



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA**

**“UNA APROXIMACIÓN PSICOLÓGICA, AL PROCESO DE  
CONSTRUCCION DE LA PSORIASIS, COMO UNA ENFERMEDAD  
PSICOSOMÁTICA”**

**MARTHA PATRICIA HERNANDEZ REYES**

PARA OBTENER EL TITULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

**COMISIÓN DICTAMINADORA**

Lic. Gerardo Abel Chaparro Aguilera

Lic. Arcelia Lourdes Solís Flores

Lic. Irma Herrera Obregón

Tlalnepantla, Edo. de México 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

El único poder mayor a nosotros existente y es un ser superior como cada quien lo conciba, del cual formamos parte. Asimismo, formamos una misma unidad con esta fuente de amor. Gracias Padre Celestial, por amarnos y por nuestro libre albedrío, con el cual decidimos, te reconocemos y tenemos nuestra fe puesta en ti.

Decía George Orwell que “Si la libertad significa algo, es poder decirle a la gente aquello que no quiere oír”. Esto ocurre con el presente trabajo, y es dedicado a los entrevistados, además de aquellos que tienen el discurso médico, y a todas aquellas personas que creen tener solución a sus problemas en la medicina alópata.

Mami, este fruto es gracias al trabajo en equipo que a lo largo de mis 23 años hemos formado. Gracias por tu amor, que día a día me demuestras y que ahora cosechamos parte de tus semillas en este logro, que tanto esfuerzo nos ha costado.

Vido, es difícil expresar en palabras mis emociones, pero lo que si te puedo decir es que esta nueva experiencia la estoy disfrutando tanto como tú, agradezco tu apoyo incondicional en esta etapa de mi vida, gracias por ese rico amor que día a día me nutre y me crea un para qué en mi vida.

A mis tías Eva, Irma y Ángela, les agradezco sus enseñanzas, su apoyo incondicional. “Recordar que la naturaleza nos ha dado dos oídos y una sola boca, para enseñarnos que vale más oír que hablar” Zenón.

A mis tíos Félix, Mauri y Librado, agradezco la figura paternalista que en ciertos momentos me ayudaron a seguir creyendo en mis ideales “Los hombres son casi iguales por naturaleza. La práctica los hace distintos” Confucio.

Dana, Manuel, Guichito, Carlos, Mayra, Vania, Yael, Yasael, Pao, Alexia, Monse, María<sup>F</sup>, Pamela<sup>F</sup>, Luis Antonio<sup>F</sup>. Los quiero mucho, el tiempo va corriendo y me reflejo en ustedes, por las etapas que pase, por las que me faltan por pasar, pero sobre todo entiendo que la vida tiene un inicio y un fin, el cual el vivir la vida con honestidad, responsabilidad y amor es la forma en como crece el ser humano.

Liliana, Bere, David, Luis Abraham, Jazmín, Juan Carlos, Andrés y Emmanuel, doy gracias a Dios por haberlos conocido y tenerlos presente en mi vida, agradezco su hombro, su cariño y sus palabras, ya que sin ustedes sería imposible estar con ánimo, motivo y felicidad en este camino de mi vida y esta etapa que concluí.

Agradezco las enseñanzas, reflexiones y las clases tan interesantes al Profesor Gerardo, al igual que mi trabajo personal y el poder indagar hacia mi interior.

A la Profesora Irma, agradezco su sonrisa, su buen humor, sus enseñanzas y cuando comparte sus conocimientos, además los pinchazos de acupuntura que me han ayudado a salir adelante en mis desequilibrios corporales.

A la Profesora Arcelia, agradezco sus exigencias y sus discursos tan convincentes para haber llegado a la elaboración de esta tesis, aclarándome dudas antes de la elaboración de la misma.

Agradezco a los profesores, que estuvieron formándome a lo largo de la carrera y al mismo tiempo a la Universidad Nacional Autónoma de México a su Facultad de Estudios Superiores Iztacala, por darme la enseñanza y el privilegio de ser Lic. Psicología llevando la piel dorada y la sangre azul, poniendo en alto la Institución y la carrera.

## ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS.....	ii
ÍNDICE.....	iv
ÍNDICE DE FIGURAS.....	vii
RESUMEN.....	1

## CAPITULO 1

1. INTRODUCCIÓN.....	2
1.2. ANTECEDENTES.....	7
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	13
1.4 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	15
1.5 HIPÓTESIS.....	15
1.6 OBJETIVOS.....	15
1.6.1. Objetivo general.....	15
1.6.2. Objetivos particulares.....	15

## CAPITULO 2

2. LA PIEL.....	26
2.1. PSORIASIS.....	29
2.2. ETIOLOGÍA DE LA PSORIASIS.....	32

2.3. SINTOMAS DE LA PSORIASIS.....	36
2.4. TRATAMIENTOS PARA LA PSORIASIS BASADO EN EL MODELO ALÓPATA.....	37
2.4.1. Tratamientos tópicos del modelo alópata.....	44
2.4.2. Tratamientos internos del modelo alópata.....	51
2.4.3. Medicamentos alópatas para tratar el prurito o la comezón de la psoriasis.....	56
2.4.4. Tratamiento para la prevención de la psoriasis basado en el modelo alópata.....	68
2.5. TIPOS DE PSORIASIS SEGÚN EL MODELO ALÓPATA .....	71
2.6. LA ALIMENTACIÓN COMO TRATAMIENTO Y VIDA PARA EL PACIENTE CON PSORIASIS .....	78

### **CAPITULO 3**

3. LA CONSTRUCCIÓN DE UN CUERPO.....	88
3.1. ¿QUÉ SE ENTIENDE POR PSICOSOMÁTICO?.....	95
3.2. ¿QUÉ SE ENTIENDE POR EMOCIONES?.....	98
3.2.1. Las emociones como procesos de: ¿sanación o enfermedad?.....	103
3.3. EL CUERPO HABLA Y NECESITA SER ESCUCHADO.....	109
3.3.1 Psicoterapia Gestalt.....	111
3.3.2. Bioenergética.....	119
3.3.3. Masaje.....	122

3.3.4. Risoterapia.....	123
3.3.5. Acupuntura.....	123
3.3.5.1 Los cinco elementos: fuego, madera, tierra, metal y agua.....	127

## **CAPITULO 4**

4. METODOLOGÍA .....	152
4.1. POBLACIÓN.....	152
4.2. LUGAR Y ESCENARIO.....	152
4.3. MATERIALES.....	152
4.4. INSTRUMENTOS.....	153
4.5. PROCEDIMIENTOS .....	153
4.6. RESULTADOS.....	153
4.7. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	161
4.7.1.El núcleo familiar como trampolín o pozo, ante las emociones de la persona con psoriasis.....	163
4.7.2. La psoriasis: mi padecimiento.....	190
4.7.3. Una forma de no estar con los problemas que me causan dolor .....	231
4.7.4. Los alimentos.....	238
4.7.5. Los cinco elementos y la psoriasis.....	256

## CAPITULO 5

5. CONCLUSIONES.....	265
5.1. ANEXOS.....	276
5.2. BIBLIOGRAFÍAS.....	278
5.3. REFERENCIAS.....	281

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Relación de intergeneración.....	140
Figura 2 Relación de interdominancia.....	144
Figura 3 Relación de contradominancia.....	149
Figura 4 Relación de los cinco elementos y sus distintas relaciones.....	150

## RESUMEN

“Una aproximación psicológica, al proceso de construcción de la psoriasis, como una enfermedad psicosomática”, cuestiona el discurso bio – médico sobre la enfermedad de la piel, ya que sin ser propiamente epidémica está emergiendo y dando cambios en la vida de hombres y mujeres mexicanos.

La psoriasis a pesar de que está teniendo un lugar importante dentro de los padecimientos de la piel, no tiene una saneación al asistir a las consultas periódicas a la institución hospitalaria, únicamente tiene un control a partir de la sintomatología, aumentando el número de casos día con día en el país.

El presente trabajo es una investigación de tipo descriptiva, reuniendo documentos que tienen voz a través de la historia oral de los entrevistados, ya que a partir de su propia experiencia se identifica la ruta de construcción y evolución de la psoriasis como enfermedad psicosomática, que inicia con la historia familiar, la influencia de su mundo social, de pareja pero sobre todo el predominio de emociones, sin dejar de lado los factores alimenticios; ésta investigación fue hecha en una población mixta de 20 personas, que comprenden edades entre los 17 a 67 años y que se le hayan diagnosticado como trastorno dermatológico la psoriasis.

De este modo, esta investigación permite un desapego al modelo reduccionista médico y da por otro lado el reconocimiento del ser humano como ser interrelacionado con su mundo, además permitiendo la elaboración de estrategias de intervención, prevención y decremento de la psoriasis, que engruesa la lista de enfermedades actuales.

# CAPITULO 1

## 1. INTRODUCCIÓN

Al iniciar la carrera de psicología me sentía demasiado afortunada en haber ingresado al mundo desconocido de la mente, la personalidad o al menos esa creencia la tuve hasta que poco a poco al ir pasando de semestre en semestre me percaté de que mi sentido común lo iba perdiendo, mi fe no la podía explicar y era constantemente cuestionada, mis comportamientos solo eran conductas ante las reacciones ambientales o estímulos; me daba cuenta que necesitaba explicación de todo cuanto viera y lo palpara, entendía que nada era por casualidad ya que de trasfondo tenía que haber una explicación, siempre tenía que existir la objetividad ante todo, hasta el cariño que le tome a ciertas ratitas o pichones que me acompañaron en los primeros semestres.

Día con día, se construía una frialdad en mi visión, mis actos, mi vocabulario, mis emociones, en fin; la carrera le dio un cambio lineal y arduo en conocimientos a mi vida, pero también muchas confusiones desde las clases donde en cada una de ellas tienes que ponerte y quitarte la camiseta de los diferentes profesores y sus corrientes psicológicas que impartían, percibiendo cierto fanatismo y rigidez en las teorías del conocimiento psicológico. De hecho me preguntaba el porque teníamos tantas psicologías de otros países traídas al nuestro y que ninguna correspondía para mexicanos, además que nuestros parámetros etiquetadores como la corriente psicoanalista neurótico, histérica, etc., las teníamos que encasillar a nuestra gente, siendo que el mexicano tiene una historia diferente a la de alemanes, estadounidenses, canadienses, entre otros.

La psicología mexicana existe, tiene historia, tiene cuerpo, hay comidas que datan mucho de la población, sus orígenes y las formas de expresar sus emociones; el porque no haya tanta literatura de psicología mexicana era lo que me intrigaba y sigue todavía, en realidad existe la historia de México, sus héroes, la Independencia, la Revolución, entre otras, pero ninguna redacta acerca de la psicología del mexicano, al poder entender esto que era trabajo de los mismos historiadores y psicólogos pero que estos últimos solo se enfocan en conductismo,

cognoscitivismo, psicoanálisis, cerrándose a la idea que también es necesario empezar a escribir la historia de la psicología mexicana, pude percatarme que tenemos en la psicología el modelo reduccionista del siglo XIX, a pesar de que estemos en el 2005.

El modelo reduccionista dio la pauta a que la psicología se hiciera ciencia a partir de poder medir, observar y cuantificar la conducta del ser humano, ya que uno de los parámetros de la ciencia es llevar a cabo el método científico.

Si bien puedo entender que la psicología mirada desde el punto de vista estímulo – respuesta o etiquetas según el DSM, deja ver la frialdad de sus teorías y cuanto más quien las pone en práctica, entendiendo que el trabajo del psicólogo clínico, industrial, educativo, etc., tiene siempre un trato con personas, las cuales perciben el discurso de frialdad y la falta de sensibilidad ante ellos.

El psicólogo se jacta de poseer empatía hacia los problemas de las personas, pero ni él mismo la tiene para él, esto ocasionado por el pobre modelo que se lleva durante cuatro años de carrera. Este modelo también está enfocado a carreras a fines de la salud, como ingenierías u otras licenciaturas, es decir, la fragmentación de los diferentes conocimientos para poder ser estudiados, no teniendo correlación entre ellos, por ejemplo, la psicología sólo se encarga de estudiar la cabeza y las conductas, al igual que los psiquiatras, el cardiólogo solo el corazón, el dermatólogo la piel, como dice el dicho <divide y vencerás>.

Al dividir el cuerpo humano en cabeza y cuerpo a partir de miembros superiores e inferiores y tronco, estamos haciendo una mutilación, una escisión a nuestra naturaleza, estando en contra de la misma, nos hemos creído mucho el cuento que la cabeza regirá por los siglos de los siglos y que solo el cuerpo será la marioneta de ella y que a partir de su programación podremos cambiar hasta enfermedades en el cuerpo.

He escuchado a gente que asiste al psicólogo y tiene la firme convicción que no solo enfocándose a hablar se quitarán sus problemas, mucho ayuda la forma en que expresemos lo que pasa con nosotros mismos, si estamos hablando de aquello que nos molesta o simplemente que tengamos el espacio individual con un terapeuta es alentador en este mundo que solo basta con oír, más no escuchar.

