos aceptan que hace daño lo siguen haciendo, no hay un límite. Actualmente esta manera de alimentarse, la baja autoestima, la imagen corporal que se tiene y el concepto de cuerpo lleva a los entrevistados hacia su lucha *contra* las dietas y otros tratamientos, la automedicación de pastillas para bajar de peso, laxantes, tés, o ingiriendo medicamentos que ni siquiera saben como se llaman 1, 4, 8,10, 11, 14,16 .

#### **4.1.4 Sexualidad//peso**

La sexualidad es un aspecto importante en la vida de los seres humanos todo el tiempo estamos recibiendo mensajes sexuales que nos hace formarnos juicios y actitudes acerca de cómo vivir o no vivir la sexualidad. La sexualidad se refiere no solo al acto del coito, si no también al aspecto emocional, es decir : la relación de pareja, al unificar lo emocional y el acto sexual como tal lleva a las personas a un nivel, en donde el espíritu y cuerpo se juntan para trascender.

La relación emocional con una pareja nos permite, conocernos a nosotros mismos, lo ideal sería una relación con respeto, amistad, comprensión, y capacidad de dar sin esperar nada a cambio, es decir “ un amor adulto”. Cuando esta circunstancia no la hemos aprendido desde pequeños, cuando nuestro contacto con el amor fraternal de la familia es limitado y condicionado entonces la relación con los demás miembros de la sociedad (amigos o parejas) van ha ser destructivas, llenas de exigencias, apegos, celos y violencia.

Todo esto viene a colación por que en esta investigación ninguna de las personas tiene esa capacidad de entregar amor a los demás, y a ellos mismos pues menos. Su historia ve desde el rechazo de los padres, abusos sexuales y

violaciones que los han llevado volverse adictos a las relaciones destructivas o por el contrario a cerrar totalmente las puertas a todo acercamiento sexual o afectivo conformándose con su familia , música, etc.

La diferencia entre los que no quieren ningún contacto con los demás y los que buscan “amor” tiene relación con el sobre peso que presentan, entonces:

Las personas de las entrevistas (E) 5, 6, 11, 17,19, que tienen un sobrepeso que va desde los 40 a los 57 kilos por encima del peso requerido según su estatura.

Los primeros dos son hombres tienen 23 y 19 años respectivamente y según ellos no se acuerdan cuantas novias y parejas sexuales han tenido, luego en un momento de la entrevista dicen no tener interés en tener pareja, pero luego en otro momento dicen que les da miedo acercarse a alguien, que tal que los rechazan y mejor ya ni lo intentan. No han tenido pareja estable.

Las siguientes dos son chicas ellas tienen 23 y 22 años no han tenido novios ni parejas sexuales, la chica de 22 nos dijo haber sido abusada sexualmente ellas ponen de pretexto el peso y dicen que si ellas estuvieran delgadas encontrarían un chavo que las quisiera. Y la ultima persona tiene 57 años su vida sexual ha sido poco satisfactoria ya que se caso siendo una niña a los 12 años, sin ninguna noción de lo que era el sexo y en constantes ocasiones su esposo (mayor que ella por 5 años) bajo los efectos del alcohol la viola, actualmente su vida sexual y emocional no es satisfactoria, en este caso en particular la cultura y el contexto en que creció la señoras enseñaba que la mujer tenia que casarse y aguantar a su esposo hasta la muerte , la señora vive resignada, tiene periodos de depresión, su aspecto es triste y con un rostro duro con miedo a expresarse.

Los que tienen un sobre peso de 20 a 25 kilos son la señora de la entrevista 1 de 48 años y la chica de la entrevista 4 de 27 años . Entre ellas hay una gran

similitud ambas son madre e hija , en su familia las dos tienen la misma imagen de madres, que cuidan , escuchan y están siempre cuidando la casa, La señora por su parte ha tenido una vida sexual satisfactoria al principio y poco satisfactoria desde que su esposo se enfermó (diabetes) hace como 25 años , es decir, solo fue satisfactoria como cinco años, además su esposo le ha sido infiel , incluso con un familiar cercano.

La chica de 27 años no ha tenido novio ni vida sexual , ella menciona que ha tenido 3 parejas, pero no sabe cuando fue(¿) y dice que solo duran un día o una semana, en su rostro se nota nerviosismo al hablar de ese tema cuando le pregunte que si tenía vida sexual dijo con rostro espantado y digno ¡no! Para ella eso no es importante por el momento. No nos reportó abuso sexual, aunque ya explique que su hermana nos comentó que piensa que señor que vivía con ellos y que la abusó a ella, hizo lo mismo con todas. Ese aspecto no lo puedo asegurar lo que si es que el sobre peso de mas de 20 kilos esta haciendo su fusión ya que una pareja como tal jamás la ha tenido.

El sobrepeso los va alejando de las relaciones interpersonales, y llevándolos a relaciones rápidas o idealizadas además, ponen todo tipo de pretextos para decir por que no han podido establecer una relación satisfactoria, incluso en mujeres de mas de veinte años.

La inestabilidad de parejas es un factor interesante, las relaciones rápidas y poco satisfactorias, las múltiples parejas que en algunos casos no llegan a forjarse como un relación mas afectiva, si no solamente contacto sexual, dejan un vacío emocional que de alguna manera tienen que llenar.

En personas que tienen de 10 a 17 kilos por encima de lo establecido según el peso encontramos a: chavas de joven de 19, 21,24,22 Un señor de 62 años y chavo de 23 .La primera no ha tenido vida sexual ni afectiva con nadie, tiene miedo a que nadie la quiera.



Las chicas de 24 y 19 años no han tenido vida sexual, ni parejas, al igual que la joven de la entrevista 4 no reporta un posible abuso sexual. Sin embargo una vez más su sobrepeso les ayuda a mantenerse alejadas, incluso la de 19 “anduvo” con un chavo pero duraron una semana y las únicas pláticas que tuvieron fueron por el “Chat” y cuando estaban en la escuela no le hablaba. También mencionan haber tenido parejas en el kinder o de un día.. Dicen que no del da tiempo, en fin sus pretextos solo son eso.

El joven de 23 tiene pareja estable, relación sexual satisfactoria y no le molesta que su novia (quien también tiene sobrepeso) lo vea desnudo. Su actitud a veces es de vociferar, usa carcajadas cuando le pregunto que si su obesidad no es impedimento para tener relaciones sexuales satisfactorias, no quiso hablar mucho, lo que si es que, su actuar exagerado solo es una barrera más para no profundizar el aspecto emocional.

El señor a tenido parejas ocasionales, pero cuando era joven y tenía el vicio del alcohol ahora, desde que se enfermó respeta a su esposa ya no anda de canijo “como los hombres”.

Por último quienes actualmente tienen un peso de 5 a 8 kilos ( pero que en algún momento tenían más sobrepeso) son: la joven de la entrevista 15 de 13 años , su apariencia es acorde con la edad (niña) no ha tenido abuso sexual, no ha tenido parejas y muestra tristeza , ella piensa que por tener sobrepeso siete kilos nadie la va a querer. Nos menciona que su único novio lo tuvo en el kinder. La chica de la E-7 tiene 21 años ella tuvo un abuso por parte una chava frecuentaba su casa ya que su mamá la dejaba con ella mientras vendía sus cosas, a la edad de 15 años un novio trata de violarla sin conseguirlo y es a esa edad cuando empieza a subir de peso. A los 19 años tiene su primera relación sexual ella dice que ha tenido orgasmos y que su pareja la satisfacía , sin embargo también cuenta que siempre tenían relaciones cuando su pareja estaba borracho, entonces nos podemos imaginar que clase de satisfacción hay cuando se esta con una persona alcoholizada, que huele a alcohol y no tiene los sentidos alertas. Cabe mencionar que ella es adicta a la marihuana y tabaco.

En la E -19 encontramos a una chica de 22 años quien fue otra víctima de abuso por parte del amigo de su papá , le tocaba las piernas y a ella le molestaba que la vistieran con minifaldas, cuando crece 14 años aproximadamente se comienza a vestir de manera floja no le gustaba que su cuerpo se marcara, ella se sentía gorda por que siempre era comparada con sus hermanas que eran talla5 y ella talla9. A los 15 años empieza a tener novios pero no duraban, le gustaban, dice ella, puros guapos, y a esa edad comienza su vida sexual estando alcoholizada y drogada al igual que su pareja, la experiencia le parece poco satisfactoria y ella siente que es por su culpa por que no es lo bastante bonita para excitar a un hombre. A esa edad comienza a subir de peso. Como vemos la falta de autoestima hace que las personas se echen la culpa de todo lo que pasa y no solo sube de peso ( en ese momento tenia 15 kilos de mas) si no que desarrolla otras enfermedades.

El trabajo terapéutico que ha llevado la llevo a bajar de peso paulatinamente, aceptarse y a formar una relación de pareja satisfactoria.

En el caso de la E16 es una chica de 29 años, comienza a subir a los 19 años a los 6 años aproximadamente sufrió de violación por parte de su hermano y abuso sexual por parte de vecinos. No logra establecer relaciones de pareja a pesar de tener “pretendientes” a pesar de que al principio le gustan, cuando ya “se le hacia” le dejaban de gustar y le daban asco porque pensaba que solo querían tener sexo con , ella nos habla de que tenia un cuerpo atractivo, pero que eso no le gustaba ya que sentía angustia y vergüenza cuando un amigo o un hombre desconocido en la calle le decían algún comentario sobre su cuerpo, entonces, sube mas de 10 kilos. A los 23 años empieza ha hacer todo para bajar de peso toma pastillas, tes, cremas inyecciones dietas ejercicio. Es a esa edad cuando tiene su primer pareja sexual y emocional, la cual se desenvuelve en una circulo de violencia, alcohol , droga y una sexualidad dolorosa y poco satisfactoria que sin embargo aguantaba para que no la dejaran de querer. Cuando termina con el tiene relaciones sexuales estando bajo los efectos del alcohol, con uno que conoció en una fiesta, con el novio de su amiga y con un

amigo casado. Eso la hace sentirse muy culpable ya que fue insatisfactorio y sin protección.

En la E14 una joven de 25 años que no ha podido establecer una relación de pareja estable, y que como las otras mujeres viven para los demás, con el sexo quieren retener a quien les da un poco de amor aunque ellas nos sientan nada. Comienza su vida sexual a los 19 edad en la que empieza a subir de peso mas de 10 kilos , las relaciones que ha tenido han sido malas , le da pena su cuerpo , que la vean con la luz prendida, menciona que con tal de que ellos disfruten ella se siente contenta aunque no la satisfagan .Actualmente tiene sobrepeso de 6.3 kilos pero su concepto de cuerpo y el temor de que un hombre le sienta las lonjitas, la sigue angustiando.

Y por ultimo en la entrevista 8 la chava tiene 26 años su historia de abuso también se relaciona con el sobrepeso . El abuso empieza a los 12 años aproximadamente, y es justo en esa edad cuando ella sube de peso ( me muestra) me muestra una foto en donde se ve una niña gorda pero sobre todo muy triste, a esa edad desarrolla otras enfermedades y a los 17 aproximadamente empieza a bajar de peso con laxantes, vomito, deja de comer, y comienza a fumar , tomar, drogarse y su vida sexual. La vida sexual se descontrola y tiene relaciones con múltiples parejas algunas gente desconocida, sin protección . Ella dice que le encanta tener experiencias nuevas y que son satisfactorias, sin embargo casi siempre que tiene sexo esta drogada ( pastillas, cocaína, marihuana) Actualmente no tiene obesidad pero se sigue sintiendo gorda y descuidada.

Este tipo de pensamiento es muy constante sobre todo en las chavas que no tienen un sobrepeso mayor, todas fuman, toman ( o lo hicieron en algún momento, pero las conductas compensatorias que han tenido para bajar de peso las acerca mas a otra enfermedad llamada bulimia quienes se caracterizan por una actividad sexual activa pero con poca satisfacción . Buscan en la sexualidad

el amor, entonces, se tienen múltiples parejas, , no se utiliza protección, y esto solo nos habla de la relación que tienen con su cuerpo, el cual , abandonan a la obesidad o lo llenan de sexo, droga, alcohol, tabaco, pero jamás tratan de recuperarlo

Quienes mas preocupación tiene por el sobrepeso, por la imagen corporal son quienes menos sobrepeso tienen incluso han tenido una vida sexual activa, aveces con mas de diez personas. Cuando se tiene un sobrepeso de mas de catorce kilos la actividad sexual no es activa. Sin embargo en cualquier caso para lo afectivo siempre hay barreras.

Es evidente que existe un miedo a establecer una pareja formal, el exponerse al otro a probar que alguien me puede querer, es decir, se esta tan influenciado en valores tan banales como la apariencia física (construida socialmente) que la espiritualidad o los valores importantes no son tomados en cuenta ya que ninguno menciona que emocionalmente se esta muy bien con la pareja y si se habla del sobre peso, de la apariencia física, como si el no cumplir con lo establecido socialmente:  *cuerpo atractivo, cara hermosa* no se es merecedor de amor y se tienen que conformar con lo que les den incluso justifican la insatisfacción sexual , quienes son casadas tienen la misma particularidad con el marido ya no se siente bien , pero antes era igual por que la engañaba o tomaba alcohol y ya no podían tener la relación . Hay miedo a decir que no se esta satisfecha, sobre todo en casos en que se comienza la vida sexual a los doce años y se embaraza a los trece sin saber por que. La sexualidad se vincula con la comida, entre más como es por que mas hambre de amor tengo, entonces, vemos que quien mas sobre peso tiene, mas problema tiene en lo afectivo y sexual.

## 4.2 Peso// tratamientos

En este aspecto la madre juega un papel muy importante ya que va transmitiendo un ideal de belleza que es estar delgado y las pacientes lo aprenden para después ellas enfrentarse a ese intento por bajar de peso ellas nos describen como sus madres las llevaban con médicos por que les decían “para que te veas bonita” o “para que consigas novio”, la entrevista cuatro con cuenta como su papá siempre le decía que si seguía gorda nadie la iba a querer siendo que no tenia sobre peso solo que sus hermanas estaban por debajo de su peso y siempre las estaban comparando, , al igual que en la entrevista siete que siempre se estaba comparando con la hermana , entonces, sus madres les daban laxantes, tes, todas pensando en el mejoramiento físico de sus hijas mujeres ( podemos leer las E- 2,5,9, 11,13, 14,15,) La actitud de los padres en cuanto a lo corporal sus comentarios la importancia que le dan al peso como valor personal influirá para la construcción corporal de los hijos. En este aspecto comienza una enorme lucha contra esos significados y el quitarse la etiqueta de gordo es algo que les cuesta trabajo entender a las entrevistadas pero que poco a poco lo están asimilando , lo malo es que su propio cuerpo es el que se los esta gritando ya que cuando recuerdan lo que pesaban antes dicen; ***si no estaba gorda...como quisiera pesar lo que pesaba antes***, sin embargo , sabemos que el subir de peso es un proceso gradual e imperceptible que cuando menos nos damos cuenta ya se tienen mas de diez kilos por arriba del peso normal.