Con respecto a las visitas con el médico especialista, cuando asisten a la consulta, lo único que se hace es recetar los mismo medicamentos o simplemente el trato humano se terminó, ya que pasas a ser una especie de objeto de estudio parecido a una res, ya que por ejemplo: los mismo médicos desde que se encuentran estudiando su carrera conllevan mucho estrés, no comen a sus horas, ingieren alimentos no nutritivos, adquieren adicciones como el tabaco, su cuerpo no tiene la capacidad de descansar ni por las noches, es decir, el estudio tiende a parecerse a una explotación, entre mayor sea explotado el cuerpo durante la carrera mayor será el reconocimiento que tendrás a nivel social.

Estas formas aprehensivas del modelo reduccionista que fue creado en el siglo XIX, ha tenido grandes avances en la tecnología, pero poco en la salud, ya que en el momento que utilizamos la atomización en el cuerpo humano, inmediatamente lo estamos fracturando, diseccionando, como: mente- cuerpo.

Sin embargo, en la psicología existen ciertas corrientes como la humanista que tratan de entender más ampliamente al ser humano, teniendo un toque holístico, dejando de ser técnico en psicología para convertirse en el verdadero compromiso que implica la labor del psicólogo: atender, escuchar, comprender, etc., no podemos estar solamente confiando en chochos, fármacos, píldoras, ya que poco pueden hacer para sanear el aumento de los padecimientos como la piel.

Esta tesis va enfocada al estudio de la piel, en específico al padecimiento como la psoriasis, pero ¿Por qué yo como psicóloga, me encargo de estudiar a la psoriasis, ya que eso implica propiamente a la dermatología? En primer lugar tengo la firme convicción que toda enfermedad viene de un proceso de desequilibrio de tipo emocional, orgánico, social y ambiente natural, esto implica las formas de vida de las personas: como se relacionan en el ámbito familiar, las amistades, la pareja, aunado con la historia de la niñez, además la ingesta de alimentos y por supuesto el hábitat que lo rodean, repercutiendo en los diferentes órganos del cuerpo.

Cuando hay alguna enfermedad en el cuerpo, esto quiere decir que se encuentra en desarmonía, y no en acuerdo con las diferentes esferas que se citaron anteriormente. El cuerpo tiende a decirnos que está mal ya sea por factores internos o externos y que esto se resume en síntomas, que los médicos tienden a la creencia que se necesita inmediatamente atacar y eliminar, con toda la farmacología y la tecnología.

“Una aproximación psicológica, al proceso de construcción de la psoriasis, como una enfermedad psicosomática” se reencuentra con el ser humano, sus problemáticas actuales, lo cual no es que sea algo nuevo, sino la forma en que la estoy viendo es lo nuevo, ya que trato de tener una visión unificadora en cada entrevistado y entrevistada.

Por lo tanto esta tesis pretende llegar a una aproximación teórica y vivida de acontecimientos reales con las historias orales y planteo el marco teórico conceptual en el capítulo uno; en el segundo capítulo abordé las principales concepciones de la salud, en cuanto a sus orígenes y la historia que conllevó a la fragmentación del cuerpo; además de la etiología de la psoriasis, sus síntomas, sus diferentes tratamientos tópicos e internos a partir del modelo alópata.

En el tercer capítulo, me enfoco a lo que conlleva la construcción del cuerpo, sus emociones, además a que me refiero cuando hablo de psicosomático

y por último los tratamientos paralelos al modelo bio-médico, los cuales tienen gran ayuda en el desequilibrio del cuerpo, es decir, las enfermedades.

En el cuarto capítulo, hablé acerca de el trabajo de investigación con los 20 entrevistados, es decir, se hacen dos tipos de análisis uno propiamente cuantitativo a partir de un cuadro donde se encuentran los datos de ellos y por otro lado el análisis de resultados realizando correlaciones con sus historias orales, relacionándolo con la metodología de dicha tesis.

Finalmente en el quinto capítulo, retomo las conclusiones de lo humano como unidad, explicando que la emoción y el cuerpo son unidades inseparables, las cuales muchas de las veces tiende a sobrevivir en los diferentes contextos, pero que eso no limita la capacidad de ir entendiendo que se van construyendo las enfermedades y que es necesario un paradigma, donde si nos mantenemos sanos cuidando de nosotros mismos y prestando atención a las señales del cuerpo, esto repercutirá en la salud de cada individuo, exhortándolo a que se de un clavado interior buscando las respuestas desde adentro y así romper con el estereotipo de buscar siempre en modelos donde sus pensamientos van orientados a: *ganamos batallas matando gérmenes, el mantenimiento de la salud es una guerra constante, el sistema inmunitario es una máquina letal, etc.*, y coloquemos en un discurso del saber como el médico alópata nuestro saber interior.

## **1.2. ANTECEDENTES**

Frente al fenómeno llamado enfermedad el hombre se plantea muchas preguntas: ¿cómo se quita o se evita? ¿qué es? ¿cuál es su causa? ¿cómo se reconoce o diagnostica? Estas preguntas han sido contestadas de diversos modos según el tiempo y la cultura. Mas todas las respuestas pertenecen a una de estas dos esferas: lo natural o lo sobrenatural. En la primera cabe lo empírico y lo científico; en la segunda lo mágico y lo religioso.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Fernández, M., Las ideas en la medicina náhuatl, México: Editorial La Prensa Médica Mexicana, 1965, pag: 5,

Las preguntas relativas a la enfermedad brotan con una fuerza imponente porque surgen de uno de los deseos más vehementes, de la supervivencia y de la aversión al dolor al sufrimiento.

Generalmente y salvo en ciertos estados anímicos o bajo determinado clima social (guerras, fe religiosa, etc.) el hombre no desea sufrir ni morir; la sola posibilidad de que esto suceda lo desequilibra y lo empuja a creer en cosas absurdas o a tomar actitudes heroicas o sublimes.<sup>2</sup>

Al revisar la historia, podemos encontrar varios métodos o formas de concebir la enfermedad y las formas de curarla. Por ejemplo existen numerosas pruebas de que para el indígena náhuatl la enfermedad era obra de los dioses, siendo un acto provocado por la maldad de los hombres o un fenómeno que resulta de mecanismos de carácter mágico; como Tláloc, Macuilxochitl,

Tezcatlipoca, etc., los dioses que castigan con enfermedades a quienes no observan a satisfacción los preceptos religiosos.<sup>3</sup>

Mientras en otros continentes como en Asia, la enfermedad era tratada con un médico el cual recibía el nombre de a – su (el que conoce el agua), por la importancia que tenía este líquido en los exorcismo; basándose las curaciones en prácticas religiosas y en la aplicación de remedios en los que el agua y el fuego tenían gran influjo, como baños, lavatorios en ciertos ríos sagrados y la aplicación de empastados u objetos fríos o calientes en las zonas afectadas.<sup>4</sup>

En Babilonia cuenta la historia que el enfermo era expuesto en la plaza pública por si alguna persona conocía la enfermedad y podía proporcionar algún

---

<sup>2</sup> Íbidem, (1965), pag: 5

<sup>3</sup> Íbidem, (1965), pag: 10

<sup>4</sup> Enciclopedia Cultura, Chicago: Editorial UTEHA, 1957, pag: 503

remedio eficaz para la persona. En sus preceptos, se regulaba la remuneración que el curandero debía percibir si el enfermo se curaba, así como el castigo si moría o sufría algún daño.

Entre los antiguos hebreos, los métodos de curación eran ejercidos por los sacerdotes como intérpretes de la voluntad y la sabiduría de Dios, el cual se oponía a los espíritus demoníacos que se apoderaban del cuerpo del paciente por su debilidad o sus pecados.

Mientras en Egipto, para realizar alguna intervención en la enfermedad del paciente, era necesario abrir o quitar aquella parte doliente del cuerpo, para esto golpeaban en la cabeza al enfermo con un martillo para que pudiesen extraerla.

En la época de la Edad Media a las personas con enfermedades debían atajarse mediante conjuros, danzas, sacrificios, hechizos talismanes y otras medidas. Si al final el demonio entra dentro del cuerpo de su víctima, por falta de precauciones o a pesar de ellas, todos los esfuerzos se concentran en convertir en inhabitable el cuerpo para el demonio con apaleamientos, torturas o haciendo morir de hambre al paciente. El espíritu ajeno se podía echar con pociones que provocaban un vómito violento o se expulsaba a través de un agujero realizado en el cráneo.<sup>5</sup>

En la antigua China, se admitían cinco elementos: la madera, el fuego la tierra, el metal y el agua agentes de los cinco sentidos, y cinco vísceras; existiendo dos principios o cualidades: el yang la cálida y seca, y el yu, la humedad y fría. El equilibrio entre los cinco elementos y las dos propiedades fundamentales era de salud; el yu era moderador del yang, complementado con plantas medicinales.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Íbidem, (1957), pag: 507

<sup>6</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la Ciudad de México, México: Editorial Porrúa, 2002, pag: 14.

Estos ejemplos nos dan una visión de cómo era curada la enfermedad, en las diferentes culturas, teniendo en común en que nunca se limitaban a fenómenos puramente físicos.

A partir de Descartes y su filosofía, denominada cartesianismo, le llevó a elaborar explicaciones complejas y erróneas de diversos fenómenos, sustituyendo los conceptos espirituales por un sistema de interpretaciones mecánicas de los fenómenos físicos, dejándonos uno de sus principales principios "...la meta de la ciencia es dominar y controlar la naturaleza..."<sup>7</sup> afirmando que podía utilizarse el conocimiento científico para convertirnos en amos y dueños de la naturaleza.

Consintiéndonos sentir por la frialdad de el lenguaje de la ciencia, tratando de observar explicar y comprobar, sobre todo "la fragmentación del saber era (y es) un estilo de vida, una manera de sentir el mundo de buscar las partes para decir que se compone de tal o cual cosa; el pensamiento inquisitivo de porque, para que, dividir lo más que se pueda para dominar..."<sup>8</sup>

Rompiendo con la lógica de lo tangencial y encontrándose con el umbral de lo aparente y lo verdadero poniendo en duda lo que entendemos como realidad y ante ello se coloca, la segmentación del cuerpo y por supuesto de la mente, el cuerpo, el mundo espiritual y la intuición.

Dejándonos ve un rompimiento de las estructuras como parte de un todo, dando pie al atomismo: estructurando todo para encontrar la estructura más pequeña, este tipo de pensamiento perdió de vista la relación entre si y sus partes, desplegando todas las ciencias tanto abstractas como humanísticas y sobre todo de salud como la medicina, la psicología, entre otras, apegándolas al modelo científico teniendo como meta llegar al conocimiento y la verdad científica, donde todo tiene un porque y para que.

---

<sup>7</sup> Capra, F., El punto crucial, Argentina: Editorial Troquel, 1998, pag: 139

<sup>8</sup> López, R., Historia de la Psicología en México, México: Editorial CEAPAC, 1995, pag: 85

Al encontrarnos en el hoy, nos hemos dejado guiar por el aire de frialdad y desapego por la visión de la totalidad, por parte de las diferentes ciencias llevando a cabo el método científico sin tener un “...planteamiento de un paradigma unificador por medio de un horizonte abierto que preserve la validez hacia la unidad y la universidad”<sup>9</sup>

No obstante, esto ha afectado gravemente a las ciencias de la salud, por ejemplo: la medicina, al tratar los cuerpos como máquinas físico – químicas, dependiendo de la fisiología y anatomización de los organismos, para determinar la enfermedad, es decir, ubicar el órgano o sistema que se encuentra averiado para determinar que tipo de intervención es la más idónea y si es necesario extirparla, sin tomar en cuenta – alimentación, lugar donde vive, nivel económico, emociones, problemas actuales – por ende la medicina ha separado y fragmentado al cuerpo de la mente y dar por hecho que el medio que rodea a la persona no afecta en su enfermedad.

La medicina alópata al crear nuevas especialidades para atender a esos cuerpos se ha olvidado de la persona y acapara su interés en hígados, corazones, piel o bacterias. Esta fragmentación ha traído como consecuencia la modificación de la visión de salud y por lo tanto de dicha enfermedad incidiendo en un descuido de otras partes del cuerpo mientras otras reciben *curación*.

La mayoría de los problemas de salud, es decir, el 75% de las enfermedades corresponderían a los padecimientos psicosomáticos o aquellas enfermedades inexplicables, ante la visión del modelo bio – médico, de las cuales no encuentran solución y por ende no pueden ser curadas, por ello no sólo le correspondería hablar de salud a la medicina sino a la psicología, sobre todo si conocemos cual es el concepto de Salud según la Organización Mundial de la Salud: “la salud es un estado de completo bienestar: físico mental y social y no

---

<sup>9</sup> Durán, N., Intuición y Cuerpo, pag: 6

nada más la ausencia de la enfermedad o molestias”<sup>10</sup> tal es el caso de las llamadas psoriasis y digo las, ya que es demasiado grande la clasificación que se han hecho de esas y causado por diferentes factores como “ambientales, alergias, ropa, animales o parásitos, irritantes físicos o químicos y estados emocionales, de los cuales se ha caído en una misma sintomatología con enrojecimiento, picazón, dolor y exudación de la zona cutánea afectada.

En los casos de larga duración es característica la formación de costras, la sequedad y descamación de la piel.”<sup>11</sup>

En un estudio que se realizó a nivel médico se encontró que en pacientes con enfermedades de la piel “tenían sensación de inseguridad, inferioridad agresividad y tensión, asociados a un coeficiente intelectual alto (CI)”<sup>12</sup>, no obstante a esto la denominaron las enfermedades psicocutáneas en que la causa primaria es un trastorno emocional, por lo que pueden considerarse como padecimiento psiquiátricos con manifestaciones cutáneas secundarias.

Comprenden excoriaciones neuróticas, lesiones debidas a movimientos compulsivos, fobias, delirio de parasitosis, hiperhidrosis, eritrofobia, tricotilomanía y prurito psicopático”<sup>13</sup>

Esta fragmentación acerca del estudio de los diferentes padecimientos de la piel, nos demuestra la carencia de alternativas ante las necesidades de la sociedad actual, y parece que la medicina no ha podido prevenir ni curar ninguna de las principales enfermedades que aquejan a la humanidad, dejándonos entrever que dejan de lado las emociones de cada individuo, es aquí donde la psicología interviene, no buscando causalidades, sino encontrar conocer el proceso histórico – social de una enfermedad psicosomática, ya que dentro de

---

<sup>10</sup> Capra, F., El punto crucial, Argentina: Editorial Troquel, 1998, pag: 136

<sup>11</sup> Fry, Inmunología de las enfermedades de la piel, España: Editorial Jims, 1977, pag: 62

<sup>12</sup> Gordon, Enfermedades de la piel, México: Editorial Interamericana, 1976, pag: 92

<sup>13</sup> Kenneth, Terapéutica dermatológica, México: Editorial Manual Moderno, 1985, pag: 17

nuestro cuerpo humano "... la enfermedad es consecuencia de cierta falta de armonía con el orden cósmico..."<sup>14</sup> necesitamos una nueva organización con respecto a nuestra enfermedad, necesitamos tener una visión no solo a base con los diferentes medicamentos patentes, si no tener una manera de ver holística en donde tanto la alimentación, tu relación con las personas cercanas a ti y no tan cercanas, el aire que respiras, y todo lo que se encuentre a tú alrededor, son bases fuertes y consistentes, dentro de nuestra salud o enfermedad que se tenga en cada individuo.

### **1.3 JUSTIFICACIÓN**

La medicina tradicional está determinada por la salud y la enfermedad, sin embargo, la forma en que se construye es donde impera las consecuencias de las mismas como: lo que desea la persona, lo que tiene que hacer y lo que debe de hacer, hacia donde se dirige, cuales son sus metas y sobre todo la forma de su diario vivir, lo cual repercute en el cuerpo como imagen espejo percepción ante las personas que se encuentran a su alrededor: familiares, pareja, amistades, etc.

No obstante, el conocer la relación entre la forma de vivir de los individuos de la manera den llevar o "sobrellevar" <sup>15</sup>su vida cotidiana, corresponde ala manera en que su cuerpo, va a estar involucrado atendiendo los procesos sociales y de índole emocional.

De esta manera al abordan el padecimiento de la psoriasis desde la visión de la Psicología Psicosomática va a estar encaminado a conocer como se articula lo fisiológico, lo emocional, el estilo de vida y la permanencia del padecimiento a nivel cultural, con la finalidad de tener una visión más amplia de

---

<sup>14</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1, México: Plaza Valdez, 2002, pag: 38

<sup>15</sup> Comento esta palabra "sobrellevar" ya que muchas de las personas parecieran que llevan una carga al diario vivir, resistiendo y sufriendo día a día.

las formas en que se construye el padecimiento y, de la misma manera, tener una aproximación a los aspectos básicos de la construcción de cada individuo.

Por ello parte de un enfoque o perspectiva, donde se aprende de los modelos médicos que existen en otras culturas, ya que si nos fijamos en el modelo de salud de la antigua China, nos damos cuenta que es donde se concibe al hombre como parte integral del universo, como un microcosmos, donde un órgano afectado insidia en una emoción, o una emoción afectaba directamente a un órgano "... donde el individuo sano y la sociedad sana son partes integrante de un gran orden estructurado y la enfermedad es una falta de armonía a nivel individual o social"<sup>16</sup>

Por lo tanto como profesional nos ocupamos del paciente (incluyendo su estado de salud, su cuerpo y su estado emocional) ya que los modelos existentes son insuficientes para dar respuesta a las enfermedades de este caso a la psoriasis, de los cuales los factores que confluyen son procesos históricos – sociales, no obstante, es preciso investigar dicho proceso partiendo de una metodología diferente con historias orales tanto en hombre y mujeres que hayan padecido dicha enfermedad, donde narren como ha sido su vida a partir de su diagnóstico, las repercusiones que tienen en su vida, sus emociones que dominan en esos momentos de crisis, antes y durante y sobre todo dando énfasis al modo de vida de cada una de las personas que padecen dicha enfermedad.

Es por ello que al analizar un padecimiento desde el aspecto psicosomático, tiene la finalidad de permitir conocer como es la construcción de un padecimiento de manera integral y por lo tanto ir desglosando cada uno de los factores que están presentes en el padecimiento de la psoriasis.

---

<sup>16</sup> Pérez, T., El concepto de enfermedad, México: Editorial Fondo de cultura económica, 1988, pag: 215

## **1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

¿Se minorizaran las enfermedades de la piel, si se implementa una correlación entre los estilos de vida de las personas incluyendo su familia, emociones y alimentos, por lo tanto, que al cambiarlos podrán modificar el pronóstico de su padecimiento?

## **1.5. HIPÓTESIS**

Los pacientes con padecimientos en la piel como la psoriasis, al identificar los procesos de construcción de su enfermedad a partir de sus características individuales como (edad, género, clase social, factores familiares, emocionales, laborales, religión y alimentación) estos podrán encontrar los indicadores de los factores de riesgo que permite la construcción de un padecimiento psicósomático en su sistema tegumentario.

## **1.6. OBJETIVOS**

### **1.6.1. Objetivo general**

La aproximación de los factores que influyen en la construcción de una enfermedad cutánea como la psoriasis a partir de un enfoque psicósomático.

### **1.6.2. Objetivos particulares**

- Describir la etiología, diagnóstico y los diferentes tratamientos de la psoriasis desde el enfoque médico alópata.

- Establecer la correlación entre los factores familiares y el desarrollo de la enfermedad de pacientes con psoriasis.
- Establecer la correlación entre los factores emocionales y el desarrollo de la enfermedad de pacientes con psoriasis.
- Establecer la correlación entre los factores alimenticios y el desarrollo de la enfermedad de pacientes con psoriasis.
- Conocer como la psicología aporta tratamientos y/o previene en el padecimiento de la psoriasis.

## CAPÍTULO 2

*Administrar medicamentos para tratar enfermedades que ya se han declarado y eliminar síntomas que ya se han desarrollado es como empezar a excavar un pozo cuando ya se tiene sed o ponerse a fabricar armas cuando ya se ha entrado en combate. ¿Acaso no es demasiado tarde para emprender tales acciones?*

Manual de Medicina Interna del Emperador Amarillo, 200 a. de C.

“Las rocas, los árboles, los ríos y las nubes eran contemplados como algo maravillosos y con vida, y los seres humanos se sentían a sus anchas en este ambiente”<sup>1</sup> era un oleaje de convivencia con la naturaleza, un aire de compromiso mutuo.

El hombre entablaba una coalición o identificación con el ambiente, “el cosmos era un lugar de pertenencia, de correspondencia...”<sup>2</sup> los humanos no eran una parte diferente ni observadores, ni muchos menos unos alienados.

No obstante, el humano desde los comienzos de la Revolución Científica dio paso a una aberración y quebrantamiento entre la relación consigo mismo y su entorno, realizando una lucha de competencia y de poder, “no hay una asociación clásica con la naturaleza, mas bien hay una total separación y distanciamiento de ella”<sup>3</sup> Entonces a partir de las diferentes corrientes del mundo occidental como ya mencionaba la Revolución Científica, (el Siglo de la Luces y la Revolución Industrial), es como empieza “el método científico como único enfoque válido para llegar al conocimiento; la idea del universo como sistema mecánico compuesto... solo lo observable, medible y cuantificable es válido y aceptable, por una vida en sociedad vista como una lucha competitiva por la existencia y el crecimiento

---

<sup>1</sup> Berman, M., El reencantamiento del mundo, Cuatro Vientos, pag: 17

<sup>2</sup> Íbidem, pag: 17

<sup>3</sup> Íbidem, pag: 16

tecnológico y económico para obtener un progreso material ilimitado”<sup>4</sup> A partir de ese momento hemos tenido una cultura de la cual “se enorgullece de ser científica”<sup>5</sup>, una civilización donde predomina el pensamiento racional, donde este pensamiento racional y fragmentado a sido gracias al científico y matemático francés: Rene Descartes ya que abre una nueva conciencia científica moderna y fragmentada en su Discurso del Método (1637)

*“Y que en lugar de la filosofía especulativa ahora enseñada en las escuelas podemos encontrar una filosofía práctica, mediante la cual, conociendo la naturaleza y la conducta del fuego, del agua, del aire, de las estrellas, del cielo y de todos los otros cuerpos que nos rodean, como ahora entendemos las diferentes destrezas de nuestros trabajadores, podemos emplear estas entidades para todos los objetivos para los cuales son adecuados, y así hacernos amos y dueños de la naturaleza.”*

Al igual que Descartes, Bacon dice que es necesario que “desde el comienzo mismo, a la mente no se le permita seguir su propio curso, sino que sea guiada en cada paso de modo que el asunto sea concluido como si fuera hecho por una maquinaria”.<sup>6</sup>

Por lo tanto, a partir de los pensamientos racionales, Descartes realiza una de sus afirmaciones y a partir de esta tendría uno de sus conocimientos fidedignos: <Cogito ergo sum> <Pienso luego existo>, por consiguiente el hombre occidental realiza una separación de su cuerpo con su mente.

A partir de esta escisión: mente – cuerpo, se da por hecho que el ser humano esta conformado en dos partes, como dos entidades diferentes: el cerebro como parte pensante, racional y como única vía para llegar a la verdad del conocimiento del mundo, esto a partir del universo de las matemáticas, es

---

<sup>4</sup> Capra, F., El Punto Crucial, Argentina: Editorial Estaciones, 1982, pag:32

<sup>5</sup> Íbidem, 1982, pag: 42

<sup>6</sup> Berman, M., El reencantamiento del mundo, Cuatro Vientos, pag: 31

decir, la suma de las partes, no reconociendo a su otra parte: el cuerpo, ya que esta también tenía que ser estudiada para observar su conducta ya que sin el cerebro esta no funcionaría.

Y no solo el cuerpo fue fragmentado, también para estudiar su alrededor se tuvo que estudiar en partes, es decir, dividir para estudiar. “El primer paso es el enunciado del problema que, en su complejidad, será obscuro y confuso. El segundo paso es dividir el problema en sus unidades más simples, sus partes componentes... ahora el problema, aún cuando pueda ser complejo, ya no nos es desconocido (obscuro y confuso), porque primero nosotros mismos lo hemos dividido y luego vuelto a armar otra vez.”.<sup>7</sup>

Llegando a la idea que el universo funcionaba como un sistema mecánico, “formado de objetos aislados que, a su vez, estaban reducidos a componentes básicos cuyas propiedades e interacciones probablemente determinaban todos los fenómenos naturales”<sup>8</sup> es decir, “el universo era una enorme máquina, a la que Dios le había dado cuerda para moverse indefinidamente, y consistía en dos entidades básicas: materia y movimiento”<sup>9</sup>

En consecuencia estamos hablando de la esencia del atomismo, la cual toda existencia se puede reducir a materia o a un atributo o efecto de la materialidad, “la materia es la última realidad y el fenómeno de la conciencia se explica por cambios fisicoquímicos en el sistema nervioso.”<sup>10</sup> Dando por hecho que a partir de esta nueva perspectiva, el hombre es un objeto, una “cosa” extraña, en un mundo insignificante donde tiene que explotar para poder ser amo

---

<sup>7</sup> Berman, M., El reencantamiento del mundo, Cuatro Vientos, pag: 33

<sup>8</sup> Capra, F., El Punto Crucial, Argentina: Editorial Estaciones, 1982, pag: 43

<sup>9</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial: CEAPAC, 2000, pag: 7

<sup>10</sup> Encarta, 2002, Microsoft Corporation, Reservados todos los derechos

de aquello que *carece de vida*, es decir, la naturaleza de su ser y el entorno que lo rodea.