Todos hacen sus intentos por bajar de peso ( que han sido inútiles ya que actualmente pesan mas que en otras ocasiones, ver tabla ) unas pastillas, dejar de comer, o alguna otra cura hace que se baje de peso , pero algunos expresan literalmente que se *confían* y vuelven a subir sobre todo por que la dieta que han acostumbrado como refresco carnes, harinas solo la suspenden mientras bajan y junto con medicamento u otra opción tienen reducción de peso drástico que ha perjudicado mas su salud física y emocional ver entrevistas 18, 19 ,17,11. Se

dice que cuando una persona con sobrepeso tiene como fin el lograr un peso ideal , comienza a fijarse metas, objetivos, que sí llega a cumplir , pero , en poco tiempo se da cuenta de que ya no tiene por que luchar, ya no tiene su escudo que le impide enfrentar una nueva lucha ( su vida y la otredad) entonces sube de peso, la ansiedad y la tristeza la invaden de nuevo se busca el alimento y comienza su lucha otra vez..

La preocupación del peso entonces se vuelve algo conveniente para el sujeto ya que su vida será dedicada para ese intento dejando en lo mas profundo del ser , el miedo la frustración y los rencores de la infancia por que no se tiene el valor para enfrentarlos y resolverlos.

Además aquí interviene otro aspecto determinante ya que culturalmente quien debe poseer belleza física es la mujer y al hombre como que socialmente se le acepta como sea, es algo que nos da cuenta de por que los hombres entrevistados no le toman tanta importancia al sobrepeso ( según ellos) en la entrevista 20 ni siquiera contesto argumentando que esas eran payasadas, siendo que cada uno de ellos tiene un sobrepeso de mas de 16 kilos de su peso normal.

Pero el hecho que los hombres entrevistados no expresen malestar por su sobrepeso es relativo ya que al igual que las mujeres su vida sexual y de pareja no existe, y se buscan fugas como el alcohol, o la música, además demuestran poco interés en ellos mismos y su relación con su cuerpo. Su tristeza y soledad no es menos que la de las mujeres ellos no se explican por que no pueden relacionarse bien con una pareja, no saben por que no los toman en cuenta, ellos son como los amigos comprensivos y viven en silencio su deseo de amar ser amados.

Por su parte la mujer si se ha sometido a todo tipo de tratamientos recetados, recomendados, inventados, etc. Para bajar de peso obteniendo siempre resultados poco alentadores, y al contrario están pisando el terreno de la bulimia

ya que: primero se dan su atracción de comida y luego hacen algo para desecharla de si mismas.

*16... he tomado tes de todo tipo, laxantes en té, en aceites, en pastillas naturales y alópatas, enemas, pastillas para adelgazar naturales y alópatas controlados, diuréticos alópatas y naturales, dietas de todo tipo, ejercicio excesivo. Le he hecho mucho daño a mi cuerpo y me caga el ser así por darle tanta importancia ala imagen sin tomar en cuenta al cuerpo, pero no lo podía evitar como te digo ahora me aguanto por que se que es perjudicial y que tengo que aceptarme y hacerle bien a mi cuerpo sin hacerle mal, me acuerdo una ves hasta me inyecte gonadotropinas yo sola me puse como diez inyecciones dizque para que me salieran bellos por que no tenia, como trabajaba en la farmacia me di rienda suelta tragando pastillas para todo.*

*Tomé unas pastillas qué se llamaban solucaps eran controladas pero como te digo que trabaje en la farmacia pues las sacaba de ahí y las tome casi un años y si baje no me daba hambre pura sed, sentía siempre la boca seca, a veces aunque quisiera comer ya no podía, luego subí otra vez no me acuerdo cuanto pero luego hice una dieta y si baje a partir de ahí deje de comer carne y como que me mantuve luego fue cuando baje hasta 49 ya ahora que ya subí. Todas las demás pastillas para laxarme nunca me ayudaron solo me provocaban cólicos bien cabrones nauseas y yo seguía gorda<sup>9</sup>*

Leemos este fragmento y podríamos imaginarnos una persona con muchos kilos de mas, pero no, actualmente son aproximadamente 6 kilos y un hombre que no hace nada para bajar de peso tiene 60 kilos de mas , este dato me parece muy interesante.

También me viene a la mente los comerciales que en el proceso de esta tesis he visto desfilar en la televisión, en especifico uno del IMSS y su programa prevenims el cual habla del sobre peso y la obesidad y menciona lo que hombres y mujeres debemos medir de cintura y nos invita a acercarnos a un programa para bajar de peso, bueno yo pensé , esta bien el gobierno ya se

---

<sup>9</sup> “ Entrevista 16” Realizada en mayo del 2005 por Maribel Nieves Corona

esta preocupando por este problema , pero lo dudaba y mis dudas eran correctas a los pocos meses ( no se si en conjunto con el IMSS o por iniciativa propia) salen algunos anuncios que te mencionan exactamente lo mismo que los programas prevenims, incluso sale en ambos alguien midiéndose con una cinta métrica, pero ofreciéndote la solución con una crema o un liquido.

Y podemos hablar de miles de anuncios que lo que hacen es comercializar con el cuerpo de una manera tan denigrante que hace que quien lo ve piense que solo estando como modelo de televisión se podrá alcanzar lo que allí prometen y sobre todo lo que todos buscan amor, compañía, éxito algo con lo que los entrevistados no crecieron, la incongruencia con la que han vivido influye en la auto imagen que no va mas allá de una imagen banal que los lleva a la destrucción de si mismos no son capaces de atravesar la frontera de la enfermedad que no es solo corporal si no también espiritual,, su concepción es como de una mercancía mas , como un objeto que se puede vender si tiene las características establecidas socialmente quien ha sido una influencia muy grande en todo el mundo , siempre lo que el otro opine de mi influirá en como vivió mi propia existencia, en como crezco y me relaciono y en lo que yo mismo pueda ofrecer a los demás , “Las personas y cosas nos inoportunan moleestamente, las vivencias llegan muy hondo, el recuerdo es una herida purulenta”<sup>10</sup>

Los comentarios autodespresiativos están presentes en los entrevistados ya que el ideal de belleza que se han formado socialmente ( con la colaboración de la familia y medios de comunicación) no se ajusta a lo que ven en ellos mismos, aunque algunos mencionan aceptación y digan que se aceptan cuando describen un *ideal* de belleza describen una representación mental de lo que es el cuerpo para ellos , esta insatisfacción corporal también se

---

<sup>10</sup> Nietzsche . F ( 2004) “Ecce Homo”traducción de Luis Rutiga. Grupo editorial Tomo. México



evidencia con las medidas que ellas han tomado para *controlar* su peso que va desde laxante natural, productos slim,,pastillas

El no atreverse a decir si se aceptan físicamente o no, implica una ambivalencia que los lleva a decir a veces si me gusta a veces no, es decir, desde que eran pequeños han aprendido (como en el caso del abandono o violencia familiar) a negar a negarse a si mismos a llevar ese resentimiento reprimido hacia ellos mismos, con comentarios, con tratamientos que ponen en riesgo su propia vida y con la anulación total de si mismos

La mercadotecnia que gira alrededor de las dietas y productos para bajar de peso afecta enormemente la salud de las personas que mantienen viva la idea de que para ser aceptado se debe de ser delgado, con la piel clara y suave, con ropa de marca, con cabello teñido del color de moda y en fin artículos que hacen que la artificialidad ya no sea nada mas en la comida y en la vida cómoda sino también en el cuerpo. Con tal de formar parte de un cierto núcleo social. Además, hay en todo esto intereses de empresas internacionales que comienzan a traer esas porquerías a la sociedad mexicana que carente de autoestima ,por sus propias raíces, busca ser un tipo de persona mas europeo cosa que no se logra , o al menos no físicamente, por que hablando de la salud ya se están adquiriendo enfermedades de primer mundo como el cáncer o como la obesidad, incluso malestares físicos que ya son “comunes” para la gente y que también son aprovechados por las grandes industrias farmacéuticas, que vienen a aprovechar estas nuevas necesidades, para seguirse enriqueciendo en un sistema cada vez mas globalizado.

### **4.3 Genero //peso**

Los estudios de epidemiología nos demuestran que el 36 por ciento de las mujeres tienen algún tipo de sobre peso contra el 22 por ciento en hombres. Estas cifras tienen que ver con aspectos culturales, ya que se acostumbra que

la mujer este en casa por tal razón se vuelve más sedentaria que el hombre que tiene que sostener el hogar. Al estar mas tiempo en casa, se come mas, se esta mas expuesto a la publicidad que anuncia productos ricos en grasa y azucares. Todo esto tiene relación con la acumulación de tejido adiposo ya que se consume en exceso y la actividad corporal es mínima sobre todo por que la modernidad” facilita el trabajo domestico”, tanto mujeres casadas como a las que no lo son muestran satisfacción al estar en casa , incluso, tenemos a tres hermanas dos de ellas trabajan y estudian y la tercera esta es casa con su mamá, en esta escena no es difícil descifrar cual de las hermanas tiene mas sobrepeso... pues si la que esta todo el dia sumiendo también.

Entonces si podemos observar diferencia entre una mujer con sobre peso y un hombre con sobre peso. Uno de los problemas que tuve fue encontrar hombres que quisieran colaborar en el trabajo, algunos decían que si y me dejaban esperando , otros de plano me dijeron que no, hasta que por fin encontré a 4 cuyas entrevistas fueron mas difíciles , tres de ellos los mas jóvenes se muestran alegres, no les importa su sobre peso no han hecho nada para bajar de peso y dos de ellos tienen mas de 40 no condicionan el afecto y el sobrepeso, son amigables , tienen amigos, no presentan enfermedades y solo bajarían de peso por salud. En el aspecto físico la cultura es mas condescendiente con el hombre, el puede ser feo, fornido y formal, (o algo así) . A nivel familiar son consentidos por hermano mayores y papás , son unos niñotes que no se atreven a hablar a nivel emocional , con trabajo salieron algunas palabras para hablar de la vida de pareja, que no existe, en ellos podemos hablar de sobreproteccion. En el ultimo de los hombres es un señor de 62 años ya no le importa nada el aspecto físico le parece tonto y lo emocional también, solo le preocupa bajar de peso por que se lo dijo el doctor

La mujer vive su enfermedad mas allá de la salud, se deja llevar por la imagen toman la obesidad como protector y a la vez sufre por estar sola

El hombre obeso fue sobreprotegido por la mamá que compasaba sus ausencias con premios y además le resolvía la vida. A la mujer lo único que se

le cuida son los genitales los cuales debían permanecer intactos y puros de lo contrario se pierde valor. Entonces la culpa, el sentimiento de inferioridad invade a las mujeres que por un abuso o violación, cambiaron su concepto de si mismas, se vuelven indignas de amor, por eso se conforman con que las quieran, dan sexo a cambio de atención y afecto ( el cual nunca reciben ). Otras por el contrario cuidan su tesoro, se asustan de la palabra sexo, son mas familiares, no quieren perder su valor y se protegen, son hostigadas por la familia que les exige su presencia.

En todos los casos la mujer nunca se siente realmente protegida por su familia( pero como ser humano no como un ser débil espiritualmente y lleno de sexualidad).

#### **4.4 Otras representaciones corporales, enfermedades y padecimientos**

Así diferentes **enfermedades** comienzan a aparecer en la vida de los individuos, la enfermedad también simboliza el grito interno para ser escuchados por sus padres o en la edad actual por quien esta cerca de ellos, dentro de todo esto existe mucha soledad, y sobre todo descuido por parte de ellos mismos y de quien los atendía, cuando leemos que todos toman pastillas sin ningún control y sin ningún respeto por su cuerpo, reflexionamos, el cuerpo esta tan abandonado que no les importa, en ocasiones, ni siquiera saben que se están tomando para aliviar esos malestares que solo es un grito desesperado, mensajes del cuerpo que tratan de ocultar tomando una pastilla no recetada, y es tal el abandono que se ha llegado ya a la cirugía y sobre todo es interesante ver como en las entrevistas 1, 2, 3, 4, 20 que son quienes mas justificaban la falta de afecto han desfilado por una enorme fila de enfermedades y tratamientos, además, al entrevistar a las 1, 2, 3, 4 narraban la infinidad de padecimientos como si fuese algo normal incluso un triunfo. Pero el olvido corporal el alejamiento con ellas mismas es tan evidente que

incluso la amenorrea y dismenorrea que padecen es algo que no les importa y como ya dije ven como algo normal que llegan a “acostumbrarse” a ese estado.

*2... tuve apendicitis, como a los 18 años me tuvieron que operar, yo tenia una presión muy fuerte, por que estaba en exámenes de la prepa y pues me dolía y tenia muchas nauseas, comía y volvía el estomago, hasta que me llevaron con un doctor particular y el fue el que les dijo que me llevaran al seguro por que me tenían que operar por que me iba a reventar, cuando llegue ya vez que luego te hacen esperar y que luego ya te revisan, pues ya cuando me iban hacer la revisión nada más me pare y es lo único que pude hacer ya no pude hacer mas hasta que vieron los doctores que yo no me movía pues fue cuando ya me pasaron luego, luego a la camilla y ya no supe nada hasta que desperté, me dijeron que tenia que estar fajada , pero al mes, a dos clases del semestre, me empezó a doler otra vez y otra vez fui al hospital y me metieron una sonda por la nariz para sacarme un liquido que dicen era el acido y con eso estuve como tres días hospitalizada,... cuando me siento mal, pues, por lo regular le pregunto a mi mamá, le digo que es lo que me pasa y hay ocasiones que ella me dice que toma, me enfermo del estomago, me da dolor de estomago.*

*... La gripa la atiendo con aspirinas o cuando ya me siento muy mal ya me voy al seguro me dura una gripa como dos semanas y me da como cada dos meses...Me mandaron gotas de ajo para la gastritis...padezco estreñimiento, por eso fui a ver al doctor me mando tomar el yogurt...*

*...pues antes que me operaran todo estaba bien, después este regle un mes si y uno no, después de eso dure un año sin reglar, por mi mejor... nada mas cuando me bajaba era cuando me daban los dolores muy fuertes, me mandaron un tratamiento, pero eran este, creo estrógenos, eran para, este, por si tenia quistes, pero no me las tome, después me hicieron el examen y no tenia nada<sup>11</sup>*

En este fragmento encontramos características que reflejan ,de manera general ,la personalidad de la mayoría de las personas que tienen o han tenido el problema del sobrepeso , una de ellas es que todas ponen extremado énfasis en la ejecución del éxito lo que les ocasiona ansiedad este fragmento es similar al de las mujeres 1, 2, 3 4, a de mas por que todos los

---

<sup>11</sup> “Entrevista 2” Realizada en diciembre del 2004 por Maribel Nieves Corona

padecimientos que enfrenta la madre los presentan las hijas, la forma de asumir su vida es igual, una vez mas, el estar en unión con la familia es importante y cuando una de ellas quiere romper el círculo es fuertemente juzgada por la familia incluso se le llena de culpa diciéndole que no quiere a su familia, y que sigue el ejemplo de la “hermana mala” que quiere abandonarlos ( la entrevista que le hice a la “hermana mala” se me borro de la cinta y ya no pude localizarla para rehacerla, sin embargo tengo presentes datos que a mi manera de ver son interesantes y que mas adelante mencionare ) curiosamente esta hermana es la que menos sobrepeso tiene, pero la que mas problemas a nivel estomago y pulmón presenta ya que siempre es utilizada como referencia de lo que es una “influencia mala” y “rebelde” .

En todas las entrevistas vemos como las enfermedades de vías respiratoria y digestivas van transformándose en otras mas complicadas como asma o gastritis, además de que excepto en una de las entrevistas en las mujeres se presenta la dismenorrea o la amenorrea como ya dije, y lo peor es que todos estos padecimientos son aceptados por ser considerados como normales

Cada uno de los padecimientos que presentan las entrevistadas son con el fin de querer ocultar con la enfermedad emociones que se manifiestan en forma de síntoma, a continuación trataren de explicar los padecimientos mas representativos que son a nivel estomago y pulmón y enfatizando una vez mas la cuestión de genero, hablare de los trastornos de menstruación:

#### **4.4.1 Vías respiratorias**

Como podemos ver en el cuadro de resultados generales la mayoría de los entrevistados padecen de enfermedades respiratorias que se relacionan estrechamente con la forma en que han vivido desde la infancia y hasta la fecha, es decir todos han vivido un abandono emocional a pesar de tener a sus padres y hermanos crecieron y viven con una gran tristeza, los problemas de respiración que presentan tienen que ver en la vida que presentan los

entrevistados cerrados al mundo , no quieren establecer relación con los de afuera, solo con la familia como el caso de las hermanas y si alguien quiere “salir” es juzgada por los demás familiares, el pulmón es un órgano de contacto y nuestros entrevistados carecen de ello, por ejemplo, unos jamás han experimentado el contacto con una pareja y los que la han experimentado ha sido de manera deficiente , destructiva por que no se dan en su totalidad, son aprensivas y no disfrutan de la compañía de ellos , incluso algunas dicen, “no quiero pareja por que no me gusta que este todo el tiempo ahí”, este repudio al contacto con una pareja tiene que ver también con los trastornos menstruales que mas adelante explicare. Todos son totalmente dependientes de la familia que los ahoga y que los juzga de malos hijos ( o ellos mismos se juzgan a si) si no pasan mas tiempo con ellos. Como ya mencione en otras ocasiones los entrevistados guardan resentimientos y rencores a veces hacia los padres que no quieren admitir es una ambivalencia de sentimientos que al no ser aceptado concientemente entonces el inconciente lo hace con un asma y tos como en las entrevistas 5,8,9,10,15,16,17, que siempre están pensando en es decir ser el mejor amigo y dar todo por ellos, dinero , comida, afecto, pero da esperando recibir y al no hacerlo se frustra quieren una pareja , amigos o tener éxito en la carrera pero lo hacen de manera dominante por ejemplo el dar siempre el dinero para las cervezas o para comer les da cierto poder de manejar a sus amigos o pareja. Otra afección respiratoria que presentan caso todos los entrevistados son las gripas, que es uniforme de **apartarse** como la obesidad que se utiliza para que nadie se acerque a ellos ya que el contacto con los demás les da miedo, es una forma que utiliza el cuerpo para expresar el agobio de la familia que les exige éxito y convivencia familiar. Algunas entrevistadas incluso han sido operadas de la garganta por que no aceptan o admiten que esas exigencias les causan conflicto, no aceptan que en determinado momento han tenido la necesidad de expresar su enojo por la soledad y poco afectividad de que tuvieron por parte de los padres.

#### **4.4.2 Digestivas**

Por otro lado las enfermedades digestivas también se relacionan con el contacto , con la admisión de que se tiene un conflicto con los padres ya que culturalmente a los padres se les debe guardar respeto y cariño, pero lo que no se asimila es que solo en el momento que se saca ese resentimiento se podrán resolver los problemas que se tienen para relacionarse de manera sincera y afectiva con ellos y con los demás , sin embargo es algo difícil de aceptar, por eso siempre se trata de justificar la ausencia o la agresividad física y psicológica que sufrieron de pequeños y que esta guardado en el inconciente. Entonces la reacción corporal es el hambre que satisface el deseo por medio de la ingestión, se tiene hambre de cariño por que es difícil aceptar que no se tuvo o que no se tiene , el sabor dulce predomina por que proporciona amor y la seguridad que los padres no pudieron o no han podido dar a sus hijos.

El sentir rechazo duele y no se acepta e que los entrevistados se quieran acercar a los padres y estos no sepan como reaccionar les afecta emocionalmente y se evita sentir esa emoción pasa al cuerpo y es el estomago en donde llegan esas sensaciones manifestándose con adiposidad.

#### **4.4.3 La gastritis**

La gastritis que padecen es el acido que se queda en el estomago por que ser agresivos no es una manifestación que se les acepte , todos muestran cierta pasividad y tranquilidad y todo su enojo por no ser aceptados ni por los padres se va al estomago, esta enfermedad solo muestra su falta de confianza y seguridad en si mismos que se conjuga con el sobrepeso y los estereotipos de belleza establecidos. Por eso todo gira alrededor del cuerpo y se usa como condicionante para realizar un proyecto de vida , tener pareja, comprarse ropa, aceptarse y verse guapos. El establecer relaciones afectivas fuera de la familia es algo que les asusta por eso huyen de ellos . El aceptar que se quiere amor podría disminuir el riesgo de sufrir de un problema mas grave con el estomago o

el intestino, el señor de la entrevista 20 ya lo sufrió con una operación en el intestino y aun así sigue sin aceptar su afán de dependencia y afecto incluso las preguntas que le realice en el aspecto emocional o afectivo las califica de tonterías.

#### **4.4.4 Estreñimiento**

Otra característica de las personas con obesidad es que se la pasan pensando en lo que los demás piensan de ellas, todo lo analizan , es decir, piensan antes de actuar, por eso no se atreven a entablar relación con los demás , se aíslan , y eso los llena de angustia. El estreñimiento a también se relaciona con el dar una característica de la obesidad ya que no dan afecto no les interesa el acercarse a la gente ya que ante todo se aferran a lo material por eso ponen de pretexto su peso para tener una vida satisfactoria. Viven en el pasado en los resentimientos hacia los padres la sociedad que los señala y califica por su sobrepeso y como ya mencione hasta que no los saquen a la luz no podrán vivir de manera fluida seguirán reprimiendo su necesidad de afecto, su enojo y su necesidad de satisfacción sexual.

El hecho de que la mayoría de los entrevistados sean gente joven hace que en los resultados no salgan enfermedades crónicas como la diabetes pero como es sabido la obesidad es un factor fundamental para que se desarrolle y la entrevistadas 1 y 19 son un ejemplo de cómo la enfermedad puede agravarse si no se resuelven los conflictos viejos y se toma una nueva actitud hacia la vida en donde se aprenda a dar y recibir amor que se tome el riesgo de enfrentarse a su mundo y forjar relaciones de afectividad sin desechar la oportunidad de amar.

#### **4.4.5 Trastornos de menstruación**

Todas las entrevistadas padecen algún trastorno de regla ya sea amenorrea o dismenorrea, los trastornos menstruales se relacionan también con el contacto



con el otro , implica relaciones afectivas, entrega y al igual que la adiposidad, los problemas de pulmón y estomago , alejan a las entrevistadas de la interacción e intercambio afectivo. Los problemas menstruales denotan problemas sexuales, como podemos ver en la categoría de sexualidad la mitad de las entrevistadas no han tenido ni siquiera una pareja sentimental y las que han tenido parejas han tenido relaciones destructivas emocionalmente y poco satisfactorias sexualmente “ el orgasmo es una pequeña muerte, lo mismo que el sueño, también la menstruación tiene algo de muerte , pero morir no es si no la invitación a superar las limitaciones del yo y sus ansias de dominio y dejar que las cosas sigan su curso”<sup>12</sup> Esta cita nos describe perfectamente la personalidad de todas las entrevistadas ninguna acepta que necesita morir su pasado para tener un presente mejor , son incapaces de perdonar pero no lo aceptan se la pasan queriendo dominar incluso lo que comen con las dietas , no se desprenden de su yo por eso también padecen de insomnio( ver tabla) su capacidad de entrega simplemente la anulan y la obesidad también colabora. Es evidente el miedo a la sexualidad, a la regla por que las aleja de su condición de mujer , como en las entrevistas 1,2,3,4 que buscan reafirmarse con el estudio, con el estar en frente de la familia , por eso se ponen contentas si dejan de reglar hasta por un año, incluso una de ellas comenta que como se la pasaba mucho con su papá no le interesaban mucho esas cosas del arreglo personal. EL miedo a la feminidad y al intercambio sexual es evidente, la regla es un síntoma de feminidad , entonces la ausencia aleja de esa característica a quien la padece la razón puede ser las violaciones o abuso sexual que han sufrido las entrevistadas, se crece con repudio al sexo opuesto , temor al cuerpo y sus reacciones sexuales ya que si en determinado momento alguien abuso de su cuerpo por “usar falda” o “tener piernas bonitas” como dicen ellas , entonces hay que rechazar todo lo que tenga que ver con sexualidad por eso los trastornos menstruales y por eso la capa de grasa.

---

<sup>12</sup> Thorwald, Rudiger. (1993). “La enfermedad como camino”. Barcelona. Debolsillo

Por otro lado la dismenorrea, que todas la tienen incluso el dolor las hace estar en cama, es una manera de eludir al sexo y ser objeto de mimos y atenciones como toda enfermedad.

“La curación solo puede hallarse en la reconciliación con la propia condición sexual, ya que éste es requisito indispensable para poder realizar en si el polo del sexo opuesto

Todo este camino de enfermedades esta muy vinculado con la forma en que los entrevistados se visualizan a si mismos es decir **la imagen corporal** por que es evidente que todo lo que han hecho para bajar de peso es para ser aceptados ya que de otra manera sienten y piensan que no podrán ser aceptado o realizar, por ejemplo, un proyecto de vida como lo menciona la entrevista 7

“El cuerpo se vuelve el microcosmos del cuerpo social y este refleja a su vez el método usado por esa cultura para socializar a la naturaleza. La construcción de este microcosmos es el resultado de un ejercicio de la política y de una ideología en un periodo histórico<sup>13</sup>

#### **4.5 ¿cual es la función de la obesidad?**

El cuerpo siempre esta inmerso en aparente rebeldías. Estas rebeldías se dan cuando hay una ruptura en la relación física con el exterior del actor (dolor, enfermedad comportamientos)<sup>14</sup>

Para romper relación con el mundo, el cuerpo busca una manera y se rebela ante ellos, por medio de una coraza de grasa indisoluble que protege al “ser” de lo que es peligroso para si mismo.

La relación que se tiene con el cuerpo, la forma de verlo y sentirlo tiene que ver con las acciones de la vida cotidiana, cada suceso por mas mínimo que parezca

---

<sup>13</sup> López Ramos .S (2000) “Zen y cuerpo humano”. CEAPAC, México Verdehalago.

<sup>14</sup> Bretón (2002) “La sociología del cuerpo”. Argentina. Nueva visión.

afecta. Las personas con obesidad ha crecido en un ambiente poco afectivo en donde las palabras y los golpes hirieron de manera permanente el cuerpo y el alma. De esa forma la relación que se tendrá con alguien que no es de su familia será deficiente por que ellas mismas así lo hacen, no por que tengan la culpa, si no por que la idea de que no se es aceptada por los otros se aprendió en la infancia. Si se crece con calificativos de gorda, tonta, mensa, etc., pues entonces se la creen y se comienza a vivir con soledad, tristeza, angustia y miedo a salir , a acercarme a cualquiera con quien pudiera establecer lazos afectivos.

La forma de cómo se mueve el enfermo de obesidad esta siempre mediatizado por su valor corporal, ya que la sociedad establece características poco halagadoras de ellos, esto hace que se vean a si mismos de manera negativa y que se rechacen a si mismos. Además se condicionara cualquier acción por la obesidad, es decir, "si no tengo novio es por que estoy gorda", " si no tengo trabajo es por gorda ", " si no me quieren es por gorda ". La preocupación social que se establece por el cuerpo , por ejemplo buscar una figura estereotipada , atomizo el cuerpo y lo lleno de ego y atributos que so no quieres ser parte de la sociedad no los debes cumplir, tal parece que el ser obeso hace eso como mecanismo de defensa que los protege de quien los abuso sexual, física o emocionalmente .El cuerpo al ser el que nos vincula con los otros se vuelve una herramienta y se usa como frontera que no deja pasar a nadie dentro de él , lo aleja de los otros, sin necesidad de decírselos con palabras ya que el cuerpo se los grita no te acerques, no quiero que me lastimen otra vez.

El problema de la obesidad no es mas que una representación de lo invisible, se come para llenar huecos, el afecto no recibido. Es sorprendente como a pesar de vivir dentro de una familia tradicional con papá. Mamá y hermanos ( como es el caso de todos los entrevistado) se vive y se crece en soledad, sin ser tomado en cuenta, sin ser atendido, amado, cuidado, protegido y respetado . Muy al contrario el único contacto que hay es para humillar o golpear, por eso se

refugian en fugas como la comida, es alcohol, el tabaco y en varios casos las drogas.

La enfermedad como representación de un conflicto interno nos avisa cuando se esta apunto de estallar sin las personas se hicieran concientes de ellos entonces no tendrían que poner de pretexto su condición de sobrepeso para realizarse como mujeres o como hombres pero como ya vimos en la explicación de las enfermedades todos sus padecimientos tienen que ver con el contacto con los demás con el deseo de control, y los rencores reprimidos, entonces junto con la grasa se hace una coraza emocional y corporal que impide el acercamiento con el entorno y con uno mismo.

#### **4.6 Análisis con la teoría de los cinco elementos**

El individuo es producto del poder que comienza su anulación dentro del núcleo familiar, el crecer con enojo, resentimientos , deseos no cumplidos lleva a los individuo a la autodestrucción “Con ningún fuego se consume uno mas velozmente que con los afectos de resentimiento, El enojo la susceptibilidad enfermiza la impotencia , el placer y la sed de venganza es la forma mas perjudicial de reaccionar, produce un rápido desajuste de energía nerviosa un aumento enfermizo, de secreciones nocivas de bilis en el estomago, por ejemplo el primer paso para curarse es liberar el alma de resentimientos” <sup>15</sup>

Desafortunadamente nos damos cuenta que las personas aun no aprenden a liberarse de esos resentimientos, muy al contrario se han ido destruyendo utilizando tratamientos sin control, llenándose de soledad y su autodestrucción los lleva a utilizar otras fugas como el alcohol, las drogas, el sexo desmedido, y la enfermedad que están viviendo *la obesidad*.

Ahora el desequilibrio energético que han sufrido los lleva a adquirir diferentes padecimientos físicos, y emocionales. Entre mas edad tienen las personas se van agravando llegando a desarrollar enfermedades como diabetes o asma y

---

<sup>15</sup> Nietzsche . F 2004 ibidem

a perder el sentido de la vida. En el siguiente análisis veremos como se ha perdido el equilibrio entre los órganos y las emociones

La teoría de los cinco elementos nos dice que todo fenómeno está regido por las leyes de dos polos opuestos el yin y el yang que se hallan a su vez en contradicción e interdependencia dos aspectos indispensables para la existencia del otro y ninguno puede existir aisladamente. Sin uno no existe el otro y se opone el uno al otro.

En la intergeneración: Para que coexistan necesitan apoyo mutuo de lo contrario predomina alguno ocasionando la enfermedad.

Este apoyo mutuo entre los elementos de la vida, es vital para la existencia, así la madera arde y genera fuego, el fuego deja cenizas y genera la tierra, el metal proviene de las capas del subsuelo tierra, el metal ayuda a la filtración de las lluvias para generar el agua, y el agua hace crecer árboles plantas y estos producen la madera que finalmente produce fuego y se repite el ciclo. Así cada elemento es generador y generado, madre e hijo: por ejemplo, madera es hija del agua y madre del fuego.