Esto nos deja ver el egocentrismo de el ser humano, por querer conquistar y anular cualquier barrera entre él y cualquier fenómeno que se interponga, ya que a partir de ese momento el hombre a tendido el ideal de ser superior, tratando de perpetuar su especie.

René Descartes como gran protagonista del pensamiento racional, como ya lo hemos visto, y su representación fragmentaría del mundo, siguen expandiéndose, permitiéndonos palpar su herencia en los profesionales de las ciencias de la salud ya que “se convierten en criterio de verdad sobre la importancia de hacerle o administrarle algo al cuerpo, pero no al individuo; éste, se diluye con el estigma de que lo válido es lo que se expresa en una fisiología sin espíritu, sin energía, sin subjetividad”.<sup>11</sup>

Dejándonos sentir y palpar que: “la medicina del siglo XX se caracteriza por la gradual orientación de la biología hacia el nivel molecular y por la comprensión de varios fenómenos biológicos”.<sup>12</sup>

Por ello, la orientación reduccionista de las ciencias biomédicas, sigue persistiendo, y con sus avances fragmentados han dado respuestas a muchas de las enfermedades que mataba a la gente como: la fiebre amarilla, la malaria, la lepra, cólera, fiebre tifoidea, tuberculosis, etc., es decir, la contribución de la medicina moderna ha marcado en disminuir las enfermedades infecciosas.

---

<sup>11</sup> Enciclopedia® Microsoft® Encarta 2001. © 1993-2000 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

<sup>12</sup> Capra, F., El Punto Crucial, Argentina: Editorial Estaciones, 1982, pag: 144

También ha tenido gran contribución con nuevos fármacos psicoactivos como: los tranquilizantes, antidepresivos, psicóticos, cardiovasculares, antihistamínicos, entre otros.

Sin embargo, sabemos que los mecanismos biológicos no son la causa en particular y específica de las enfermedades, ya no lo mencionaba Pasteur “el estado mental de la persona puede afectar a su resistencia a la infección, cuantas veces sucede que la condición del paciente – su debilidad, su actitud mental – no son más que una barrera insuficiente contra la invasión de los infinitamente pequeños”.<sup>13</sup>

A partir de esto, que menciona Pasteur nos entrelaza y nos permite hacer un enlace mente - cuerpo, donde, si una parte de nuestro cuerpo anda mal<sup>☞</sup>, no permite el *funcionamiento* de otras partes del cuerpo; esto nos invita a una reflexión, a lo que nos remite y nos esta tratando de decir Pasteur con respecto a el cuerpo humano.

Ahora con respecto a dichas infecciones que fueron erradicadas por médicos altamente científicos en el ataque contra virus, Thomas Mc. Keown, nos habla de su investigación, siendo uno de los principales exponentes en la medicina social y salud pública.

El habla que en su estudio de la historia de las infecciones en el siglo XVIII, disminuyo la mortalidad debido a tres motivos: uno de los primeros fue la alimentación, el menciona que es uno de los más importantes rubros ya que “a partir del siglo XVII, la producción de alimentos aumento rápidamente en todo el mundo occidental, ya que se hicieron adelantos en el campo de la agricultura, lo que repercutió en un abastecimiento general que hizo a la gente más resistente a

---

<sup>13</sup> Íbidem, 1982, pag: 142

<sup>☞</sup> anda mal: refiriéndome al desequilibrio químico en el organismo

las infecciones; las enfermedades infecciosas se halla hoy bien afirmado y coincide con la experiencia de los países tercermundistas, donde la falta de alimentación es la causa principal de la mala salud”.<sup>14</sup>

El segundo y tercer motivo importante para el médico en salud pública, fue la higiene y el saneamiento en la segunda mitad del siglo XIX. Ya que a partir de la aceptación que la pobreza es la base de grandes colonias de gérmenes, es como se dio combate a los focos infecciosos, con campañas, introduciendo “nuevas medidas sanitarias – la depuración del agua, la evacuación eficaz de las aguas residuales, el consumo generalizado de leche no contaminada y la mejora de la higiene alimentaria”.<sup>15</sup> No obstante, reconociéndose que la intervención médica fue nula ya que “las principales enfermedades infecciosas habían llegado a su auge y decaído mucho antes de que se introdujeran los primeros antibióticos eficaces y las técnicas inmunizadoras”.<sup>16</sup> A partir de esto observamos que la tecnología médica por si misma no es capaz de efectuar cambios significativos en los modelos patológicos básicos, por ende, no dando resultados satisfactorios a la población.

Además no por tener mayor adelanto científico, se sobre entiende que no es equitativo con los adelantos en la atención sanitaria, ni mucho menos en la prevención de las enfermedades.

Es decir, el modelo biomédico es firme y fiel ante el pensamiento cartesiano, lo cual nos dice a gritos que el cuerpo humano es una máquina, que tiene arreglo y que se pueden hacer funcionar sus partes: hígado, corazón, pulmón, tálamo, etc., “una persona sana era (es) como un reloj cuyos mecanismos funcionan perfectamente, mientras una persona enferma era (es) como un reloj cuyas partes no funcionan como deben.”<sup>17</sup>

---

<sup>14</sup> Íbidem, 1982, pag: 152.

<sup>15</sup> Íbidem, 1982, pag: 152.

<sup>16</sup> Íbidem, 1982, pag: 153.

<sup>17</sup> Íbidem, 1982, pag: 155

En palabras de Donald Frederickson, director del Instituto Nacional de la Salud: <<El objetivo básico de la investigación biomédica es reducir la vida de todas las formas complejas a ciertos elementos fundamentales y luego sintetizarlos para comprender mejor al hombre y sus enfermedades>><sup>18</sup>

Y bien lo ha comentado este médico, ya que desde que los estudiantes de medicina se encuentran en el estudio del cuerpo humano, se ven reflejadas en sus materias, que estas seccionan al ser humano, ya que se les hace imposible gracias al modelo reduccionista que lo vean como un todo y como parte de un todo, ya que cuando se les habla a los médicos de problemas ambientales, sociales, alimentación y casa, estos lo único que saben expresar es que dichos problemas se encuentran fuera de la medicina.

No obstante, podemos explicarnos tantas especialidades en medicina y sub-especialidades: como cardiología, dermatología, urología, oftalmología, psiquiatría, entre otros; y todos estos se resumen en la búsqueda de índoles fisiológicas, puramente de orden causa – efecto.

Por ello estos “discursos académicos se alejan de la realidad corporal y su proceso histórico, lo que conduce es a un evolucionismo que aleja a la cultura del proceso corporal”<sup>19</sup> Por ejemplo al hablar de los psiquiatras, estos “en vez de tratar de comprender los aspectos psicológicos de las enfermedades de la mente, ellos únicamente centran sus esfuerzos en encontrar causas orgánicas”<sup>20</sup> Entonces se puede entender que los médicos que se ocupan del cuerpo no interfieren con los psicólogos ni con los psiquiatras ya que estos se ocupan de la mente, dando por hecho que caminamos en caminos paralelos y diferentes, donde ninguno se tocará, ni llegará al mismo fin.

---

<sup>18</sup> Íbidem, 1982, pag: 156

<sup>19</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial :CEAPAC,2000, pag: 29

<sup>20</sup> Capra, F., El Punto Crucial, Argentina: Editorial Estaciones, 1982, pag: 143

Siendo que en muchas de las ocasiones este modelo reduccionista no nos deja observar otras formas de conocimiento para el cuerpo, por ejemplo en “la documentación psicológica trata extensivamente y aporta pruebas sobre la importancia de los estados emocionales en la enfermedad: estas investigaciones son llevadas a cabo por psicólogos que utilizan métodos experimentales y se publican en revistas de psicología que rara vez son leídas por los científicos biomédicos”<sup>21</sup>

Y esto es simple, al no poder mirar hacia las anomalías de tipo mental, ya que es apropiado para dicho modelo fragmentado “los médicos que se ocupan de las enfermedades mentales son considerados menos importantes... los enfermos mentales suelen recibir atención médica en instituciones donde los psicólogos clínicos, que a menudo tienen un conocimiento más extenso de los fenómenos psicológicos, son simplemente personal auxiliar subordinado a los psiquiatras”<sup>22</sup> ya que la mente es un problema menor al del cuerpo.

“Una característica evidente, casi podríamos decir incontrovertible, de la psiquiatría contemporánea es su tendencia a la biologización y a la tecnificación, y al abandono del interés por el papel de los factores culturales y sociales en la enfermedad psíquica”<sup>23</sup>

Es importante saber que “...la historia de la medicina se subdivide de acuerdo con los siguientes periodos: el instintivo, el sacerdotal, el hipocrático y el contemporáneo. En el periodo instintivo, los hombres para su sobrevivencia, adquirieron un tipo de higiene intuitiva. Para el periodo sacerdotal, en todos los problemas de salud se pone de relieve la relación existente con el pensamiento

---

<sup>21</sup> Íbidem, 1982, pag: 157

<sup>22</sup> Íbidem, 1982, pag:160

<sup>23</sup> Perdiguero y Comelles, Medicina y Cultura. Estudios entre la antropología y la medicina. Barcelona: Editorial Bellaterra, 2000, pag: 249.

mágico. En la época de la observación razonada surgió el periodo hipocrático; en ese entonces crecieron las ideas filosóficas naturales que impusieron la observación de fenómenos, así como la experimentación con los mismos; es en este periodo que se suprimen los preconceptos y dogmas. Finalmente, el periodo contemporáneo o científico, el cual tiene sus bases en el periodo hipocrático, enmarcadas por diversos avances médicos, los cuales dependen del sistema en que se desarrollan además del apoyo económico con el que cuentan.”<sup>24</sup>

Nos encontramos en la época de la razón, la observación y la reducción, para poder explicarnos los diferentes fenómenos sociales, ambientales, de salud y entre muchos otros, pero sobre todo, estamos instalados en un tiempo moderno, difícil, para dar paso a la salud, ya que al encontrarnos en métodos experimentales de alta tecnología, nos colocamos en una visión fría y calculadora, que sólo hace que los cuerpos se distancien de ellos, anteponiendo la objetividad y la razón, a la calidad de vida y la subjetividad de las personas, dando como resultado: cuerpos enfermos y con poco tiempo de vida.

Entonces, al encontrarnos en el último período, el contemporáneo ó científico, el estudio de la piel, también se debe saber que es estudiado en disecciones, es contemplado y fragmentado para hallar patologías y tener un buen conocimiento de este órgano. Sin embargo, tenemos que percatarnos que este órgano se encuentra interrelacionado con el organismo de la persona tanto a nivel interno y externo, por ello he decidido estudiar la piel, ya que definitivamente desde mi formación tengo la firme convicción que la piel como envoltura que recubre el cuerpo, también es un órgano vivo que tiene voz y es un reflector de la persona y al mundo, ya que aquí al enfocarse el desequilibrio corporal “enfermedad” como la psoriasis, es producido por un proceso emocional, orgánico, ambiental, implicando la forma de vida de el individuo. A partir de esto dicha tesis retoma la postura reduccionista de la medicina, para poder entender cuales son

---

<sup>24</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México, Zendová, 2002, pag: 46.

los medios a los que las personas recurren al tener dichos síntomas de enfermedad en la piel.

## **2. LA PIEL**

Arenas (1987), considera a la piel como la parte del organismo que protege y cubre la superficie del cuerpo y se une, sin fisuras, con las membranas mucosas de los distintos canales (por ejemplo, el canal alimenticio) en los distintos orificios corporales.

La piel forma una barrera protectora contra la acción de agentes físicos, químicos o bacterianos sobre tejidos más profundos, y contiene órganos especiales que suelen agruparse para detectar las distintas sensaciones, como sentido del tacto, temperatura y dolor.

Esta actúa como un órgano secretor, es elástica y, excepto en algunas zonas como las palmas de las manos, las plantas de los pies y los oídos, está unida de forma débil a los tejidos subyacentes. Este órgano excreta cada día 4 a 8 g de CO<sub>2</sub>; en comparación con los 700 a 800 g que se expulsan por los pulmones. (Schottelius, 1979).

Se habla demasiado de que la piel es un órgano secretor, sin embargo, la piel también es un órgano receptor del medio ambiente, es un órgano que constantemente está recibiendo información y trasladándola a la parte interna de nuestro cuerpo, a partir de la piel se adquieren infecciones u otros tipos de bacterias y al igual que pueden entrar, pueden salir; la piel es un conector entre lo exterior e interior del cuerpo, es un puente comunicador altamente eficaz que provee de información desde el cerebro, el corazón, los pulmones, las uñas ya que es un sistema abierto y comunicativo.