Además cada elemento tiene relación con un órgano del cuerpo, que a su vez se relaciona con una emoción y se manifiesta en los sentidos <sup>16</sup>

Las concordancias son varias, a cada órgano le corresponde también un sabor<sup>17</sup>, una estación del año, olor, un color, etc.

Para la medicina tradicional china cada órgano está en relación con todo el cosmos.

A modo de ejemplo y para mejor comprensión veamos el siguiente cuadro<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup>se dice que por medio de la los ojos, la lengua, el tacto, la nariz y el oído se puede saber que órgano en específico es el que está siendo afectado

<sup>17</sup> Cuando alguien reacciona de manera anormal ante un sabor particular se dice que un órgano está funcionando mal)

<i>Elemento</i>	Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
<i>Órgano zang</i>	Hígado	Corazón	Bazo	Pulmón	Riñón
<i>Órgano fu</i>	Vesícula biliar	Intestino. Delgado	Estomago	Intestino grueso	Vejiga
<i>Emoción</i>	Ira	Alegría	Ansiedad	tristeza	Miedo
<i>Sentido</i>	Ojos	Lengua	Boca	Nariz	Orejas
<i>Tejido</i>	Tendones	Vasos	Músculos	Piel Pelo	Huesos
<i>Sabor</i>	Agrio	Amargo	Dulce	ansiedad	Salado

La relación de inter generación nos dice que el cuerpo esta en equilibrio la energía fluye de forma continua según las flechas, cuando se da alguna afección se dice que la energía se bloquea y por lo cual hay que mover la energía del órgano anterior. En esta relación se promueve el crecimiento y la generación se da en forma indefinida

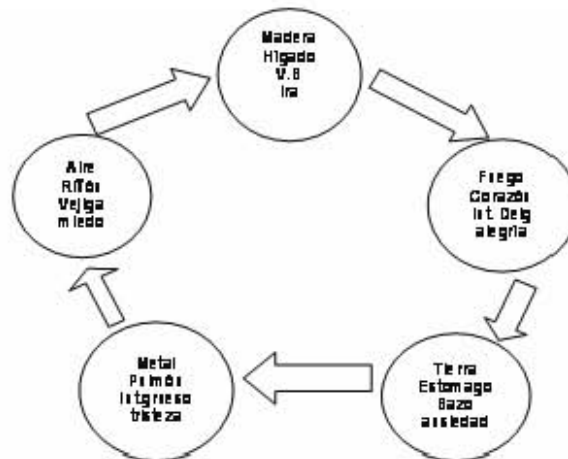


Fig.2 relación de intergeneración

<sup>18</sup> Tomando en cuenta el fin de este trabajo solo considerare algunas concordancias, sin embargo en la practica clínica se utilizan todas las existentes.

Por otro lado la fase de dominancia nos dice que el exceso de dominancia entre los órganos desencadena un desequilibrio en el cuerpo manifestándose con enfermedades, la relación de interdominancia ya no es normal si no un daño que ocurre bajo ciertas circunstancias: alimentación, emociones, signos y significados.

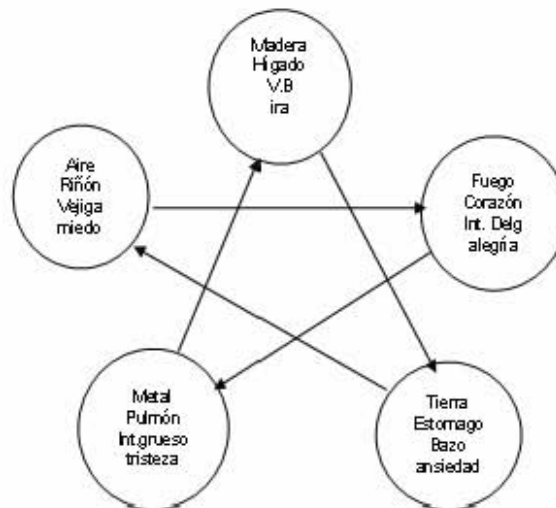


Fig. 3 Relación de dominancia.

En este ciclo interviene la relación de dominancia que implica la regulación del fuego sobre el metal ya que lo funde, del metal sobre la madera pues la corta, de la madera sobre la tierra la penetra, de la tierra sobre el agua pues la absorbe, del agua sobre el fuego pues lo apaga<sup>19</sup>

Estas relaciones son básicas pues muestran el equilibrio en la naturaleza. Cuando sucede la contradominancia o exceso de dominancia entre ellos se produce el desequilibrio. Como ejemplo diremos que la madera domina la tierra y es dominada por el metal.

Como podemos observar en las figuras uno y dos cada elemento se traslada al cuerpo humano y se dan las mismas relaciones de generación y dominancia,

<sup>19</sup> Duran. N (2002) "incorporación de la intuición por medio del cuerpo" en: Lo corporal y lo psicosomático I.. CEAPAC México

También existe una relación de los órganos con emociones como la ira, alegría, tristeza, miedo, angustia. Estas emociones más la cultura, relaciones familiares, alimentación y de más factores internos complementa al microcosmos que construye en el hombre gustos, sentimientos, forma de expresarse con la sociedad, creencias.

Bajo esta lógica se dice que el hombre es un ser vivo que forma parte del planeta y puede entenderse a través de los elementos que conforman la tierra el cuerpo humano tiene en su interior un equilibrio que corresponde con el exterior, la comunicación empieza cuando la armonía del exterior se rompe por el uso irracional de los recursos en la sociedad industrializada que explota toda la naturaleza la cual pronto se desequilibra (la tierra se sobreexplota el metal se calienta con el fuego)<sup>20</sup>

Por lo tanto la relación que existe entre un órgano y las emociones lleva a un desequilibrio que afectara determinado órgano creándose de ese modo los procesos psicossomáticos que llevan a la enfermedad, o sea, una emoción que a logrado ser dominante en el organismo provoca el desequilibrio energético de un órgano alterando el mundo interno y externo lo orgánico y lo emocional, el desequilibrio se da por factores como la respiración, la alimentación, la geografía, las actividades, la emoción y la sexualidad.

Las emociones que han guardado por años las personas con obesidad se van guardando en el cuerpo y la obesidad como enfermedad es la forma en que todas esas emociones se manifiestan.

Por lo tanto la historia del individuo transforma las funciones de los órganos y establece nuevas relaciones con la fisiología del individuo que se cruza con el proceso psicossomático de las relaciones humanas y el cuerpo en el espacio donde confluyen las nuevas relaciones individuo –sociedad.

---

<sup>20</sup>López Ramos. S -(2003) "Lo corporal y lo psicossomático III" CEAPAC. México



Los símbolos y significados impuestos socialmente tiene que ver con la forma en que se vive cotidianamente, la forma en que se elige vivir tiene que ver con estos mediadores sociales y emocionales que se aprenden en la infancia siendo la familia el primer espacio donde se enseña a amar, agredir, alimentarse, enfermarse frustrarse, y reprimir emociones.

En este caso las personas con obesidad traen una historia en donde la niñez se rige por la soledad, el dolor, la desvalorización, es decir, las condiciones externas para mantener el equilibrio del cuerpo no se dan, entonces, bajo la lógica de los cinco elementos, podemos describir cómo y dónde comenzó a romperse la armonía del cuerpo que vivieron y que ahora viven dentro de un proceso psicosomático que los llevo a padecer su enfermedad y que han ido también adquiriendo otras como diabetes, asma.

Dentro de este procesos encontramos que desde pequeños se perdió la alegría de vivir; el órgano que se ve afectado en este caso es el corazón este órgano proporciona en las personas alegría por las cosas por hacer actividades conocer ¡vivir!, en alguna de las entrevistas nos mencionaban que no tenían y hasta la fecha mucho interés por alguna actividad, incluso en la misma infancia presentaron problemas de aprendizaje ya que el corazón es que da ánimos para aprender al igual que el intestino delgado que esta acoplado a la energía del corazón, al ser afectado este órgano se crece con la incapacidad de asimilar los sucesos que en determinado momento les hicieron daño, sin embargo este proceso se explica por la soledad en que vivieron los entrevistados ya que los padres inmersos en el mundo material los dejaron en el total abandono. Tomando en cuenta el elemento para la interpretación diremos que el Fuego al ser el que da calor necesario para la alegría esta ausente en los entrevistados, para empezar ninguno de los entrevistados esta en contacto directo con el calor por ejemplo que se desprende al hacer la comida, por lo regular ellos consumen alimento rápido o en la calle, entonces,

no hay calor dentro de ellos factor importante si tomamos en cuenta las enfermedades que se relacionan con el enfriamiento como la gripa que es muy frecuente en algunos de los entrevistados, uno de mis objetivos era que mis entrevistados fueran la mitad del distrito y zona conurbada y la otra mitad de los altos de Chiapas (comunidades zapatistas) , mi sorpresa fue que en una de mis visitas a Chiapas me di cuenta que no había gente con obesidad (de lo cual no me había percatado en otras ocasiones) . Entonces empecé a seguir la lógica de la teoría de los cinco elementos, uniendo concordancias y me di cuenta de que en verdad funciona, así, mi conjetura mas o menos resumida, fue que, allá la hora del desayuno , la comida, o cena es muy importante están todos juntos en la cocina con el fogón y hay platica amena, todos están felices su corazón esta sintiendo el calor necesario para que esa alegría surja además, su alimentación aun proviene directamente de la tierra , hay cooperación entre ellos sin importar tanto el genero , y muchos otros factores que tienen que ver con todos los elementos.

Siguiendo con la lógica de la ínter generación la energía del fuego no es suficiente esto ocasiona que al verse afectada la alegría se debilita el órgano y evita el crecimiento del la tierra o sea los niños desde pequeños sufrían ya de enfermedades relacionadas con el estomago dolores, inflamaciones, el estomago y el bazo en buen estado proporcionan la capacidad de digerir mejor las cosas que en determinado momento pudieran lastimar emocionalmente, en este caso el órgano esta debilitado las personas entrevistadas le dan mucha importancia a las palabras y deseos de la familia esto los llenaba de mucha angustia se les exigía que se portaran bien, que fueran delgados, que comieran bien , en fin durante la infancia de los entrevistados se enfrentaban ha situaciones que no podían resolver, no podían hacer nada para que sus padres estuvieran con ellos, ni para sentirse aceptados, ni sabían que habían hecho para que los reprimieran física o verbalmente, entonces se crece con preocupación de no cumplir con las exigencias sociales la angustia es tan grande que buscan una fuga en este caso la comida que ya empezaba a ser un

vinculo afectivo con la familia. Además tomando en cuenta la geografía de las personas diremos que la tierra esta totalmente cubierta de cemento al ser zonas céntricas o conurbanas el progreso hace que todo sea plano cubierto de asfalto para que los autos, y la tecnología puedan circular, esto que el contacto con la tierra sea inexistente, lo que ocasiona ansiedad en las personas lo cual si vemos el cuadro de concordancias y leemos las categorías de alimentación vemos como esta ansiedad lleva a las personas a consumir alimentos dulces, como pan , galletas, golosina , en fin su contacto con productos provenientes de la tierra como los vegetales crudos es inexistente en su dieta, lo que contribuye con el proceso de la enfermedad.

Por su parte el pulmón recibe la energía debilitada del bazo y el estomago, los sentidos asociados con el pulmón son la piel el tacto , en el caso de los entrevistados el acercamiento físico afectivo era casi inexistente esta muy claro cuando narran lo difícil que era acercarse a los padres darles un beso y les causa tristeza a su vez que cuando ellos trataban de acercarse eran rechazados, por su parte el intestino grueso también ya esta siendo afectado se van generando y guardando la idea de no merecer ser amado y se van creando otras, como dando una explicación, que tienen que ver con la mercantilidad del cuerpo y que llevo a esos niños a una juventud y adultez en donde la auto desvalorización len impide acercarse a los otros y a ellos, entonces, empezaron a crecer con tristeza que al leer la categoría de enfermedades vemos enlistadas gripas, tos, desde pequeños y llegando en algunos casos a intervenciones quirúrgicas a un muy corto plazo. Una vez mas hacemos alusión a la geografía donde viven y se desenvuelven las personas que son zonas llenas de fabricas, (por ejemplo, ecatepec y azcapotzalco son unas de las zonas industriales mas importantes del estado de México y distrito federal), y millones de automóviles , haciendo que la contaminación por plomo y demás contaminantes como los hidrocarburos afecte las vías respiratorias y que el aspecto gris que ocasionan los contaminantes al ambiente contribuyan junto con los efectos de los químicos a la tristeza que trae cada

uno de los entrevistados, claro que también la alimentación ya que al no consumir minerales como el hierro la vitalidad esta anulada.

La energía del pulmón pasa al riñón y vejiga este órgano debilitado trae miedo, sentimiento que paraliza que evita que las personas expresen lo que se sienten , no los deja actuar, las personas entrevistadas mostraron desde la niñez problemas con otros niños y con sus hermanos se sentían y se sienten rechazados por los demás, el miedo llevo a las personas a un estado de intranquilidad a racionalizar todo el tiempo antes de actuar , no han podido eliminar todas las toxinas con las que crecieron, no se atreven a escuchar y sentir nuevas ideas que pueda cambiar la forma en que ven la enfermedad, es decir, la obesidad es vista como un problema físico o fisiológico que hay que resolver y se cierran los ojos al proceso que han vivido durante este tiempo. Al igual que los vegetales el agua es un elemento ausente en la vida de las personas , no la consumen, además en zonas rodeadas de asfalto grises el paisaje también es árido seco , escasea el agua y la que hay de por si esta siendo contaminada , abundan los canales de agua sucia que junto con su olor putrefacto crea un panorama desolador de miedo.

La capacidad del agua de crear el crecimiento y florecimiento del elemento madera afecta directamente al órgano con quien se tiene una estrecha relación: El hígado, el miedo que impera en el cuerpo trae a su vez un gran enojo, por no poder conseguir lo que se deseaba en aquel momento atención, afecto, cuidado, diversión, etc. La ira y el enojo por cuando eran pequeños era castigada con mas ira y enojo por parte de los padres de los entrevistados trae por consecuencia falta de energía para hacer las cosas, lo que llevo a las personas a vivir callando ocultando el enojo por sus padres por que además la culpa ya empezaba a instalarse en su cuerpo por sentir esto, en todo momento trataban de justificar a sus padres y a ellos mismos diciendo en alguna etapa de la entrevista que si se era feliz y en otra que se sentía enojo y frustración ya sea por el abandono o la agresividad que vivieron, desde la infancia durante la

adolescencia y hasta la fecha. Se va creciendo con rencores del pasado, odios, y con una vida llena de represión para expresar lo que siente, Este flujo de energía continua de manera interminable. Si el paisaje es gris no es difícil imaginar que la ausencia de árboles y plantas es desplantada por miles de edificios departamentos, casas, centros comerciales, fábricas, carreteras, postes de luz, y más casas. Entonces la urbanidad en que se vive ocasiona , ira, aveces por la sobrepoblación y/ o por la falta del oxígeno que proporcionan los árboles y las plantas.

Llega un momento en que un órgano comienza a dominar, ese desequilibrio se da cuando las emociones, los sabores, los padecimientos empiezan a estar mas presentes que otros y es entonces cuando una enfermedad ya esta instalada el cuerpo de las personas. Considerando los signos y significados que lo llevaron a esta construcción.

En el caso de la obesidad y con base en las historias que narraron las personas mostramos que:

El hígado les acarrea problemas que se relacionan con el odio, el resentimiento del pasado, la represión para actuar y expresar sus emociones y sentimientos han formado en la actualidad personas incapaces de relacionarse eficiente mente con los demás que todo ese rencor. La mayoría de los entrevistados muestra poca asertividad para actuar en al vida se dejan llevar por la opinión de los demás ya no nadamas es la familia si no por la mercadotecnia que le ofrece los múltiples tratamientos que han utilizado dietas, pastillas, tés, doctores, etc. Además la falta de vegetación es decir la ausencia de madera contribuye enormemente a que este enojo este afectando y dominando a las personas recordando la geografía en que han crecido las personas entrevistadas esta totalmente dominada por la artificialidad y la urbanidad, los árboles y las plantas se vuelven incluso en estorbos para “el

progreso de la ciudad” ya no hay lugar para los espacios verdes libres de cemento.

La relación de madre e hijo que hay entre hígado y la tierra hace que los órganos involucrados estómago y bazo se vean afectados, entonces si observamos la tabla general nos damos cuenta como la inflamación de estómago, dolor de estómago son síntomas que se empiezan a presentar y que terminan en otras enfermedades mas complejas como lo son la gastritis y a la alteración del cuerpo con intervenciones quirúrgicas a nivel de apéndice y peritonitis. La angustia y la ansiedad son emociones que llevan a los entrevistados a comer en exceso y a preferir cierto tipos de alimentos con poco nivel nutricional y si alto contenido irritante como dulces, café, nicotina, alcohol (lo que ocasiona la gastritis)

La comida ya se ha cargado de un gran significado afectivo y es usada para satisfacer ese deseo por medio de la digestión integración y asimilación, tienen hambre de cariño de golosinas. El estómago digiere los sentimientos que se convierten en adiposidad, las personas van creciendo con baja autoestima, empiezan a participar en la competencia de querer ser como otros o mejor que otros<sup>21</sup> esto acarrea una vida llena de ansiedad ya que la mayoría de las veces buscan conseguir cosas que son imposibles de lograr lo que los lleva a comer en exceso y sobretodo buscando alimentos dulces y picosos como pan, refrescos, harinas etc., alimentos que perjudican el organismo que combinado con la emoción ocasionan enfermedades como gastritis, apendicitis. Esos espacios grises hacen que el contacto con la tierra se pierda, la tierra, lo verde es visto como algo sucio degradante, la agricultura poco a poco va desapareciendo dando lugar a fabricas. Como ya explicamos la ansiedad crece al mismo tiempo que el consumo de vegetales se aleja más de los planes de los entrevistados.

---

<sup>21</sup> lo podemos leer en los ideales de belleza que hace alusión al cuerpo estereotipado a ser bonita, delgada...

Pero estos trastornos no son aislados ni únicos, si seguimos la relación de dominancia vemos otro elemento que esta siendo afectado o contra dominado por la madera es el metal, es decir, los rencores añejos se van guardando en el cuerpo no se dejan salir, haciendo una analogía con uno de los órganos de este elemento, el intestino grueso que en estos casos ha sido afectado ya que la mayoría de las personas padecen estreñimiento, la cultura enseña a las personas a no exaltarse a callarse a aferrarse a las cosas materiales ya a reprimir los sentimientos. La incapacidad de los entrevistados para hablar de sus sentimientos no se juzga ya que es la manera en que han crecido , como ya se menciona no podían expresar su necesidad de afecto , sus padres no lo hacían con ellos, ahora el acercarse a sus padres se vuelve todo *un reto* como lo menciona una entrevistada, el desequilibrio en el órgano pulmón, acarrea en los entrevistados estados de tristeza, de aislamiento, tal vez por eso no pueden establecer relaciones de pareja estables y duraderas<sup>22</sup> entonces la frustración y la tristeza o el pesar se incrementa.

El sabor que predomina es el picante en este caso si leemos la tabla vemos el sabor picante y dulce como favoritos y que los dos elementos afectados están relacionados con estos sabores. Al elegir este tipo de alimentos se ven afectados los órganos con enfermedades como ya dije gastritis, y en los de mayor edad diabetes<sup>23</sup>

Al ser afectado el pulmón se presentan enfermedades, como tos, gripas, en casos más extremos asma o intervenciones quirúrgicas en garganta lo que ya habla de un abandono corporal más complejo.

---

<sup>22</sup> , (la actividad sexual en algunos inexistente y en otros deficiente es un punto interesante cuando leo que la sexualidad es sede de energía creativa, y si la energía sexual es baja la creatividad también es baja)

<sup>23</sup> .( considerando que la mayoría de los entrevistados son de entre 13 y 30 años).

Pero también es importante considerar que todos han pasado su vida en zonas urbanizadas y que en la actualidad los progresistas están llenando de puentes, casas habitación que son como vecindades verticales, gente y por consiguiente autos, fabricas, estas zonas llamadas conurbanas haciendo que la contaminación y de mas circunstancias eviten que la respiración se lleve a acabo de manera optima y que los contaminantes también contribuyan al desarrollo de dichas enfermedades respiratorias y gastrointestinales. Además al contaminarse el agua, también se contaminan los vegetales, los árboles, los animales que se alimentas de esos vegetales y los animales que se comen esos animales y por consiguiente el propio ser humano.

La tristeza y soledad, la emoción reprimida, la ira contenida, la ansiedad llevan a los sujetos a la enfermedad. La obesidad es un proceso corporal y para cambiar dichos procesos es necesario trabajar con las emociones y los sentimientos; con la frustración que provoca la sociedad, con el enfrentamiento a la infancia para ser sincero con los conflictos, y aceptar que hay algo no resuelto.

Todo este proceso sorprende y hace pensar en todo lo que hacemos las personas para destruirnos, el avance social que buscan las personas en todo el mundo a llevado a un desgaste del ecosistema que esta alterando todo el microcosmos, lo podemos ver en el clima, con el calentamiento global que ocasionan el uso de combustibles fósiles. La búsqueda de una civilización avanzada lleva a las personas a una vida mas cómoda y por consiguiente a la construcción de carreteras, uso de autos, uso de combustibles, spray, comida artificial, agua artificial, plantas artificiales y un sin fin de costumbres mas, que en lugar de hacer una vida mas cómoda y longeva esta creando formas de vivir con resentimiento, tristeza y ansiedad, pero también con nuevas formas de morir con dolor y sufrimiento.



## CONCLUSIONES

Al empezar a elaborar este trabajo fui confirmando cosas muy interesantes, conforme recababa información me daba cuenta de la manera en que se aborda el tema de la obesidad, cada uno de los autores revisados están inclinados solo a una parte del ser humano, médicos, nutriólogos, psicólogos, psicoanalistas, industrias farmacéuticas, empresarios. Todos buscan encontrar la causa y la solución al problema de la obesidad. En esa guerra por descifrar los enigmas de esta enfermedad cada uno de los especialistas da su argumentación, habiendo aun entre ellos disputas por saber quien tiene la razón, los médicos nos dicen que las causas de la enfermedad puede ser genética, otros hormonal, unos metabólicas, etcétera y todos al dar un *concepto* (en busca de la homogeneidad) relacionan a la obesidad en términos científicos y establecen el índice de masa corporal (IMC) como indicador o diagnostico. Buscan *causas* específicas, señalando primordialmente las genéticas, clasificando a la gente para determinar quien es normal y quien no, como consecuencia dirigen sus tratamientos únicamente para normalizar el peso de la gente y nunca se preocupan por saber como se fue construyendo la enfermedad.

Para los médicos la enfermedad es únicamente un mal funcionamiento filológico por eso se interviene de modo fisiológico y químico para corregir esos desordenes apoyándose en la concepción científica de ver al cuerpo como una maquina , entonces, su principal forma de trabajo es recomendar pastillas para suprimir el hambre, quemar grasa, y evacuar correctamente, que a final de cuentas traen reacciones secundarias al organismo que desarrollaran otras enfermedades y que no terminan con el problema de salud que va en incremento en la sociedad mexicana y que es causa del desarrollo de otras enfermedades crónico degenerativas como diabetes, que ocupan ya un lugar importante en la mortandad del país.

Pero para los especialistas la muerte de las personal no es importante cada uno busca solucionar el problema fragmentando al ser humano y sin importar nada mas enfatizan el aspecto fisiológico, otros el aspecto psicológico (pero jamás ven al hombre como un todo que es producto de la cultura, la economía, la política, la familia, la geografía, etcétera)

Los psicólogos por su parte hablan de una conducta de comer en exceso como consecuencia de ideas erróneas o como respuesta a estímulos *exteriores*. Sus múltiples técnicas (de autocontrol, operantes, aversivas, cognitivas) también dirigen su atención a la obesidad pero como un factor que impide que la persona realice su vida cotidiana, incluso prometen que al ser delgado se tendrán mayores oportunidades de éxito.

Estos tratamientos no soluciona el problema de la obesidad ya que el problema no es la obesidad como tal ( claro que con el tiempo esta condición corporal es factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónico degenerativas que llevan a las personal a muertes dolorosas )si no un proceso que se ha ido construyendo por años, entonces no se le puede solucionar en una semana ya que la solución no nadamas es bajar los kilos de mas, si no ver por que esa persona con sobrepeso se ha abandonado, y que signos y significados lo llevaron a esa construcción corporal.

Los signos y significados de los países progresistas, adjudican al cuerpo, un valor de cambio, el cual se va adquiriendo, con la mercadotecnia que se va creando para él desde comida “no engordante” hasta pastillas, cremas, líquidos, tés, malteadas que prometen bajar de peso y talla en pocos días y “sin dejar de comer”. Es por eso que la mayoría de los tratamientos buscados dirigen sus resultados ha establecer o restablecer la imagen corporal de las personas con obesidad, entonces, se proponen dietas, pastillas para suprimir el hambre, tes para quemar grasa, laxantes, diuréticos, algunas veces ejercicio ( pero casi no se usa ya que el ejercicio no trae resultados a corto plazo) , es

decir, se quiere ser delgada de un día para otro, incluso a veces se fantasea con que al amanecer se encontrara con que se es una persona delgada.

En la investigación vemos que la fragmentación del cuerpo, lleva a las personas a preocuparse más por la obesidad como un problema estético y no como un problema de salud que como ya dije es factor de riesgo para otras enfermedades que terminan con la vida de las personas de una manera dolorosa y degradante para el cuerpo y para las emociones de quienes la padecen y quienes los rodean.

Por tal razón el interés de esta tesis era conocer el recorrido que tubo que vivir el sujeto en su construcción como ser humano, que signos y significados lo llevaron por el camino de la enfermedad, al abandono corporal a usar la comida como un refugio, a ver el cuerpo como un objeto de compra venta, el cual será de gran utilidad para conseguir amor, felicidad, dinero, éxito siempre y cuanto cumpla con los estereotipos de belleza establecidos, ser delgada, alta, etc.

Para esto vemos que la influencia que tiene la sociedad en las personas hace que los pensamientos, las emociones y el cuerpo estén condicionadas "*cada individuo es reflejo de la sociedad en que vive*". Al irse instaurando el capitalismo como medio de producción se fue adquiriendo una nueva forma de vida y por ende una nueva forma de comer, de sentir, de buscar la comodidad, que trae como consecuencia el sedentarismo (factor importante para el desarrollo de la obesidad ya que se come más de lo que se gasta energéticamente y al buscar un tratamiento se va por lo cómodo por lo que no cueste trabajo y que además de solución en pocos días), los horarios de trabajo de escuela y horarios de comida hace que se coma rápido y que por esa razón se altere el organismo de las personas, además de que (también la comodidad y falta de tiempo) se consume la llamada comida rápida, (procesada químicamente) o alimentos altos en grasa y harinas(gorditas,

quesadillas, tortas , galletas, pan) que hacen que se ponga en riesgo la salud , que se suba de peso y que se este mal nutrido .

La construcción individual de las personas su manera de comer, sentir, relacionarse socialmente se va imitando del núcleo familiar, después de otras instituciones y es donde comienza la lucha de las personas por pertenecer a ciertos círculos sociales, donde nunca se es libre de elegir el propio camino, el *deber ser* triunfa sobre el *ser* el hombre se entrega totalmente a los otros. Como primera instancia están los padres a quien hay que obedecer y después vienen otras figuras de autoridad (incluso religiosas) que también gobiernan la vida individual. Así se comienza a crecer con miedo y culpa al ir en contra de lo establecido, y poco a poco se van formando seres oprimidos por el poder o que están en la búsqueda de estar por encima de los demás y cuya búsqueda los lleva a la destrucción del cosmos y como consecuencia de ellos mismos.

De manera específica en la obesidad lo exterior, lo racional, lo establecido hace que se busque un cuerpo “bello” hace que exista en la mayoría de la población un malestar por la imagen corporal pero este malestar no nace de la nada, no es intrínseco del ser humano, si no que, se va creando poco a poco, desde que el ser humano nace y hasta que muere esta invadido de ideas que lo van alejando de él mismo y de la naturaleza, es decir, se esta en contacto con mensajes verbales, modelos sociales, influencias publicitaria, y todo aquello que exige personas bellas triunfadoras.

Por ejemplo como modelo social vemos que la familia juega un papel fundamental, si la mamá se la vive en dietas y todo tipo de tratamientos para bajar de peso o para verse mas joven y si dentro de la familia se escuchan comentarios peyorativos referentes a la obesidad o al aspecto físico, entonces el aprendizaje es de inconformidad con uno mismo (si su mamá, papá o hermanos no aceptan características que ellos mismos poseen, entonces, se

crece con la sensación de no ser aceptados por la familia y mucho menos por otras personas).

Del mismo modo la publicidad juega un papel importante en la construcción de la imagen corporal, La moda por tener una “vida mejor” y mas “sana” hace que el mercado se vea invadido por productos Light que no nutren pero si son altamente cancerigenos y los además productos anunciados ya sea un jabón, un refresco, o lo que sea trae como mensaje oculto un estereotipo de belleza que implica la complexión, la talla, las medidas, el color de piel, las facciones, etcétera. Por eso el interés de las grandes industrias crean productos que se dirigen a mejorar el cuerpo desde una visión estética , así, se crean los productos Light que tienen poco valor nutricional y alto contenido químico o las industrias farmacéuticas que ven en los productos para bajar de peso o moldear la figura una oportunidad para incrementar de manera considerable sus ingresos.

Desgraciadamente como pudimos darnos cuenta, por testimonio propio de las personas, los múltiples tratamientos para bajar de peso no funcionan y al contrario al no consideran jamás la salud de las personas, afectan considerablemente la integridad física y emocional de las personas y aprovechan en todo momento ese el malestar para crear otros productos.

El alejamiento en las relaciones familiares, los comentarios que se oyen por todas partes en cuanto al peso como valoración personal va construyendo la auto imagen del cuerpo, La preocupación por esa imagen, por la talla va alejando al ser humano de aquello que le conviene olvidar, todos esos sueños , frustraciones, miedos que ya se han digerido al interior y que asoman su presencia con la obesidad como enfermedad o con malestares físicos como dolor de estomago, estreñimiento, gripas, tos y otras enfermedades crónicas como gastritis, asma y en los de mayor edad diabetes.

La comida somatiza todas las emociones que han invadido el cuerpo, el comer es un apoyo para enfrentar angustia, rechazo, carencia afectiva, tristeza y odios.