El color de la piel varía según la cantidad de un pigmento, llamado melanina, que se deposita en las células cutáneas, la cual está determinada por la herencia y por la exposición a la luz solar.<sup>25</sup>

Bustamante (1984), nos habla del color de la piel y comenta que se debe a dos factores:

- 1) el volumen de sangre que circula en los capilares de la dermis, este color es el de la fracción eritrocítica de la sangre y
- 2) la melanina, pigmento de color oscuro que se encuentra en las capas profundas de la epidermis.

La textura de la piel es húmedo, seco, áspero o liso de acuerdo a la presencia de glándulas sebáceas y sudoríparas; puede ser firme y elástica en los jóvenes o estar laxo arrugado y arrugado en los viejos.

La función primordial de la piel, para los médicos y biólogos es la protección: de la epidermis, que está formada de células duras y resistentes, es la primera línea de defensa del organismo contra las lesiones mecánicas y químicas y la invasión bacteriana.

La piel humana posee propiedades inmunológicas, por lo tanto, la piel seca es resistente al paso de corriente eléctrica y ofrece cierta protección contra estos accidentes. La piel absorbe en forma variable las radiaciones electromagnéticas como rayos X blandos y luces ultravioleta, visible e infrarroja. (Cárdenas, 1971)

No obstante, la piel es proclive a padecer enfermedades originadas tanto por causas internas como externas. La inflamación de la piel o dermatitis puede producirse como consecuencia de la exposición a sustancias industriales irritantes, físicas o químicas, por el contacto con venenos de origen vegetal, o por quemaduras producidas por una exposición excesiva a los rayos ultravioleta del

---

<sup>25</sup> Schottelius, T., Fisiología, México, Interamericana, 1979, pag: 125

sol. <sup>26</sup> Además las afecciones cutáneas incluyen tumores, quistes sebáceos (lobanillos), úlceras y pigmentaciones congénitas o producidas por alteraciones en las secreciones internas. <sup>27</sup> No obstante, como ya lo había comentado, la piel es un órgano de comunicación entre el ambiente externo e interno y no lo asumo sólo como una barrera protectora en su totalidad ante lo externo del cuerpo.

## 2.1 PSORIASIS

La psoriasis es una dermatopatía que esta dentro de las 15 enfermedades de la piel más frecuentes en México y tiene una incidencia del 1.8%, según la Secretaria de Salud en el 2001, los egresos hospitalarios por causa según Institución, referente a las infecciones de piel y del tejido subcutáneo fueron en un total de 23,695 personas, con días de estancia 142,975, es decir, un promedio de 6.0 días por cada individuo.

A continuación presento el siguiente cuadro donde marca los Días de estancia en los hospitales por problemas dermatológicos, además de las Instituciones y sus egresos alrededor del año 2001.

Días de estancia	142,975
Promedio	6.0

INSTITUCIÓN	EGRESOS
SSA	7,206

---

<sup>26</sup> I.M.S.S., Guías Diagnóstico – Terapéuticas, México: Editorial Jar Impresiones Publicitarias, 1976, pag: 101-110.

<sup>27</sup> Schottelius, T., Fisiología, México, Interamericana, 1979, pag: 127

IMSS Sol	1,043
IMSS	12,579
ISSSTE	1,429
PEMEX	741
SEDENA	588
SECMAR	109

La psoriasis en cambio, es muy común en los estadounidenses, ya que afecta aproximadamente a tres millones de personas. Ésta enfermedad puede desarrollarse en forma repentina o gradual y en muchos casos desaparece y reaparece repetidas veces con el paso del tiempo. Esta condición puede afectar a las personas en cualquier edad, aunque comúnmente comienza entre los 15 y 35 años. ([www.secretariadesalud.org.mx](http://www.secretariadesalud.org.mx))

Fry (1977) comenta que la Psoriasis, es una palabra derivada del griego, etimológicamente significa: *psor: prurito, iasis: estado*. Se define como una dermatosis crónica, caracterizada por placas eritematoescamosas bien definidas que se localizan principalmente en codos, rodillas, región sacra y piel cabelluda, puede afectar también, toda la superficie cutánea, incluyendo las uñas. Se desconoce la causa, pero parecen influir factores inmunitarios, genéticos, psicosomáticos, ambientales y bacteriológicos.

Un brote de psoriasis puede desencadenarse por un traumatismo (heridas, golpes, quemaduras solares, etc.), el estrés psicológico, cambios hormonales (menstruación, embarazo, menopausia), procesos infecciosos de piel o vías respiratorias, y ciertos fármacos contraindicados como: sales de litio, Aines (indometacina), cloroquina, interferón alfa, betabloqueantes y antagonistas del calcio. En algunas personas los cambios hormonales pueden provocar mejorías. El exceso de alcohol y de peso perjudican. Además las condiciones ambientales

(temperaturas extremas, polvo de cemento, entre otras) pueden agravar el estado del afectado.

Uno de los aspectos más notables de la epidemiología de la psoriasis, según la Secretaria de Salud, es la diversidad en su prevalencia entre las distintas regiones y poblaciones. Esta afección invalidante y frecuente afecta del 1 al 3 % de la población mundial. Se han observado tasas de prevalencia que oscilan entre el 1 y el 2 % en EUA, entre el 1 y el 3 % en España, se aproximan al 5 % en los adultos de países escandinavos y, en algunas zonas de Europa superan al 2 %. En cambio, en las poblaciones andinas de Sudamérica rara vez se presenta.

La psoriasis, es una enfermedad inflamatoria (irritación e hinchazón) cutánea común caracterizada por episodios frecuentes de enrojecimiento, prurito, escamas gruesas, secas y plateadas en la piel.

Pedregosa (2003) comenta que la psoriasis es una enfermedad crónica y recurrente de la piel, que se caracteriza por la aparición de placas eritematoescamosas y pápulas sobre la superficie cutánea. Las lesiones suelen estar ligeramente elevadas sobre la superficie normal de la piel y se diferencian de forma clara de la piel normal; su color va del rojo al castaño rojizo. Suelen estar cubiertas por pequeñas escamas blanco grisáceas que se adhieren a la erupción subyacente y, que si se quitan, dejan una superficie eritomatosa con puntos hemorrágicos. La extensión de la enfermedad puede variar desde algunas lesiones pequeñas a la afección generalizada de la mayor parte de la superficie cutánea. Afecta de forma característica los codos, las rodillas, el cuero cabelludo y el pecho.

Fry (1997), comenta que la psoriasis parece ser un trastorno hereditario, ya que puede estar relacionado con una respuesta inflamatoria en la cual el sistema inmune accidentalmente ataca las células del propio cuerpo. Se puede presentar con más frecuencia en el tronco, los codos, las rodillas, el cuero cabelludo, los pliegues de la piel o las uñas de las manos, pero puede afectar cualquiera o todas las partes de la piel.

Normalmente, las células nuevas de la piel toman cerca de un mes para desplazarse desde las capas inferiores hasta la superficie. En la psoriasis, este proceso tarda sólo unos pocos días, ocasionando una acumulación de células cutáneas muertas y la formación de escamas gruesas.

La psoriasis se puede agravar por lesión o por irritación (heridas, quemaduras, erupciones, picaduras de insecto) y puede ser severa en personas inmunosuprimidas (como, por ejemplo, aquellas con tratamiento de quimioterapia para el cáncer o con SIDA) o quienes han presentado otros trastornos autoinmunes como la artritis reumatoidea.<sup>28</sup> No obstante, es importante aclarar que cuando el discurso médico no tienen claramente de donde proviene el padecimiento, estos declinaran y se abocaran a llamarlo como trastorno hereditario, ya que su poca visión objetiva y obstinada en diseccionar el cuerpo humano, no tendrán una explicación apegada al discurso científico, por lo tanto, no sabrán como tratar dicha enfermedad y se le dirá al paciente que la enfermedad que tienen no tiene cura, solo es controlable.

## **2.2 ETIOLOGIA DE LA PSORIASIS**

La etiología de la enfermedad es desconocida, aunque se ha observado una proliferación celular epidérmica muy rápida (tres a cuatro días en comparación con el periodo normal de tres semanas). Casi nunca se produce en personas con pigmentación negra en la piel y se observa la presencia de antecedentes familiares. Existen diversas preparaciones de aplicación local que pueden resultar útiles y en ocasiones la erupción cede con la exposición al sol. En 1979 se introdujo con éxito un tratamiento para la psoriasis crónica grave. Consiste en cubrir primero la piel con un tinte que absorbe la luz ultravioleta y después exponer la zona a ese tipo de luz. Debido a que esta técnica produce un aumento

---

<sup>28</sup> Eseverri, A., Dermatitis atópica, España: Editorial Ars Medica, 2001, pag: 1.

de la incidencia de cánceres cutáneos leves, se reserva sólo para casos graves de psoriasis<sup>29</sup>.

Cortés (1972), afirma que la psoriasis es una enfermedad crónica que evoluciona en brotes de causa desconocida, que se caracteriza por placas eritematoescamosas en diferentes partes de la piel. Se presenta por igual en hombres y en mujeres, en todas las edades, predominando en jóvenes y más frecuentemente en personas de piel blanca (parece que la presencia de melanina protege contra la enfermedad).

También es ampliamente reconocido que la psoriasis es una enfermedad familiar y hereditaria (diátesis psoriasica), por el modelo biomédico, para tener una mejor posibilidad de opción ante esta enfermedad, ya que médicos y biólogos instalados en la era de la atomización y la sub especialización, no conciben la existencia de índoles afectados por la condición cognitiva, emocional y social. Dejando mejor la responsabilidad de las enfermedades a la herencia, a los gérmenes, bacterias y a los virus.

Kenneth (1985), comenta que es llamativo el hecho que las lesiones psoriasicas muchas veces coinciden con perturbaciones emotivas que parecen actuar como factores desencadenantes, por lo que se dice que es una enfermedad psicósomática.

Les parece una aberración que las emociones y pensamientos, tengan vínculo con la piel, es una confusión el poder tratar de manera integral a la persona, ya que la medicina escisiona la anatomía del ser humano para estudiarlo, como el dermatólogo sólo observa la patología en la derma, mientras que el psiquiatra solo la mente y sus patologías, y nombro patologías, porque

---

<sup>29</sup> Calnan, C., Atlas en color de Dermatología, Londres: Editorial Wolfe Publishing Ltd., 1990, pag: 160

constantemente se encuentran diagnosticando, encuadrando y etiquetando a los padecimientos.

El médico especialista al estar preguntándole a los pacientes el conjunto de síntomas, siempre va a ser con la firme visión de encontrar un diagnóstico lo más aproximado y cercano a su padecimiento y así poderlo bombardear de medicamentos, hasta que uno de estos o el conjunto de todos tengan cierto efecto y temporalidad en la saneación de él órgano afectado.

Ya que más tarde este cúmulo de medicamentos, tendrán un efecto secundario y dañino en otros órganos y el padecimiento por el que llegó el paciente se irá incrementando, recayendo y enfermando sus órganos que aparentemente no tenían ningún problema, mientras su salud irá en declive, aunado con mayores visitas al médico especialista y con grandes cantidades de medicamentos, que estos sólo darán como respuestas mayores enfermedades y menos esperanzas de vida.

Pedregosa (2003) los medicamentos, las infecciones virales o bacterianas, el excesivo consumo de alcohol, la obesidad, la falta de exposición a la luz solar, la sobre exposición a la luz solar, el estrés, la salud general deficiente, el clima frío y la fricción frecuente de la piel están también asociadas con brotes de psoriasis. Esta condición no es contagiosa.

La psoriasis es extraña, y es una enfermedad que mucho tiene que decir la piel, al tratarnos de mandar mensajes con significados de un desequilibrio en el cuerpo, que a partir de todos aquellos síntomas presentes en ella, la piel al igual que la psoriasis es diferente en cada individuo, y cada parte del cuerpo de las personas tiene un simbolismo, una historia y los padecimientos también tiene un fin de ser, ya que la psoriasis a pesar de ser encasillada en un cuadro de enfermedad, cada individuo la padece y le aparece en diferentes partes de su cuerpo, ya que puede “aparecer en el tronco por ambas caras, superficies de extensión de miembros o en lugares especiales poco comunes como las palmas, las plantas y el pene. Las lesiones se caracterizan por presentar eritema y

escama, siempre combinados y formando placas de diverso tamaño y número.”<sup>30</sup> Por lo general las placas son bien limitadas, de bordes definidos, no activos. Muy blancas, de aspecto yesoso, gruesas. El raspado de la escama da la sensación de raspar una vela de parafina (signo de la parafina), quedando al final una lamina delgada que al desprenderla con la cucharilla aparece un fino puntilleo rojizo (signo de Auspitz).<sup>31</sup>

Entonces para que los médicos, en específico los dermatólogos como ya lo habíamos mencionado, necesitan encasillar síntomas y darle una etiqueta al padecimiento del paciente con un diagnóstico, esto realizándolo en la piel.