La fragmentación corporal hace que las personas vivan su concepto de cuerpo como un *objeto*, por tal razón los tratamientos se dirigen hacia lo óptico lo externo y no se trabaja con las emociones, entonces, la percepción de si mismo se dirige en ese sentido , por eso la obesidad se vuelve para quien la padece un obstáculo ( como ellos mismos lo dicen ) para realizar un proyecto de vida, y los lleva a hacer comentarios que muestran desvaloración por el hecho de tener sobrepeso, y a una auto aceptación para decir si se acepta a si mismo o no, se dirige hacia la satisfacción corporal y jamás a la satisfacción afectiva o emocional, por ejemplo, de las personas que tienen vida sexual activa, ninguna habla de una satisfacción emocional a veces ni física) y mas bien muestran inseguridad y preocupación por la pareja, y en otros casos a causa de la baja autoestima no han podido relacionarse afectivamente con una pareja, cosa que atribuyen al sobrepeso .

La percepción construida del cuerpo el valor de su belleza exterior hace que se viva en un mundo artificial donde las personas, los objetos , la comida, el aire y todo lo que antes era natural sea embestido por la artificialidad, que lo anula y transforma. Este alejamiento del hombre con la naturaleza hace que el equilibrio entre los órganos de pierda y que al dominar un órgano y debilitarse otros las emociones comiencen a prevalecer en la vida de las personas, en este caso los odios frustraciones, acarrearán tristezas y angustia que a su vez llevarán a las personas a elegir cierto tipo de alimentos que les ocasiona el subir de peso además de múltiples padecimientos que pueden ir desde una gripa y tos hasta un asma que ya implica un desequilibrio mas grande , es decir, las personas empiezan a vivir con las enfermedades como si fuera algo normal en edades cortas vemos desajustes hormonales gripas, apendicitis, etc. y en las personas de mas edad diabetes, peritonitis, gastritis, entonces, no dudamos que quienes comienzan a vivir en el mundo de los padecimientos

terminen su construcción corporal con alguna enfermedad crónica degenerativa.

El darse cuenta de lo importante que es ver a las personas de manera integral te lleva a que en el momento de trabajar con ellas se pueda llegar a encontrar una mejor calidad de vida, trabajando con la emoción y el cuerpo ya que son codependientes, tratando de revertir el valor fútil del cuerpo, que la mercantilización ha implantado ya que afecta directamente, las emociones y sentimientos que al no ser expresados rompen el equilibrio entre órgano y emoción, además se tienen que considerar los factores externos como beber, fumar, comer en exceso (harinas, grasa, carbohidratos), la geografía en que viven, que es lo que va creando la enfermedad.

La persona con obesidad debe cambiar y reconstruir esos procesos corporales, trabajando con sus emociones y sentimientos que son parte del interior, se tiene que recuperar el cuerpo de la cultura, ese cuerpo que calla y obedece, que se ha estancado en el pasado (rencores añejos) o que vive en el futuro (cuando sea delgada) La tarea es arrebatárselo de la sociedad que le creó la necesidad de belleza, comodidad, culpa. Que la gente tome conciencia de sí mismo y que vea que el problema no es solamente una cuestión cosmética sino que esa condición corporal puede terminar con su vida, y que además la forma de morir no es muy agradable y de eso nos podemos dar cuenta cuando vemos a la gente que está muriendo de cáncer, diabetes, etcétera.

La intención de la tesis es hacerle saber a las personas, no solamente con la enfermedad de la obesidad, que sí hay una solución real, que sí se puede vivir mejor, siempre y cuando se replantee la forma en que se quiere vivir y morir, que se recupere la armonía con la naturaleza, para ello se ofrece esta propuesta que intenta reconciliar a las ciencias humanas y de salud para el trabajo con el ser humano dirigiendo su trabajo hacia una relación de cooperación como los órganos y los elementos y la visión de ayudar no se

pierda por intereses monetarios. La base en la que nos apoyamos para proponer una forma de trabajo integral es la teoría de los cinco elementos que implica una forma de vida, la filosofía oriental enfatiza en la recuperación del sujeto, nos ayuda a sentirnos en armonía con nosotros mismos sin importar la complejidad, el color, la edad, o sea, va más allá de lo superficial. Para este trabajo con uno mismo existen muchas alternativas de intervención, sería bueno que la psicología comenzara a tomarlas en cuenta si realmente le preocupa la salud emocional y física de sus pacientes.

El estilo de vida de la sociedad da sentido al cuerpo a partir de lo estético haciendo que la salud quede en segundo término (solo se le pone atención cuando ya se ha desarrollado) y es esta misma sociedad la que va afectando el sentido de alimentarse de las personas donde ya no importa el comer para vivir cosa que también tiene un trasfondo político (las compañías agroalimentarias occidentales compran CíAs de semillas a países en vías de desarrollo para poder vender semillas genéticamente modificadas y controlar así el mercado mundial de alimentos, esto además hace peligrar la biodiversidad a través de la pérdida de semillas tradicionales, los métodos utilizados por esos alimentos llamados transgénicos alteran el equilibrio de la naturaleza, se contamina el agua, la tierra, los alimentos).

Aun que conscientemente se evite todo contacto con aquello que en determinado momento ocasiona el desequilibrio, el cuerpo guarda en su memoria todos esos sucesos significativos como emociones, miedos, angustias, rencor, sensación de abandono; emociones que se van depositando en un órgano permanece ahí dominando a otros órganos, desequilibrando el ciclo de cooperación el desequilibrio de un órgano que domina a los demás vía una emoción, es consecuencia de la cultura, la sociedad, la política, la economía y demás factores externos que van formando la historia corporal de las personas y que explicara como en algún momento de su vida aparece una enfermedad.



ANEXO 1

**ENTREVISTA**

## ENTREVISTA QUINCE

E-¿Cómo te llamas?

B- BLANCA

E- ¿Cuántos años tienes?

B- tengo 23 años

E-¿Cuánto mides?

B- mido 1.70

E- ¿Cuanto pesas?

B- la última vez que me pese pesaba 103

E- no se si tu sepas ¿como fue la historia del embarazo de tu mamá

B-no

E- que numero de hija eres

B- la tercera, la ultima

E- entonces no sabes como fue el embarazo de tu mamá que cuidados tuvo

B- no, lo que pasa es que , mi mamá dice que en todos sus embarazos estuvo trabajando, ella trabajo en una tienda de autoservicios, entonces lo único que tenia para disfrutar de sus embarazos eran los cuarenta días antes y los cuarenta días después que dan en el trabajo, pero yo le pregunto y ella me dice que no se acuerda de gran cosa

E-Fue parto natural

B- si eso si

E-Que edades tienen tus hermanos

B- una tiene 29 y mi hermano que me sigue tiene 24

E-estuvo con tu papá en sus embarazosa, se llevan bien

B- si estuvo con ella, y pues si se llevan bien , salvo los problemitas comunes, pero realmente no se como haya estado la situación durante el embarazo, por que supuestamente después de que tuvo ha mi hermana el mayor, se volvió ha embarazar pero muy seguidito, entonces ella quería tener el apoyo de mi papá, pero mi papa no se lo dio exactamente no se que paso, pero mi mamá tuvo un aborto, entonces aborto a ese bebe por que se sentía muy presionada con el trabajo, con mi hermana y que mi papá no le ayudaba , entonces después pues si se llevan un buen de tiempo mi hermana de 29 y mi hermano de 24

E-Te dieron pecho

B- no mucho de hecho nada mas fueron los cuarenta dias después de que yo nací, por que mi mamá tenia que ir a trabajar, y aunque si me dejaba a veces leche, no nos amamantaban

E-¿y después te daban leche de formula?

B-si

E- ¿Cómo a los cuantos años te lo dieron?

B- como al año o a los dos años no se, pero mi abuelita que era la que nos cuidaba, acostumbraba a quitarnos el biberón casi enseguidita, aun que quien sabe, por que, mi hermano tomo biberón hasta los cuatro años,

E-Que tipo de alimentacion les daba tu abuelita

B-Ella si nos hacia desde las papillas, que jitomatito, el pollito , el higadito, todo, la leche, me acuerdo mucho que iba a leche a un establo, y me acuerdo mas por que yo la acompañaba, nos daba la nata, era una natota con pan y es era nuestra cena, que mas, en el desayuno antes de ir al cine era nuestra leche y un pan y huevos si querías, y este, en la comida normal sopa guisado, frijoles pero a mi no me gustaban , cuándo íbamos a la primaria ella nos hacia una torta de frijoles en la mañana y un vaso de leche y en la comida sopa y ya sea carne, verduras o pollo y de cena un vaso de leche a lo mejor un huevo, acostumbraba darnos un huevo tibio con limón y sal ,pero que asco, Y ya después un tiempo nada mas cenábamos y si querías pues ya

E-¿Con quien vivían ustedes?

B- vivía en mi casa pero en las mañanas muy temprano nos iban a dejar ala casa de mi abuelita y todo el día la pasábamos con ellos y nada mas llegábamos en la noche a dormir y al día siguiente era lo mismo por que la escuela estaba cerca de la casa de mis abuelos

E-¿Quiénes mas vivían con tus abuelitos?

B- Mis abuelitos, otros tres primos chiquitos, bueno una prime que es de mi edad y dos mas pequeños, que también eran de una tía que trabajaba en una tienda de autoservicio y por eso se los dejaba a mis abuelitos y mis hermanos y yo y una tía muy joven pero ella casi siempre estaba trabajando

E- Como era la manera en que te educaban tus papás y tus abuelitos

B-Mi abuelo era muy exigente era una persona con un carácter muy fuerte, autoritario muy regañón yo recuerdo que éramos niños y nos gustaba hacer ruido y jugar y gritar, y a el no le gustaba el ruido, entonces, el nunca nos pego, nunca nos grito groserías ni nada, pero nada mas se nos quedaba viendo y era una miradas penetrantes de que o te estas o te estas y pues no, de cierta manera si reprimía nuestros juegos. Por ejemplo cuando se enojaba mucho de que estuviéramos haciendo ruido, nos mandaba que nos encerráramos al cuarto de mi abuelita a ver televisión hay estaba la televisión a el no le gustaba que la televisión estuviera en la sala. Mi abuelita por otro lado era mas no consentidora si nos regañaba pero era como mas tolerante hacia nosotros y hacia nuestro juego, nada mas nos daba una nalgada, pero nunca nos gritaba groserías. Mi papá casi no se metía en la educación de ninguno, por que como el trabajaba nada mas llegaba por nosotros y nos íbamos ala casa a dormir, pero el tiene esa costumbre de regañar muy feo a gritos y de insultar a la gente , entonces había ocasiones en que si nos decía eres un tonto eres menso, mira lo que estas haciendo. Mi mamá es muy tranquila pero en ese entonces como tenia las presiones del trabajo y de tener que llegar los días que descansaba a limpiar a veces si se ponía como histérica y me acuerdo que sobre todo a mi s me regañaba mucho

E- ¿Por que?

B- por que dicen que de chica yo era muy traviesa, lo que pasa es que mi hermano es mas tranquilo y yo mas activa , entonces yo era la que decía: vente vamos a jugar con esto, vente vamos a jugar con el talco, ósea, era muy ocurrente y lo jalaba a el y entonces decía que yo

era la mala influencia...me acuerdo mucho de una vez que estaba yo jugando con un botecito de resistol cinco mil que era mi muñequito y se me callo y se me ensucio mi vestido nuevo y mi mamá me regaño horrible y esa vez si me pegaron

E- te pegaba muy seguido

B- cuando se desesperaba

E- nada mas tu mamá

B- nada mas, mi papá nada mas una vez nos pego de hecho, el nada mas nos pegaba si rompíamos algo o si agarrabamos algo que no debíamos agarrar pero cuando nos pegaba era en serio, me acuerdo que una vez le pego a mi hermano con la orillita del refrigerador ya vez que es de plástico, por ejemplo el iba hacer instalaciones eléctricas y una vez nos pego con el cable y también en una ocasión el tenia un cinturón muy grueso de cuero y ese cinturón le teníamos pánico ya nada mas hacia como que se le quitaba y ya con eso nos deteníamos por que si cuando nos pegaba con ese si era muy feo... casi no nos pegaba pero cuando hacíamos algo muy fuerte o que no le parecía o estaba muy enojado entonces si empezaba.

E-¿Y quien era para ti la imagen de mas autoridad?

B- mi abuelito, bueno mi papá Manuel, por que no le gustaba que le diluirán abuelo

E- Y hasta que edad estuviste con ellos

B- hasta quinto de primaria, lo que pasa es que hubo un problema, por que mi papá Manuel tenia su consentido, y eran los hijos de mi tía patricia, entonces una de sus hijas Griselda que es la que me sigue era muy chillona muy berrinchuda, entonces, mi hermano y yo jugábamos y ella quería jugar pero como era tan chillona nos acusaba siempre lo que

hacíamos no lo metíamos en nuestros juegos y en una ocasión lloro y nos fue a acusar con mi abuelo y el se enojo , yo supongo que ese día el estaba enojado por otra cosa, el chiste es que el regreso fue con nosotros, nos regaño y nos dijo que “no tenia por que estarnos soportando y nos corrió de su casa a mi hermano y a mi, ya a mi hermana no por que ella estaba en ese entonces en pepa mi hermano iba a salir de sexto y yo estaba en quinto , entonces nunca les contamos eso a mis papas pero el y yo decidimos pues irnos solos a nuestra casa por que no nos gusto como nos trato, entonces, se lo comentamos a mi abuelita y lo que hacíamos era nos llevábamos la mochila a nuestra casa cosa que no hacíamos antes , y en la mañana mi papa nos dejaba en la avenida de la escuela y ella desde la esquina nos esperaba y nos llevaba a la escuela y de regreso igual , nos esperaba en la esquina veía que estuviéramos bien y nos acompañaba a tomar el camión y ya nos íbamos solitos a nuestra casa

E-y tus papas sabían que se iban a su casa

B- si, se lo sospecharon por que ver que ya nos llevábamos las mochilas decían y ahora por que y mi abuelita si le contaba a mi mamá, pero nosotros no le dijimos fue por mi abuelita

E-¿Entonces estuvieron solos ustedes?

B- desde la primaria y ya siempre

E- hasta ahorita

B- No, mi papá tiene un taxi. De hecho antes en el día trabajaba en la secretaria de recursos hidráulicos y en la tarde manejaba un taxi entonces por eso todo el día no estaba, mi mamá trabajaba todo el día en la tienda de autoservicio

E- y actualmente esta en tu casa

B-si, ahorita así, pero también estuvo un tiempo cuidando a mis primos y también se iba todo el día

E- Y quien se encargaba de los quehaceres y la comida

B-los quehaceres todos mis hermanos y yo, mis papas nada mas los fines de semana

E- ¿y la comida?

B- ahí fue un desajuste muy fuerte que hubo por que mi mamá llegaba hasta las siete u ocho de la noche, entonces... mi mama le dejaba dinero a mi hermana para que hiciera o comprara algo de comer pero ella también llegaba hasta las tres o cuatro de la tarde de la prepa entonces veníamos comiendo como a las cinco o seis de la tarde. Desde las ocho de la mañana, a veces ya ni siquiera el vaso de leche que nos daba mi abuelita, entonces si se hizo un desajuste bien feo en los horarios, si llegábamos a tener dinero mi hermano o yo, que generalmente es el que tenia, lo que hacíamos era comprar golosinas chulerías o por ejemplo siempre quedaba pan de la noche anterior y pan comíamos y ya a las tres o cuatro de la tarde que nos iban hacer algo de comer ya no teníamos hambre y cenábamos hasta las diez de la noche pero ya no cenábamos, aun que yo me acuerdo que por lo mismo de que mis papas llegaban tarde nos sentaban a tomar leche y yo me daba unos atracones de comida muy fuertes y en la noche vomitaba,

E- comías mucho

B-si, de hecho siempre me recriminaban, *hay que comes mucho por eso estas tan gorda*

E- desde cuando comienzas a subir de peso

E- dice mi mamá que cuando yo iba en el kinder *estaba gordita*, ella creía que por que estaba creciendo, de hecho era de las mas altas del kinder, cuando entre a la primaria fui subiendo de peso, siempre he tenido ese problema, nunca ha habido un momento en que supuestamente se supondría que por crecimiento pues tiendes ha adelgazar no, en mi caso no, siempre *crecía pero pareja no tanto de lo alto como de lo gordo*, nunca, nunca, baje de peso, jamás siempre he sido así.

E- y actualmente como es tu forma de comer, por ejemplo ¿tienes horario de comidas?

B-no, no, no por que me acostumbre mucho tiempo a pasar sin comida, y aun que en la prepa fue cuando me sentía yo mal ¿no? Por como me veía por lo que me decían, pues empecé hacer dietas, empecé ha dejar de comer, y empecé hacer muchas tonterías y fue cuando dije no, "necesito cambiar mis hábitos alimenticios", empecé a buscar horarios de comida, pero mi horario de la escuela no me lo permitía por que tenia que salirme a las seis de la mañana de mi casa y llegar a la escuela y no llevaba dinero nunca he llevado mas que para el camión, entonces llegaba a la prepa estaba ahí un rato a lo máximo que podía yo comprar era un yogurt pequeñito, hasta las dos de la tarde que llagaba yo a la casa y no había nada de comer

mas que pan , entonces me comía yo un pan, entonces era hasta las ocho de la noche que se hacia mas o menos algo de comer.

E- ¿tu comías ya con tu familia hasta la noche?

B- nada más con mis hermanos, por que mis papas aunque llegaran ellos se preparaban de cenar pero venían cenando hasta las diez de la noche, y ha esa hora yo ya tenia que dormirme para poderme levantar temprano, los días que si comíamos mas o menos adecuado era los fines de semana por que si hacíamos un desayuno una comida y una cena

E- y ahorita

B- ahorita que estoy en la universidad peor tantito por que entro en la tarde y hago dos horas a mi casa

E- Donde vives

B- en ciudad azteca... hora y media o dos horas me hago, entonces, en la mañana me paro a las nueve o diez desayuno como a las diez sola , me salgo como a las dos, antes de venirme no tenia yo hambre , pero no como y me vengo y en la escuela estoy hasta las diez de la noche

E- Y en la escuela no comes

B- no, por que no traigo dinero y por que pues realmente algo que comer aquí , eso de irme meterme a una cocina económica y perder mas de media hora mientras lo preparan, a veces, y si no pues comprarme una torta o una hamburguesa y no , aparte de que es caro

Pienso que menos voy a bajar de peso con eso, entonces estoy a las diez de la noche que llego a mi casa sin comer y a esa hora como, como a lo mejor hay comida de la que hizo mi mamá el dia anterior o ya nada mas ceno cereal y entonces paso mucho tiempo sin comer y no como bastante pero si como cosas que no debo de comer

E-¿Cómo que te gusta comer?

B- que me guste, pues a todo le entro todo me gusta

E- Por ejemplo tú comida preferida

B- tanto como preferida... me gusta mucho la tinga y el espagueti

E- y cual seria tu sabor favorito

B- el helado, me gusta lo dulce, o el capuchino frío, ese me mata

E-¿actualmente con que tipo de servicio medico cuentas?

E-tengo el seguro facultativo, pero tengo e problema de que antes de ir yo con Arcelia. Te digo yo he pasado por muchas dietas, montonal de dietas, que la dieta del agua, que la dieta de la luna, que la dieta del pollo, que una dieta que usan los cardiólogos para cuando van ha hacer intervenciones a corazón abierto y bajas rapidísimo

E- y te ha funcionado alguna de ellas

B-no

E- últimamente una amiga me dijo que ella bajo 12 kilos yendo con un nutriólogo pero de esos de los balines , entonces lo probé y si baje de peso, pero igual eran cien pesos a la semana y hubo un momento que lo deje por que ya no tenia dinero y estaba muy extraña la dieta por que me quitaban las frutas y me dejaban comer un montón de carne y luego me la cambiaban y me

daban frutas pero no coima nada de carne entonces estaba medio rara...pero con esa llegue a bajar hasta diez kilos

E- y como te sentías

B- hay al principio si me sentía muy descompensada, muy débil tan solo el estar sometida a luna dieta me ponía de malas el ver que todos los demás podían comer lo que quisieran y yo con mi lechuguita, me enojaba, me molestaba mucho y llegue a bajar y lo deje por falta de dinero

E-Hace cuanto que pasó esto

B- tiene poco, máximo como un año, no me acuerdo muy bien y lo deje y subí 12 kilos, baje 10 subí 12, entonces , la ultima vez que yo hable con esa nutrióloga yo me solté a llorar con ella, y le dije: "es que no es posible que yo hago todo"... , me puse muy, muy mal y ella me dijo que si yo siempre había estado así gordita y yo le dije si, y ella me dijo: *es que a lo mejor tienes un problema hormonal o un problema de otro tipo, por que no vas con un endocrinólogo* y fui con un endocrinólogo me salio con que tenia yo un problema hormonal no de la tiroides sino a nivel de ovarios me mando hacer muchos estudios supuestamente yo no produzco estrógenos tenia altos los niveles de prolactina, y quien sabe que tantos términos médicos me manejo total que , ah, ella lo primero que me pregunto era que si reglaba, y le dije que en ese momento tenia dos meses de no reglar

E- eres muy irregular o que

B- no, yo siempre había sido muy regular pero en ese momento en especial yo tenia dos meses de no reglar, entonces con los análisis que me mando hacer ella me dijo que tenia un problema hormonal y me mando unas pastillas que son estrógenos combinadas con no se que otra cosa, pues hormonas no, y me mando el genical que era para bajar de peso por que mi problema hormonal se debía a que tenia mucho sobrepeso y que ha su vez yo no iba a poder bajar de peso si no corregía el problema hormonal, entonces me mando eso y baje dos kilos , pero después en ese tiempo conforme iba bajando me sentía muy mal, me sentía muy mal, me dolía mucho la cabeza, y se me disparo la presión arterial, volví ha ir con ella y me mando esa que le dan a los hipertensos *captopril* y me mando *medformida* que después averigüe y es una pastilla para diabéticos , y en mis estudios salio que tenia niveles de azúcar muy bien, y el colesterol y todo eso, entonces, también ella me cobraba 260 pesos cada quince días o cada mes, mas el medicamento que el *genical* costaba 500 pesos una cajita , el *captopril* 180 y la *medformida* 80 ,me daba otras pastillas que supuestamente eran a base de algas marinas para bajar talla y no me acuerdo que otra cosa y las hormonas costaban 150, entonces, yo tengo mi beca de aquí de la escuela y con eso lo pagaba pero realmente en una sentadita se me fue toda mi beca y aparte me sentía muy mal fue cuando le comente mi problema a Gerardo Chaparro y el me dijo que tal vez deberíamos buscar otras alternativas y me mando con Arcelia. Y ahí fue cuando yo estuve yendo con Arcelia y estuve encontrando muchas cosas muy interesantes y muy extrañas también cosas de las que ya no me acordaba me mando ella un te de cola de caballo, me mando un montón de cosas, pero naturales, y me dijo que tenia los intestinos inflamados pero deje de ir también por el dinero

E- y ahí como te sentías

B- me sentía bien tan solo con que alguien me escuchara sin juzgar , su explicación de lo que me daba para mi era mas convincente y aparte ya no tenia que estar tomando medicamentos tan costosos que me hacían sentir mal de hecho fue bien raro por que en ese momento se me fue el dolor de cabeza, y ya me sentía mas tranquila, yo no , ni siquiera , no me sometí a ninguna dieta , pero tan solo con el tratamiento ya, ella me dijo que primero tenia que saber los orígenes de mi enfermedad , pero no meterme la idea de que tengo que estar a dieta y que tengo que tener a tu policia que te este diciendo no comas esto, no comas esto otro, pero lo deje por que mi hermana se embarazo y ella es en gran parte el apoyo económico de mi casa y yo ya no tenia dinero para seguir yendo

E- Pero por que tu tienes que dar algo o que

B- no ella es la que me daba para las consultas y es que a mi beca me la dan cada mes pero de esa beca yo reparto una parte para mis papas para ayudarlos por que el ya es pensionado y no saca mucho del taxi y mi mamá a pesar de que tiene el trabajo cuidando a mis primos no es mucho lo que saca, otra parte es para materiales en cosas que yo necesito de la escuela que lo ultimo que hice fue comprarme mi silla para la computadora por que ya tenia problemas de columna , otra parte es para ropa o zapatos y generalmente en eso se me iba mi beca y mi hermana era la que me apoyaba para mi terapia y ella se embaraza y le vienen muchos problemas económicos por que tenia infecciones vaginales, infecciones en las vías urinarias

E- ¿Cómo son las relaciones con tu familia: con tu papá, con tu mamá y con tus hermanos

B-Con mi mamá hay muchas broncas o hubo muchas broncas ahorita ya esta mas estabilizada la relación pero yo si le recriminaba muchas cosas a mi mamá, si nos peleamos, por que siento que a mi me exige mucho siento que a pesar de todo lo que yo hago esta mal, o sea, o no esta mal pero nunca hay una retribución, nunca hay que bueno que hiciste tu esfuerzo si no que siempre *ha si que bueno*

E-tus hermanos estudiaron

B-si, bueno mi hermana, mi hermano nada mas hasta la prepa y mi hermana si termino su carrera, pero a veces si siento que hay ciertas preferencias cuando era yo mas pequeña mi mamá hacia ciertos comentarios

E-como que

B- nos comparaba a mi prima Griselda y a mi , mi mamá era muy despectiva conmigo y con ella era *y tu como estas Gris* y a mi me repateaba, y yo siempre senti que relmente mi mamá a mi no me queria y se lo he dicho

E- y que te dice

B- me dice que estoy loca

E- que comentarios te hacia, no se si tengas la confianza de decírmelo

B- En una ocasión , *yo ya estaba gordita*, estábamos en la casa de mi abuelita, yo ya habia visto hacia un mes antes un vestido muy bonito en la tienda de autoservicio donde trabajaba mi mamá, en un gigante, y le dije que si me lo compraba y dijo que no por que no tenia dinero y



después me dijo que no por que no tenia dinero, y dije bueno ya ni modo, pero si lo quería y un dia llego mi tía y llevaba el mismo modelo de vestido pero lo llevaba para su hija , para Griselda, entonces yo me quede de a seis, cuando llega mi mamá mi tía le dice hay que bonito vestido esta muy bonito, de quien es, yo le dije : no pues se lo compro patricia a Griselda, y agarra y dice mi tía Paty pues deberías de comprarle uno a Blanca están muy bonitos y muy baratos , y mi mamá en ese momento dijo huy no deja de que estén baratos a blanca nada le queda

E- Y que hiciste tu

B-en ese momento yo me quede seria y me salí del cuarto y me fui al otro cuarto a llorar en un rinconcito que estaba entre el ropero de mi tía y el ropero de mis abuelos, entonces estaba yo ahí llore y llore, entonces llega mi prima con su vestido nuevo y me dice mira mi vestido que bonito esta, y me dice *mi mamá a mi si me quiere mucho* , pues era una niña pero son cosas que te afectan, bueno a mi si me afectaron, y así eran detallitos de que ...cuando yo entre a la secundaria , yo iba a la secundaria de mi casa y mi prima Griselda entro en la secundaria pero a la que esta cerca de la casa de mis abuelos, en una ocasión mi mamá fue a ver a mi abuelita y cuando regreso a mi casa me dijo *ya viste que gorda estas* , a si sin mas ni mas y yo me quede así, deberías de ver a Griselda ya esta bajando de peso y tu sigues igual, entonces eran comentarios muy, muy hirientes, muy despectivos y sobre todo, y se lo he dicho a mi mamá y a mi hermana con la que tengo mas confianza, (llora) *si yo tengo que luchar todos los días con lo que la gente en la calle me grita, con lo que la gente piensa de mi sin conocerme lo menos que yo puedo esperar es que mi mamá me apoyara o sea al menos mi mamá, yo siempre se lo he recriminado pero pues ...hasta hace unos meses fue cuando mi mamá se dio cuenta de lo mucho que mi había afectado eso, cuando yo me fui al grupo victoria yo le dije: me voy ha ir a una hacienda a escribir mi vida y no vamos a comer no vamos a dormir y mi mamá me dijo: como que no vas ha comer que te va ha pasar, yo le dije nada no me voy ha morir por no comer y entonces mi mama me dijo es que yo no quiero que tu sufras pero pues me di cuenta de que realmente me habia lastimado sin quererlo, pero el daño ya estaba hecho. Y es algo que yo me quede, pues si ya paso tanto tiempo como puede dolerme tanto pero cuando yo.*

E- Oye y si te molestaban mucho

B- *En el kinder no me querían porque como era yo mas grande y mas gordita pues decían que les iba a pegar y me tenían miedo, entonces yo casi siempre me juntaba con niños las niñas me decían que yo no era una niña , y en la primaria eran los insultos de mira la marrana , mira la gorda no hay que jugar con ella , hasta había un jardín cerca de la casa de mi abuela y yo en las tardes me iba a jugar al jardín con mis primos y me acuerdo que en una ocasión estaba en los columpios y llegaron una bola de niños y niñas y se empezaron a burlar de mi y me decían que me bajara por que iba a romper el columpio entonces son cositas que me iban lastimando, o por ejemplo en la calle en lugar de... una vez estuvieron a punto de atropellarme y pues me eche para atrás y la libre pero pues luego, luego , me gritaron por que no te fijas pinche gorda, o sea , siempre ha habido insultos de parte de otra gente hacia mi persona y todavía llegar a*

*mi casa y que los insultos no fueran solamente de la gente que no me conoce si no de mi familia...*

E- Tus hermanos también te decían

B- mi hermana, mi hermana al principio, en el kinder, me dieron un fólter bonito donde guardar mis papeles yo no lo había forrado en de plástico por que no tenia plástico y cuando antes de que lo forrara le di la vuelta y encontré escrito *bola de cebo*, y, lo rompí yo misma lo rompí lo tire a la basura y me olvide de que existía, según yo,

E- y con tu hermano tu papá

B-Mi papá siempre me esta diciendo que *por que no bajo de peso, que estoy gorda que nadie me va a querer que estoy muy joven, o sea, siempre me esta molestando de cierta manera*. Y cuando fui a la hacienda fue diferente, no se que pensaron ellos, el chiste es que cuando regrese me dijo mi papa que el me quería ver delgada pero que no quería que yo sufriera por eso pero el daño ya estaba ahí. Mi hermana es la que después. Mi familia siempre hacia comentarios hirientes hacia como era yo y es cuando yo estallo y les grito que me dejen en paz que ellos tampoco son delgados y que no tienen por que molestarte, cuando mi familia comienza ha callarse sus comentarios, no se si ha dejar de pensarlos por que nadie esta en la cabeza del otro y mi hermana es cuando empieza ha apoyarme mucho y Empieza mi lucha con las dietas y que vamos al doctor y ella es la que me apoya mucho.