El diagnóstico se basa usualmente en el aspecto de la piel.

- Se puede requerir una biopsia de piel o raspado y cultivo de los parches cutáneos para descartar otros trastornos.
- Se puede hacer una radiografía para detectar artritis psoriásica, en caso de que se presente dolor articular y éste sea persistente.

El diagnóstico se establece por las lesiones tan típicas, pero en ocasiones es necesaria la ayuda de la histopatología. Con esta técnica se aprecia hiperqueratosis con zonas de paraqueratosis (presencia de núcleos en la capa cornea), acantosis y elongación de los procesos interpapilares).

Por lo tanto esto nos deja entre ver que a partir de una mutilación a la piel y al apariencia que tenga, se podrá hallar el diagnóstico preciso de la enfermedad que se tenga, pues se supone que los médicos especialistas en piel y por el tiempo de estudio, darán una curación y eficacia en el tratamiento de los padecimientos de la población. Sin embargo, al darnos cuenta la psoriasis como enfermedad es un problema de Salud Pública, donde cada día se incrementa la

---

<sup>30</sup> Pedregosa, J., Introducción general a la dermatología basada en la evidencia, España, Panamericana, 2003, pag: 64.

<sup>31</sup> Íbidem, 2003, 64.

población con este padecimiento, en México ya es una de las 15 enfermedades más frecuentes, pareciera que el modelo biomédico reduccionista, no está dando los suficientes resultados a los padecimientos, al encontrarse solamente en la visión de enfermedad y no de salud.

El modelo médico alópata, más que un discurso del saber anatómico-fisiológico del cuerpo, es un discurso encargado por la reparación a la máquina llamada cuerpo, llamémoslo así: mecánicos de la salud, donde sólo cortan, quitan, parchan, acomodan y tratan de dar una buena apariencia al cuerpo enfermo, para después de dicho cuerpo, cuando esté enfermo le quiten otro órgano averiado, y todo por la falta de visión unificadora, entre piel, mente, órganos, etc., y esto será alimentado con medicamentos que dañarán aún más a ese cuerpo enfermo.

### **2.3. SINTOMAS DE LA PSORIASIS.**

El modelo de salud reduccionista, a enmarcado la sintomatología de la enfermedad psoriasica de la siguiente manera, recordando que a partir de esto se puede diagnosticar y mandar tratamientos a las personas, solamente teniendo esta visión de síntomas, sin detenernos a observar y preguntar de la vida diaria y rutinaria de las personas, ni mucho menos el tipo de dieta que llevan, ya que al dermatólogo sólo se puede centrar en lo que estudio, la piel, si observa alguna alteración de tipo mental, o de otro orden mandará al paciente con otro especialista.

Entonces los síntomas se centran a nivel piel, es decir, que son observables y antiestéticos, por ello los pacientes se dan cuenta y se percatan que existe un desequilibrio en ellos y lo único que desean es algún medicamento rápido, eficaz que retire la mancha, roncha o picor, empezamos por los parches cutáneos, los cuales son vistos a primera vista en pacientes con psoriasis, basado en el modelo alópata según Pedregosa (2003)

- Parches cutáneos
- secos o rojos
- normalmente cubiertos de escamas plateadas
- parches levantados en la piel
- acompañados de bordes rojos
- se pueden agrietar y doler
- parches normalmente discretos y demarcados
- normalmente localizados en los codos, las rodillas, el tronco, el cuero cabelludo, las manos o las uñas
- Lesiones cutáneas que incluyen pústulas, agrietamiento de la piel, inflamación o enrojecimiento de la piel
- Prurito
- Pequeños puntos descamativos en la piel (especialmente en los niños)
- Dolor o achaque articular que puede estar asociado con un tipo especial de artritis (artritis psoriásica)

Otros síntomas que pueden estar asociados con esta enfermedad son:

- Anomalías en la uña
- Lesiones genitales en los hombres
- Secreción, ardor y prurito en los ojos
- Aumento en el lagrimeo

## **2.4 TRATAMIENTOS PARA LA PSORIASIS, BASADO EN EL MODELO ALÓPATA**

El tratamiento se centra en el control de los síntomas y la prevención de las infecciones secundarias y varía de acuerdo con el grado y severidad del trastorno. Los casos resistentes o severos pueden requerir tratamiento intensivo.

Bustamante (1984) comenta que la terapéutica dermatológica comprende tres niveles: profilaxia, curación y rehabilitación. El tratamiento profiláctico consiste

en evitar las sustancias, agentes o condiciones que desencadenen o perpetúen algún trastorno cutáneo. Algunos pacientes necesitan evitar cambios bruscos de temperatura ambiental, baños de agua caliente, climas secos, determinadas prendas de vestir, abuso de agua y jabón, exposición al sol, determinados alergenicos en el medio ambiente, exposición a ciertas sustancias sensibilizantes e irritantes, etc. La hospitalización llega a constituir en ocasiones una medida profiláctica pues aísla temporalmente al paciente de un ambiente generador de angustias y tensiones.

Pareciera que al hospitalizar a la persona y tenerlo en un lugar aislado de su ambiente proclive al estrés, miedo, angustias, tristeza, entre otros, el paciente, adquiere confortabilidad en un lugar aislado de todo eso, como si su enfermedad fuera un detonante que le avisara sale o una fuga ante lo que vive. Es una forma de exteriorizar lo que no se habla por la boca, pero si por la piel.

La terapéutica curativa, en dermatología, puede ser farmacológica, empírica y por placebos. Dentro del tratamiento empírico, la psicoterapia ocupa lugar importante. Es necesario explicar al paciente algunos aspectos de su padecimiento según su nivel cultural, aclararle dudas y erradicar ciertos mitos y falacias, pues muchos pacientes ven las enfermedades de la piel como algo sucio y repugnante. Debe ejercitarse la habilidad de persuadir, consolar y aconsejar a los pacientes: a veces, con decirle que su padecimiento no está ligado a falta de higiene y que no es contagioso, el enfermo se sentirá más tranquilo. Hay que estar consciente de los sentimientos de los pacientes, aunque ellos no los demuestren directamente.

Cada paciente percibe de manera diferente su padecimiento; algunos presentan verdadera distorsión de la percepción y en ellos, los problemas triviales pueden conducir a estados depresivos. (Parrish, 1982) La importancia de la dieta en dermatología es discutible, pero en ocasiones vale la pena aplicarla. Algunos pacientes observan que determinados alimentos y bebidas exacerban la

sensación de irritación y prurito, por lo que cabe excluirlos de la dieta: otros mejoran notablemente al hacerlos bajar de peso o someterlos a dieta rigurosa. Existen indicaciones más precisas, como la exclusión de algunos alimentos en la urticaria, la exclusión de leche en la hipersensibilidad a la lactoalbúmina, la dieta libre de gluten en las dermatitis herpetiformes y las aftosis, la dieta sin colesterol en las hipercolesterolemias y a dieta rica en proteínas en los procesos con mucha descamación (Lazarus, 1993)

Los dermatólogos no dan mayor importancia a la dieta o a la ingesta de alimentos del paciente con psoriasis, ya que estas se escudan, en que no es su área la nutrición, sin saber que la alimentación es importante en cualquier proceso curativo, en especial la piel.

Las lesiones psoriasicas que cubren toda o la mayor parte del cuerpo son un síntoma de emergencia que requiere hospitalización. El trastorno puede causar dolor muy agudo. El cuerpo pierde grandes cantidades de líquido y se aumenta la susceptibilidad a infecciones secundarias severas que se pueden convertir en sistémicas, comprometiendo órganos internos y progresando hacia un *shock* séptico y la muerte. El tratamiento abarca analgésicos, sedantes, líquidos intravenosos y antibióticos.

Pedregosa (2003), lo primero que se administra a un paciente psoriasico, es un medicamento experimental llamado benzodiacepina-423 (Bz-423), relacionado químicamente con los medicamentos para la ansiedad Valium y Xanax, hallado por un reciente estudio de la Universidad de Michigan.

Por ello la importancia que tiene que ver con el estrés y ansiedad de los individuos, aún más en las grandes ciudades donde pareciera que el estrés es un mal de la ciudadanía y un virus para la piel, donde inmediatamente el picor y enronchamiento hacen lucir una entrada a la enfermedad de los nervios, proyectándose en la piel; pero sobre todo que tristeza que tengan que dopar los estados emocionales, ya que la gente no puede controlarse a sí misma, desconociéndose a ellos mismos.

En cultivos de piel humana diseñados para imitar la psoriasis, los investigadores hallaron que la Bz-423 inhibía el crecimiento celular. La psoriasis se caracteriza por un crecimiento celular descontrolado.

"Actualmente, los mejores tratamientos para las lesiones cutáneas relacionadas con la psoriasis son los esteroides tópicos, pero el problema con esos medicamentos es que no son selectivos con la células que causan la enfermedad. También afectan a las células normales y el uso reiterado puede llevar con el tiempo a la destrucción de los tejidos"<sup>32</sup>, aseguró en una declaración preparada Gary Glick, un profesor de química biológica.

Por ello la importancia de tener bastante cuidado con los profesionales que creen tener el conocimiento grande y extenso de la piel ya que , si a estos los dejamos que realicen sus diferentes conocimientos reduccionistas, tendremos aún más efectos secundarios, en los órganos que no están dañados y que esto repercutirá a nivel celular, ya que al hablar de psoriasis, es un desarrollo celular a gran velocidad.

Con esto no me estoy refiriendo al personal médico como personas deshumanizadas y despiadadas, que solo desean hacer trepanaciones y extirpaciones, no, sino hablo del modelo fragmentado, que utiliza la medicina para *sanear* paliativamente, las diferentes partes del cuerpo y que no es el más adecuado para tratar a las personas, ya que son individuos, no objetos, que no pueden ser manipulados y ni usados como la cultura del desecho y reciclaje.

Ya que el objetivo de los tratamientos alópatas es librar la piel de lesiones psoriasicas durante un período de tiempo, lo que se llama "limpiar", "aclerar las manchas" o remisión, que es lo que nos ofrece la dermatología, aliviar temporalmente los síntomas. Por ello la psoriasis se hace resistente a un tratamiento, que deja de ser efectivo, y por tanto debe cambiarse por otro.

---

<sup>32</sup> Fitz Patrick,T., Dermatología en medicina general, Buenos Aires: Editorial Panamericana, 1997,pag: 65

El problema en sí, no es tanto la dermis, si no el proceso que tuvo que pasar para que se formara de esa forma el órgano llamado piel, por ello también es importante y fundamental cambiar los hábitos alimenticios.

Existe un amplio abanico de tratamientos. Aunque todos los tratamientos de la psoriasis son efectivos para mucha gente, ninguno lo es para todo el mundo: la respuesta a cada tratamiento varía de una a otra persona. Consecuentemente, un paciente no debe quedarse estancado en un solo tratamiento cuando no le resulte efectivo. Frecuentemente, el médico rotará los tratamientos para evitar o minimizar los efectos secundarios a largo plazo y por supuesto rotará los tratamientos para poder saber que medicamentos serán los efectivos en su tipo de piel, desequilibrando a otros órganos como el hígado, el riñón, entre otros mientras el paciente se quedará con la alternativa de la medicina alópata, por la desesperación a querer mágicamente quitar lo que no les está agradando.

Los tratamientos se dividen en cuatro clases: tópicos (directamente sobre la piel), fototerapias (luz ultravioleta), baños e internos (pastillas, píldoras, inyecciones). Usualmente, cuando se inicia el primer tratamiento, se aplica un tratamiento tópico, pasando a fototerapia o tratamientos internos si los otros no son efectivos o por que la gravedad del caso lo requiera. El criterio es usar primero los tratamientos con menos efectos secundarios y sólo pasar a otros más agresivos si los primeros fracasan.

psoriasis en pacientes que no la tenían, como el interferón. Sólo ahora los avances en el conocimiento de los procesos celulares y los mecanismos inmunológicos implicados en la psoriasis permitirán el diseño de “terapias a medida” reduciendo previsiblemente los efectos secundarios de otras terapias actuales.

Los casos leves normalmente se tratan en el hogar. Los medicamentos tópicos pueden ser:

---

Shampús contra la caspa con o sin prescripción médica:

Shampús o lociones que contengan alquitrán de hulla

- Cortisona u otros corticosteroides
- Lubricantes
- Medicamentos antimicóticos
- Antibióticos
- Fenol

Eseverri (2001) por su parte, comenta que se pueden prescribir medicamentos inmunosupresores inyectados o por vía oral (tales como corticosteroides o metotrexato), pero únicamente en casos muy severos. También se podrían prescribir otros medicamentos como los retinoides o la ciclosporina.

Otros tratamientos pueden comprender la exposición moderada a la luz solar o la fototerapia. La piel se sensibiliza aplicando un ungüento a base de alquitrán de hulla o administrando psoralenos orales (un medicamento que hace que la piel se torne sensible a la luz). Luego, la persona es expuesta a la luz ultravioleta. Se debe evitar la quemadura solar que puede empeorar la condición.