E- Cuentas con servicio medico

B- si por parte de la escuela

E- y como atiendes tus enfermedades

B- generalmente no voy al seguro por que es ir a perder mucho tiempo o al menos las veces que yo he estado una vez llegue a las doce y salí a las ocho de las noche y a parte las labores de la escuela no me da tiempo. En el caso de mi obesidad que yo digo que es mi peor enfermedad he buscado muchas alternativas hasta doctores particulares empecé con una nutriologa como a los 15 años, por que yo no lo consideraba un problema, bueno, no es que no lo considerara un problema, si no que , me encerré en mi misma y dije pues ni modo así soy y nunca busque una salida o una solución y entonces es cuando fui con una doctora que es la que me puso los balines pero también me frustré por que baje diez y subí doce, después fue cuando busque un endocrinólogo, por que escuche que ellos también te bajan de peso, a parte, tenia la bronca de que yo ya no reglaba, y todos me decían es que es un problema hormonal

E- A que edad fue eso

B- igual a los 15

E- eras irregular

B- pues yo siempre había sido muy regular , pero cuando Salí del bachilleres que no pude entrar a la universidad, pues fue muy duro para mi y me deprimí, y ya no comía o a veces comía mas y empecé a tener ese trastorno de no reglar y deje de reglar hasta por medio año Entonces yo dije pues esto ya no es normal y me sentía muy, muy mal, y se me junto la depresión y lo de la escuela y una situación que me paso con un chavo que me dolió mucho y

que estaba encerrada en mi casa y que estaba engordaba mas y todo fue como que muy un rollo muy gacho, entonces me voy a buscar ha esta endocrinóloga y ella me receta hormonas

E- te acuerdas que tipo de hormonas

B- bueno el medicamento se llama DIANE y es una combinación de progesterona y estrógenos, como pastillas anticonceptivas y medio se me regula la regla, pero fue muy raro por que al principio ves que son 28 días y 7 de descanso y que en esos 7 tengo que menstruar y era abundante y yo dije hay no pues ahora me voy a desangrar y a si fue durante dos meses

E- y cuanto te duraba

B- como 5 días, de echo siempre había sido así pero no era tan abundante como con las hormonas y aparte me empezaba aserir muy mal tomándomelas por que me mareaba , había veces que, en ese entonces me receto otro medicamentos no me acuerdo para que era pero me tenia que tomar media capsula en la mañana

E- no te acuerdas como se llamaba

B- no, no me acuerdo, era un medicamento tan fuerte que me daba mucho sueño, siempre ha tenido esa bronca de que me da mucho sueño, pero hubo un momento en que la consulta era muy cara y yo no tenia servicio medico por que había salido del bachilleres y no había entrado a la escuela y mi mamá ya no trabajaba y la que me pagaba las consultas era mi hermana

E- has trabajado

B- si en una bodega antes de entrar a la universidad, trabaje por seis meses por que mi jefa me hizo la vida imposible, y una mona que ni era la supervisora me humillo delante de unos clientes

E- que religión practicas

B- católica,

E- la practicas

B- tanto como practicarla no, yo creo en dios, en su poder, en que el creo todas las cosas, en que el me ha ayudado mucho pero no creo en santos, ni en imágenes, no me gusta ir a misa por que siento que para rezarle ha dios necesito estar sola y no necesito ir a un lugar publico ha hacer como que oigo y no oigo nada o que todos recen sin saber lo que están diciendo , pero en mi casa hay conflicto por que mis tíos creen en imágenes y mi abuelita que es católica pues cree en los santos pero se hizo una como lucha de poderes de quien tiene la razón y de que nosotros los católicos nos vamos ha ir al infierno y ellos al cielo , entonces en mi casa no somos muy dados ha demostrar eso por que, no nos gusta que se metan con lo que creemos

E-Que emoción predomina en ti ,

B-pues son dos emociones encontradas, es mucha tristeza y mucho enojo

E- y cuanto pesas

B-103

E- y cuanto mides

B 1.72

E- y el peso máximo que has tenido

B- creo que 117

E- y el mínimo

B- 90

E- a que adjudicas el que ayas subido de peso

B- pues te comentaba que cuando yo me fui ha mi casa, de casa de mis abuelitos, como que la comida se volvió mi refugio, tenia yo la libertad de comer todo lo que yo quisiera y aparte, aliviaba mi soledad, por que si me sentía yo triste comía y como que me calmaba

E- cual es tu concepto de cuerpo

B-pues yo veo un cuerpo delgado y digo que bonito, pero yo no me percibo así y siempre le he preguntado ha otra gente que se siente estar delgado, por que yo jamás lo he sido y entonces pues , mi cuerpo es este que llevo y es el único que he conocido

E- y tu ideal de belleza

B – Yo no creo que la belleza sea algo externo, creo que la belleza se demuestra mas de cómo actúas con la gente, como eres, tus acciones, yo creo que eso es ser bello y ya lo demás es ser guapo ser atractivo, es ser , no se, por que la belleza externa se acaba y eso no lo entiende la gente que siempre buscamos darle gusto a la vista y nunca nos fijamos en la gente por quien es realmente, solo decimos, esa mona nada mas por que esta medio feita no me gusta, o a aquella me cae mal por que esta así y así, pero nunca nos damos la chancee de conocerlo

E-Tu como ves tu cuerpo

B-yo me considero una persona enferma por que la obesidad es una enfermedad pero a parte por todas las enfermedades que acarrea, o sea, yo estoy propensa ha ser diabética a ser hipertensa y un montón de cosas, pero yo siento que mi cuerpo si demuestra mas de mi enfermedad pero como que mi enfermedad no tiene un origen orgánico o psicológico yo siento que va mas allá

E- cuantas parejas sexuales has tenido y cuantas parejas

B- yo no he tenido relaciones, parejas yo no he tenido tampoco, si me gustan muchos pero tengo la mala suerte de que los que me gustan les gustan mis amigas y pues ni modo no y el único que ni siquiera fuimos novios pero me agarro de juego fue David ¿si te acuerdas?\*

E- Que haces en tus ratos libres ¿Cómo te diviertes?

B- tanto como divertirme no, yo en mis ratos libres me calmo, por que siempre estoy como muy nerviosa ansiosa, soy muy preocupona, muy aprehensiva, cualquier cosita que me dicen, no es que me lo tome a mal pero si me pegan duro las cosas que me dicen entonces yo lo en míos ratos libres lo que procuro hacer es , hago muchas cositas para regalar, hago canastitas , hago cosas de fumi, fieltro, me pongo a tejer, leo, me gusta mucho leer, pero no cosas de la escuela, no se, mis libros favoritos son los del señor de los anillos, toso eso para calmarme, para relajarme, oír música y es algo bien chistoso a mi no me gusta estar sola por que me trae malos recuerdos de cuando quería entrar a la escuela y que me ponía a llorar, que me sentía muy sola que nadie me veía y yo quería gritar y nadie me escuchaba y ahora si me gusta la soledad pero nada mas de vez en cuando para estar sola conmigo, con música o con lo que quieras pero conmigo

E- y con tus amigos

B son muy poquitos, a todos los de mi salón les hablo pero amigos, amigos, desafortunadamente mis amigas viven muy lejos y para estarme transportando son dos horas, los fines de semana pues hago los quehaceres de la casa por que entre semana no estoy y pues casi no salgo a fiestas con ellos, no soy muy fiesteras y con quien yo me junto si son muy fiesteras muy de antros y de madrugada, entonces van sus novios por ellas, o están con sus novios, o van sus papas y pues a mi mis papas ni van mi hermana que es la que manejaba ya no puede y yo so me animo a manejar sin licencia , entonces no me lanzo me quedo aguardadita en mi casa

E- alcohol, tabaco o droga

B- no, nunca me he drogado, fumar tampoco por que mi abuelito murió de cáncer pulmonar y si de por si me considero una persona enferma y echándole mas. Y tomar, tomo muy poco en ciertas ocasiones, pero no me gusta por que me da sueño

E- y antecedentes de enfermedad o alcohol

B- mi papá es diabético, mi abuelo también, mi mamá es diabética hipertensa, mi abuelita tiene glaucoma, mi abuelo murió de cáncer de pulmón

E- Algún abuso

B- mira mi papa es de Chiapas y sus hermanos llegaban a venir a me3xico pro algún negocio o algo y se quedaban en mi casa, en una ocasión se fue la luz en mi casa y estaban cenando mis papas y yo me fui a la sala y me fui a refugiar con uno de mis tíos por que me dio miedo tenia yo como cinco años y el me toco ,sin que mis papás se dieran cuenta me toco, pero yo no sabia que era malo ya hasta después me di cuenta y ya no quería estar cerca de el, ni de otro hombre

E- y tu proyecto de vida

M-terminar mi carrera, trabajar con niños, casarme, tener gemelos, estar tranquila, no ambiciono muchas cosas, tener lo básico que no me falte nada a mi ni a mi familia ya sea a mis hijos y a mi esposo y a mi familia extensa yo si quiero siempre ayudarlos

## Bibliografía

- Alperovich. B (1998) Génesis y percepción de la obesidad o ¿come y quédate quieto! Revista de psicoanálisis (45) 5
  
- Álvarez y cols (1998) “Aspectos psicosociales de la alimentación” .En: psicología y ciencia social (2) 1 pp. 50-59-Baeber. S y cols (1995)” Los extremos en los trastornos alimentarios: anorexia y obesidad”. Revista iberoamericana, 3 (2) 20-34
  
- Berman Morris ( 1987 ) El Reencantamiento del Mundo. Santiago de Chile. Cuatro vientos
  
- Braier. L. O (1988) “fisiopatología y clínica de la nutrición , Cáp.8. Obesidad. Argentina Editorial medica panamericana.
  
- Bowman. W (1985) Nutrición y dieta de Cooper. México Editorial interamericana. SA de CV cuarta edición en español.
  
- Capra Fritjof (1992) El punto crucial. Argentina. Troquel
  
- Calzada. L. R (1993)”tratamiento de la obesidad en niños ventajas y desventajas revista de endocrinología y nutrición. (1) 2 40-43
  
- Campos. G “Migraña un intento de aproximación psicológica. En : lo corporal y lo psicosomático Aproximaciones y reflexiones II 2001 . México CEAPAC
  
- Castro .M. G (2000) obesidad. México: MC Gaw Hill interamericana.
  
- Cohen Segovia. G (1975).” La enajenación y detección de los medios de vida La psicología en la salud publica. México: Extemporáneos

- Chiprut, Castellanos, Hernández y cols (2001) “La obesidad en es siglo XXI. Gaceta medica México (137)4 323-340
  
- Claire. M (1995) “la somatización” Revista de psicoanálisis (4) 4 58-73
  
- Clayton. L Thomas. (1997) “Diccionario Medico Enciclopédico. Editorial Manual Moderno. 4 ed. México
  
- Corona G. A (1998)” EL gobierno del cuerpo” Psicología y ciencia social (2) 13-14
  
- Duran. N (2002) “incorporación de la intuición por medio del cuerpo” en: Lo corporal y lo psicosomático I . México .CEAPAC
  
- Duran .N ( 2004 ) “ cuerpo, intuición y razón Mexico CEAPAC
  
- Fanghanel.S (2001) “obesidad: principal problema de salud del nuevo siglo. Revista de endocrinología y nutrición (3) 2 48
  
- Flores Gonzáles. J (2002)” Identidad psicosomática del adolescente mexicano urbano”. Tesis de Licenciatura. FES- Iztacala UNAM
  
- Gómez. G. P (1998)”imagen corporal” En: Psicología y ciencia social (2) 1 pp. 28-33
  
- Florescano. E (2004)”Imágenes de la patria, los orígenes: la diosa madre” .México .La jornada 2004. p2-8
  
- Fundación Mexicana para la salud 2002.

- Grigorieff. G (1992) "Acupuntura y digito presión" ..2 ed. Traducción Gioia. J Argentina. Lidiun
- Hashimoto. M (1990) "Acupuntura japonesa". Sexta edición México. Serie La naturaleza en la salud.
  
- Holtz. V ( 1998) "Pareja sexualidad y trastornos de la alimentación" 2 ( 1) 44-49 Psicología y ciencia social.
  
- Juárez (2001)"cirugía en la obesidad mórbida " revista medica del IMSS (39) 1-3
  
- Juárez Arellano. G. S (2002) "Una aproximación psicológica de las enfermedades psicosomáticas y de abandono corporal" tesis de Licenciatura en psicología. México. FES- Iztacala. UNAM
  
- Kowensk. L (1991) "proveer de palabras al silencio: Lo psicosomático" Revista de psicoanálisis (48) 3-4
  
- López Ramos S (2000) Prensa cuerpo y salud en el siglo XIX Mexicano 1849-1900. Porrúa, CEAPAC, México
  
- (2000)" Zen y cuerpo humano". CEAPAC, México Verdehalago.
  
- (2001) "Lo corporal y lo psicosomático I". México CEAPAC.
  
- (2002) "Lo corporal y lo psicosomático II" México CEAPAC.
  
- (2003) "Lo corporal y lo psicosomático III" México CEAPAC.
  
- López. A y cols (2001) "enfermedades asociadas a la obesidad" En: Revista de Endocrinología y Nutrición (9) 2 pp77-85



- Lolas. F (1992) "Obesidad y conducta alimentaria". Acta psiquiátrica y psicológica de América latina, 38 (2) 113-118.
- Moreno. B y (cols). (1997)."Obesidad presente y futuro". Libros príncipes. Biblioteca. Aula medica. Madrid
- Nietzsche. F (2004) "Ecce Homo" (ED) .México. Grupo editorial Tomo
- Pujadas M. J. J (1992) "El método biográfico: uso de la historia de vida en ciencias sociales" Madrid.: centro de investigación sociológicas
- Raich. M. R (1998) "Definición, evolución del concepto y evaluación del trastorno de la imagen corporal" .En: revista de psicología y ciencia social (4)1 pp.15-26
- Rang. H. P y cols (2000) "farmacología". Cáp.23. obesidad. Editorial Harcourt
- Roth Geneen (1991)"Cuando la comida sustituye al amor". Barcelona. Urano bolsillo.
- Roche. E (2000) Obesidad: México. Franz Martín Bermuda
- Szamos K: (1994) Comer compulsivamente, como romper la esclavitud: laberinto hacia la libertad . México: Alpe
- Saldaña y García (1997) "Tratamiento multicomponente de la obesidad crónica: terapia de conducta, dieta y actividad física". Aplicaciones clínicas a la evaluación y modificación de conducta: Estudio de casos. Madrid. Pirámide.
- Saldaña y Rosell. R (1998) Obesidad. España: Martínez Roca

-Sistema epidemiológico y estado de defunciones  
CIE-10 INEGI /SSA.

-Thorwald, Rudiger. (1993). "La enfermedad como camino". Barcelona.  
Debolsillo

-Virselada. J (1995)" Autoimagen y alimentación. Un estudio preelimina en  
Psicología iberoamericana 3 (2) 35-39

-Zarate Basurto, saucedo (2001)" La obesidad". Revista de la facultad de  
Medicina UNAM (44) 2, 66-74

-Zhonggua, Z. G (1979) "Fundamentos de acupuntura y muxibustion".  
Ediciones Lenguas extranjeras. China, Versión castellana de Zang Jun y zheng  
Jing