Para los pacientes que sufren una forma severa de la enfermedad, a estos se les trata con un tratamiento en el que consiste con medicamentos como etanercept (Enbrel) el cual ataca la causa de la psoriasis a nivel celular. Sin embargo, estos medicamentos son muy costosos y, al igual que todos los medicamentos, pueden causar efectos secundarios. Etanercept está aprobado por la FDA para el tratamiento de la artritis psoriásica y de la psoriasis. (Fry, 1997)

La artritis psoriásica, la cual se desarrolla en un pequeño porcentaje de pacientes con psoriasis, se puede tratar con analgésicos no esteroides casi de la misma forma que la artritis normal.

---

El paciente psoriasico, debe mantener una buena salud en general para reducir el riesgo de nuevos brotes y mantener un plan adecuado de reposo y ejercicio, consumir una dieta bien balanceada como ya lo habíamos comentado, evitar el estrés y tratar con prontitud las infecciones respiratorias o de otra índole. Se debe conservar una buena higiene de la piel para prevenir infecciones secundarias, por lo que se recomienda bañarse o ducharse diariamente. Igualmente, se debe evitar frotarse en forma áspera, ya que podría irritar la piel y causar nuevos brotes de la enfermedad. Los baños de harina de avena pueden actuar como calmante y ayudar a aflojar las escamas. Se pueden utilizar igualmente preparaciones comerciales o mezclar una taza de dicha harina en la bañera con agua caliente. (Schottelius, 1979)

**Artropatía:** esta complicación de la psoriasis es poco observada en México o se le puede confundir con la artritis reumatoide ya que presenta un cuadro clínico similar a esta y que consiste en afectación de las articulaciones dístales en forma simétrica, con dolor, inflamación y flogosis.

de cloroquinas, corticoesteroides sobre todo los sistémicos.<sup>33</sup>

#### **2.4.1 Tratamientos tópicos del modelo alópata**

Los tratamiento tópicos son aquellos que se aplican directamente sobre la piel, como los alquitranes, corticoides, calcipotriol, antralina, emolientes, baños, etc. Generalmente se aplican con la mano pero en algunos casos se pueden aplicar con guantes de papel o plástico para proteger la piel de la mano. Hay que tratar sólo la zona afectada, no el resto de la piel.

Usualmente, cuando se inicia un tratamiento tópico pasando a la fototerapia o tratamientos internos si los otros no son efectivos, o porque la gravedad del caso

---

<sup>33</sup> Lookingbill, D., Biblioteca básica de medicina dermatología, Buenos Aires: Editorial Panamericana, 1988, pag: 68

lo requiera. Lo ideal es usar primero los tratamientos con menos efectos secundarios y solamente pasar a otros más agresivos si los primeros fracasan.

Muchos tipos de curación para la psoriasis se han descubierto por casualidad al aplicarlas a otras enfermedades y sólo ahora los avances en el conocimiento de los procesos celulares y los mecanismos inmunológicos implicados permitirán el diseño de “terapias a la medida”, reduciendo previsiblemente los efectos secundarios.

Los tratamientos tópicos según, Lookingbill (1988) se dividen en siete clases:

1. **Sistémicos** (internos, pastillas, píldoras, inyecciones).
2. **Fototerapias** (luz ultravioleta).
3. **Tratamientos combinados** (tópico + fototerapia + interno).
4. **Psicoterapias.**
5. **Balneoterapia** (baños, barro, etc.)
6. **Climaterapia**

En cuanto a los retinoides cabe destacar la aparición del acitretino, que presenta ventajas respecto al etretinato en cuanto a que se elimina más rápidamente de la sangre puesto que no se acumula en la grasa. Además, presenta un riesgo menor de inducir malformaciones fetales. Recientemente se ha introducido el tazarotene del cual existen estudios que indican que aporta mejoras a un 60% de afectados después de ocho semanas de uso.

A continuación enumeraré una lista de los tratamientos tópicos aplicados a los pacientes con psoriasis, esta lista es importante ya que demuestra que dichos medicamentos al igual que los tratamientos internos solo son paliativos, estos no

curan, solo responden a la teoría de causa – efecto; ya que las personas tienen la creencia que con ellos su piel recuperará el mismo aspecto, y si lo hará, aunque temporalmente, regresando a su estado afectado.

No obstante tiene la facilidad de encontrarse en el Vademécum, ya que este tiene los diferentes medicamentos y sus consecuencias que tendrán en el organismo.

caso del cuero cabelludo se pueden usar en forma de champú. También existen preparados para añadir al baño. Uno de sus inconvenientes suele ser su olor desagradable, que varía dependiendo de la composición de cada preparado, ya que existe una gran variedad de alquitranes. También en determinados casos pueden causar irritación. Usualmente, por esta razón, se aplican antes de ir a dormir y se limpian por la mañana. Los alquitranes están formados por miles de sustancias distintas, por lo que es difícil descubrir cuales de ellas son las que los hacen efectivas. Los alquitranes se pueden usar en combinación UVB. También pueden usarse en combinación con baños de sol. Tras su aplicación hay que tener precaución con la exposición al sol o rayos ultravioleta, pues la piel queda sensibilizada y podría quemarse.

## **Antralina**

La antralina es altamente irritante y mancha la piel. Por ello sólo debe aplicarse a las placas de psoriasis. Debe manejarse con precauciones: nunca debe aplicarse a la piel sana. Los compuestos más fuertes se han limitado históricamente a su aplicación en hospitales, aunque existen nuevos derivados que pueden aplicarse en consultas externas, tanto en el cuerpo como en el cuero cabelludo. Se aplica

con guantes para no dañar la piel de las manos. La antralina se deja reposar durante unos minutos sobre la piel afectada y después se quita.

Con los corticoides, su descubrimiento fue una revolución en la dermatología, pues tienen muchas aplicaciones. Son los más recetados. Tienen efecto antiinflamatorio. Son un medicamento de acción muy rápida, no son irritantes, y no manchan la piel ni la ropa. Causan efectos secundarios locales en la piel y hay que aumentar las dosis paulatinamente para producir el mismo efecto. Cuando se dejan, pueden ocasionar rebrotes, por lo que deben aplicarse siguiendo estrictamente las instrucciones del dermatólogo. No se deben dejar de aplicar de golpe; en un período de varios días, la dosis se reducirá poco a poco. Existen muchas variedades y potencias distintas.

## **Calcipotriol**

El Calcipotriol es un derivado de la vitamina D para el tratamiento tópico de la psoriasis en placas leve a moderada, comercializado en forma de pomada, crema y loción, esta última para el cuero cabelludo. No deja residuos de color, ni mancha la ropa, ni huele.

Calcipotriol actúa regulando la división y funcionalidad de los queranocitos (células de la epidermis o capa superficial de la piel) las cuales están aumentadas y alteradas en la placa psoriásica. También actúa sobre los mecanismos inflamatorios e inmunológicos de la placa psoriásica.

El Calcipotriol no interacciona con la luz UV, puede utilizarse solo o en combinación con otros tratamientos de la psoriasis (tópicos y sistémicos) y carece de los efectos secundarios de los corticoides tópicos. La dosis máxima a aplicar es de 100g por semana en adultos, que no deben sobrepasarse para evitar la alteración de los niveles séricos de calcio. Está aprobado para su uso en niños a

partir de 6 años, adaptando la cantidad de producto a aplicar en función de la edad.

### **Ditranol micro encapsulado**

Es un derivado sintético de la crisarobina, alquitrán de origen vegetal. Detiene la división celular incontrolada. Al aplicarlo sobre la placa psoriásica, actúa de forma selectiva sobre la célula alterada respetando la piel sana perilesional, minimizando al máximo la irritación y los problemas de teñido de las antralinas tradicionales. Se puede utilizar en el cuero cabelludo.

### **Tacalcitol (Bonalfa)**

Es un análogo de la vitamina D3 que actúa de forma similar al calcipotriol, regulando la proliferación y diferenciación de las células epidérmicas. Aporta como ventaja el hecho de que debe ser aplicado sólo una vez al día, y que se puede aplicar en los pliegues y en la cara. Después de su aplicación prolongada no produce efecto rebote, irrita menos que los alquitranes y las antralinas y no mancha la ropa. Puede combinarse con corticoides tópicos y fototerapia, para aumentar así su eficacia. **Tazarotene (Zorac)**

Es el primer retinoide tópico (derivado de la vitamina A) disponible para el tratamiento de la psoriasis y se presenta en forma de gel. Se debe aplicar una capa fina una sola vez al día y nunca generosamente. La aplicación debe limitarse a la placa y hay que procurar que no la sobrepase, pues puede irritar la piel sana. Es un tratamiento tópico muy potente, cuya eficacia máxima se puede observar al cabo de 8 semanas de tratamiento. Emolientes o lubricantes Aunque algunos no estén considerados como medicamentos, son el tratamiento básico preventivo y de mantenimiento, ya que mantienen la humedad de la piel, reducen el picor, aumentan la elasticidad de la piel y evitan grietas. Aunque no son tan efectivos como otros tratamientos, pueden ayudar y son suficientes en algunos casos. Se

deben aplicar diariamente. Hidratan la piel. Contienen aceites minerales (vaselina, parafina, glicerina), vegetales (coco, oliva, almendras dulces, soja, sésamo) o de animales (lanolina). El uso regular de hidratantes puede ayudar a disminuir la inflamación y la descamación.

## **Ácido salicílico**

Disminuye la formación de escamas y las elimina. Usualmente se administra en forma de pomada o de crema, con otros ingredientes.

## **Baños**

Sumergir el cuerpo en agua ayuda a sentir la piel más confortable y a reducir el picor que puede acompañar a la psoriasis. Se pueden añadir aceites, preparados de alquitranes, sales o avena. El baño debe durar al menos 15 minutos. Puede ser útil para desprender las escamas que engrosan las placas. Al finalizar el baño es aconsejable aplicar hidratantes o aceites.

## **Climoterapia**

Consiste básicamente en tomar baños de sol y de mar. Algunos sitios son especialmente atractivos, como el Mar Muerto o las Islas Canarias. En el Mar Muerto se encuentran condiciones favorables, como luz solar con menos rayos UVB, agua que contiene gran concentración de sales y centros donde se encuentra compañía de otras personas con psoriasis. Desde tiempos bíblicos es una zona conocida por sus propiedades curativas. Muchas zonas de España son adecuadas para la climoterapia debido a que gozan de bastantes horas de sol. Por su clima, algunos lugares son adecuados durante todo el año como la zona de Levante y las Islas Canarias. Algunos pacientes practican el nudismo para poder tomar baños de sol integrales.

## **Fototerapia**

Se usa la luz ultravioleta de entre 290 y 320 nanómetros. Es luz de alta energía, de una frecuencia mayor que la visible. La luz del sol contiene, en su espectro luminoso, luz ultravioleta de tres clases: UVA, UVB y UVC. La ultravioleta C (UVC), es la de mayor frecuencia y es dañina, pero casi no llega a la Tierra, gracias a la capa de ozono que nos protege. La UVA y la UVB, sí llegan a la tierra y se usan en muchos tratamientos

### **Burasil (Crema, Loción)**

Es una combinación de ácido salicílico, urea, aceites primarios vegetales, animales, vitamina D3, ácido hialurónico y antiinflamatorios naturales. Potente medicamento tópico que elimina la comezón y la molesta descamación, no mancha la piel ni la ropa, además no tiene efectos colaterales conocidos. En el total de los pacientes logra mejorías del 90% hasta por año y más tiempo, asegurando que un resultado positivo está a la mano. Se aplica 1 ó 2 veces al día en las partes afectadas y debe controlar su aplicación de acuerdo con la mejoría presentada.

Las placas desaparecerán al cabo de 4 ó 6 semanas de aplicación en el cuerpo, y en el cuero cabelludo en 2 semanas.

El Burasil, se puede aplicar de dos formas, en crema para el cuerpo y loción para el cuero cabelludo que se deben complementar para mejores resultados con el uso de colágeno con placenta y/o aceite revitalizante. La administración del Burasil como terapia, puede ser usada permanentemente.

### **Emolientes o lubricantes**

Aunque algunos no estén considerados como medicamentos son el tratamiento básico preventivo y de mantenimiento, ya que conservan la humedad, reducen el picor, aumentan la elasticidad de la piel y evitan grietas. Aunque no son tan efectivos como otros tratamientos pueden ayudar y son suficientes en algunos casos. Se deben aplicar diariamente.

Hidratán la piel, contienen aceites minerales (vaselina, parafina, glicerina), vegetales (coco, oliva, almendras dulces, soja, sésamo) o de animales (lanolina). El uso regular de hidratantes puede ayudar a disminuir la inflamación y la descamación.

Pudiendo corroborar que en la alopátia colocan demasiado énfasis en quitar síntomas que solamente darán lugar a una curación por encima de la enfermedad, y como lo podemos leer, los alquitranes son un ejemplo de esto, ya que también estos se tienen que estar colocando constantemente y en mayores dosis ya que lo único que hacen dañar aún más la piel, además que realice anticuerpos ante dichas pomadas, y así se coloquen con más dosis aumentando la efectividad y llegar a que el medicamento no tenga mayor indicio de curación ante la piel enferma, más que la enferme más.

#### **2.4.2 Tratamientos internos del modelo alópata**

El tratamiento sistémico, es todo aquel que se toma por vía oral (por la boca) o intramuscular (mediante inyecciones). Estos tipos de medicamentos son los que mayormente recetan los médicos para contrarrestar las enfermedades desde el ámbito biológico, ya que tienen la creencia que todo parte de esto.

No obstante, es increíble ver en la actualidad el incremento tan descontrolado de personas que padecen alguna enfermedad y que acuden al modelo bio - médico para encontrar un alivio. Siendo que las principales causas de muerte se deben a enfermedades que en un principio iniciaron con síntomas que no se tomaron en cuenta, y cuando lo hicieron tuvieron que acudir a los tratamientos internos alópatas, los cuales son de ayuda oportuna en el momento, sin darnos cuenta que estos llevan consigo una serie de iatrogénias que van a implicar y dañar a otros órganos, convirtiéndose la enfermedad entonces en enfermedades y con el paso del tiempo crónicas, ya que se darán diferentes medicamentos para los diferentes males de la persona, llevándolo a un deterioro

de su cuerpo, un decaimiento en su salud y a una muerte en algunos casos lenta, en otros muy rápida, además de dolorosa e inevitable.

En dermatología existen diversos tratamientos internos, de los cuales a continuación hablo, me gustaría que quedara claro que estos solamente son reflejo de lo que ha llegado la segmentación de las enfermedades de piel y por lo tanto, que el modelo médico alópata al tratar la recuperación y la buen estética de la piel con una gran gama de medicamentos, estos atacan como bombas que atacan desde lo interior a lo exterior o viceversa como los tratamientos tópicos, siendo que esto tendrá una repercusión en otros órganos para poder filtrar dichas bombas. Recordemos que los problemas de piel, son síntomas de un padecimiento interno y que esta actúa como aviso de desequilibrios internos en el cuerpo.

Calnan (1990) nos habla de los diferentes tratamientos internos y en algunos las precauciones que se deben de tener ya que en vez de proveer una ayuda estos pueden dejar secuelas, estos tratamiento son los más utilizados en la enfermedad de la psoriasis.

### **PUVA (fotoquimioterapia)**

La PUVA, la cual significa psoraleno + UVA. Primero se toma el psoraleno y pasado un rato se aplican los rayos UVA en una cabina especial de un hospital.

Los psoralenos provienen de una planta que ya se conocía en el antiguo Egipto. El psoraleno es un compuesto fotoactivo (o sea que reacciona con la luz) que se administra en pastillas y que aumenta el efecto de los rayos ultravioletas. Se usa en pacientes graves o que no han respondido a otras terapias. Se dan varias sesiones por semana y cuando se consiguen resultados positivos, puede darse un tratamiento de mantenimiento. La dosis del psoraleno dependerá del peso del paciente.

En algunas personas el psoraleno puede causar molestias como náuseas, dolor de cabeza y mareos. Hoy en día se están desarrollando nuevos tipos que evitarán este problema. Existen otras formas de aplicación del psoraleno: en forma de baño o aplicándolo (o 'pintando') sobre las lesiones directamente. Aunque estas formas de aplicación eliminan efectos secundarios internos de las pastillas, suponen mayor riesgo de quemaduras y requieren mejor dosificación de los rayos UVA.

Los rayos UVA de esta fototerapia son distintos a los de aparatos usados en gimnasios y similares.

Como precaución, la fotoquimioterapia PUVA no se aplica cuando hay pocas placas, ni en embarazadas, niños o pacientes con varices importantes, enfermedades de hígado o riñón, etc. Como es conocido, la radiación ultravioleta A produce un efecto de envejecimiento de la piel.

## **Metotrexato**

Es un fármaco potente que se administra en formas severas y extensas de psoriasis. También se aplica en psoriasis artropática. Usualmente se ingiere por vía oral. El tratamiento con metotrexato puede durar varios meses. Puede darse intermitentemente tras la mejora de las lesiones. Se recomienda en casos graves y si fallan otras terapias.

Como precaución, es necesario realizar análisis de sangre para controlar el funcionamiento del hígado.

## **Retinoides (Neotigason)**

El etretinato y el acitretino se reservan para formas severas de psoriasis (p.palmoplantar pustulosa, p.pustulosa generalizada, p.eritrodérmica). Se toma por vía oral. Debido a su capacidad de provocar defectos en el feto, las mujeres en

edad de procrear deben usar métodos anticonceptivos eficaces durante el tratamiento y por un período de 2 años después de dejar de tomar el retinoide. Esto no se aplica a los varones. En ambos casos, no debe donarse sangre tras haber recibido tratamiento con retinoides, pues éstos quedan acumulados en la sangre por largo tiempo.

## **Ciclosporina A (Sandimmun Neoral)**

La ciclosporina es un inmunosupresor usado en enfermedades inflamatorias y para disminuir el rechazo tras los trasplantes de órganos. Su efectividad en la psoriasis se considera una evidencia del importante papel del sistema inmune en la manifestación de la enfermedad. La ciclosporina es el tratamiento más efectivo para la psoriasis con respuestas en alrededor del 90% de los pacientes. Las dosis usadas varían entre 2,5 mg/kg/día y 5 mg/kg/día. La mejoría clínica se alcanza al cabo de 4-8 semanas y las recaídas suelen producirse entre 2 y 3 meses *tras suspender el fármaco*, aunque hay remisiones prolongadas de hasta 8 meses. Una vez conseguido el blanqueamiento se puede establecer una dosis de mantenimiento durante un tiempo (terapia continua) o suspenderla (terapia intermitente) y esperar a la nueva recaída para volver a administrarla.

Se consideran contraindicaciones absolutas para su uso la insuficiencia renal, la hipertensión no controlada, antecedentes de neoplasias y presencia de neoplasias excepto los cánceres cutáneos no melanoma. Los efectos secundarios, suelen ser en función de las dosis y reversibles al suspender el tratamiento. Los más frecuentes son el aumento de la presión arterial y el deterioro de la función renal, en menos del 10% de los pacientes. Con las dosis usadas en psoriasis en tratamientos inferiores a los 2 años no se han presentado casos de cáncer cutáneo ni cáncer interno atribuibles al tratamiento.

La prevención y control de los efectos secundarios de la ciclosporina básicamente vigilarse la presión arterial, los lípidos y la creatinina sanguíneos. A pesar de que es un medicamento bien tolerado y con un buen perfil de seguridad a

las dosis empleadas en psoriasis, su uso se plantea como alternativa terapéutica para los pacientes con psoriasis moderada y grave que no han respondido al tratamiento tópico.

### **Corticoides orales (sistémicos)**

Los esteroides aplicados directamente a una lesión aislada (inyección intralesional) pueden ser efectivos en la eliminación de lesiones psoriasicas y raramente producen efectos secundarios. A veces se dan pequeñas dosis de un esteroide oral durante un corto espacio de tiempo para controlar un brote. Normalmente, en cambio, las inyecciones intramusculares y las pastillas se evitan en los tratamientos de rutina por sus potenciales efectos secundarios graves.

### **Anapsos**

Obtenido de la planta Polipodium Leucotomus, actúa como un inmunomodulador atenuando los efectos de ciertos linfocitos con lo que se consigue una mejoría de la psoriasis. Las dosis varían entre 3-5 cápsulas de 120 mg cada día.

### **Tratamientos combinados**

En general son todas aquellas terapias que combinan a la vez varios de los tratamientos mencionados, bien sea aplicándolos en el mismo día o alternativamente.

Lo que se intenta con estos tratamientos combinados es reducir la cantidad necesaria de cada medicamento con el fin de reducir sus efectos secundarios, o complementar los puntos positivos de cada uno, o acelerar el proceso de tratamiento. Ejemplos: la antralina + UVB, los alquitranes + UVB.

Como podemos corroborar los tratamientos tópicos del modelo alópata tienen gran desventaja en colocarlos sobre las pieles enfermas, ya que estos medicamentos lo que hacen es solo tratar de calmar temporalmente el padecimiento, pero no erradicarlo de raíz; dándonos a conocer que estos medicamentos simplemente responden a la apariencia física como respuesta inmediata, calmando angustias y ansiedades de los pacientes, además >sobre aviso no hay engaño> y digo esto ya que los médicos lo que dirán después de este tratamiento es que la enfermedad no es curable sólo controlable.

### **2.4.3. Medicamentos alópatas para tratar el prurito o la comezón de la psoriasis.**

"El agua fría que alivia el dolor, el calor y la comezón. Además de empapar las placas, elimina el calor y detiene la comezón, ya que al sumergir tanto los pies y manos en una mezcla de agua y yodo, esto detendrá por un instante el prurito, sin embargo, se debe de tomar hydroxyzine (antihistamina formulada). Puesto que lo pone soñoliento, se recomienda sólo una píldora a la hora de acostarse. Sin embargo, hay momentos, que se puede tomar una durante el día." Si no tiene que conducir. <sup>34</sup>Esto me permite una reflexión de la psoriasis, a partir de lo anterior, ya que el autor nos invita a un estado de adoquín o soñoliento y de descanso, es decir, un estado sin preocupaciones y estrés, en calma, exhortando a aliviar el picor de la piel con agua y con ayuda de un supresor de los estados emocionales, como la píldora.

Me conlleva a la idea que el cuerpo habla y no solo la boca, es más el cuerpo necesita ser escuchado y atendido, cuestionarse que es lo que nos trata de decir, con esto me gustaría explicar cual es la diferencia entre el lenguaje corporal para los otros y el lenguaje corporal para uno mismo, que en cierta forma son formas de conocimiento para la persona, de la cual puede entender y comprender una mejor forma de relación consigo mismo y para los otros.

---

<sup>34</sup> Fry, L., Inmunología de las enfermedades de la piel, Barcelona: Editorial Jims, 1977, pag: 130

Para explicar el lenguaje corporal para los otros, son todas aquellas acciones que dan información a las personas con las que nos comunicamos verbalmente o con las que propiamente no, este tipo de lenguaje se hace de manera automática ya que se encuentra implícito en nuestro cuerpo, ya que es de manera aprendida desde muy niños.

El lenguaje corporal para los otros puede modificarse de acuerdo a nuestros intereses y saber como manejarse, ya que caigo en la idea que en primer lugar es un conocimiento de uno mismo para los otros y propiamente para cada quien, este lenguaje puede reaprender, ya que es un sistema flexible y acorde para cada individuo, de hecho los expertos en negocios como políticos, economistas, psicólogos, comunicólogos, las personas que estudian teatro o mimos, entre otros, pueden realizar una interpretación exacta de los mensajes corporales de los otros; por ejemplo, cuando nos encontramos en situaciones que generen que escuchemos atentos y en silencio, inmediatamente el lenguaje corporal actúa, colocándose en una posición receptiva como la mano derecha sobre la cara, o con la mano y el dedo índice sosteniéndola, de hecho el 80% de nuestro lenguaje lo hacemos con el cuerpo, el restante lo hablamos y es una forma de conocimiento de cómo es que reaccionamos o respondemos ante ciertos estímulos ambientales y que estos son fuentes de conocimiento.

Con esto me gustaría que se entendiera que dicha investigación se enfoca al lenguaje corporal para uno mismo, y así tomar en cuenta lo que nos trata de decir el cuerpo, ya que cuando existe el desequilibrio en el cuerpo, es denominado enfermedad corporal, más no como forma de expresiones y comunicación del cuerpo para el cuerpo.

Con respecto a el lenguaje corporal para uno mismo, es aquel que se manifiesta en los síntomas de muchas enfermedades como en piel; tomándolos como avisos, que a su vez es una comunicación ensimismada para cada individuo, es un dialogo interpretativo o como una lectura del propio cuerpo, de ahí el refrán <en ti está la curación>, cada enfermedad por muy parecida que sea y

se generalice en igualdad de síntomas, no debe de englobarse en que tendrá una recuperación por el mismo proceso, por medicación alópata. Cada individuo es diferente, tiene una historia, un proceso y su propia construcción de la enfermedad.

No podemos estar encasillándonos en la pobre educación basada en buscar las respuestas afuera y no adentro de nosotros, y por lo tanto la administración ignorante de los diferentes medicamentos alópatas para cada síntoma, por ello la existencia de tantos paliativos que hacen solo daños en algunos casos irremediables, en otros se hace una adicción y una tolerancia a la droga.

Por ello la tarea de saber escucharnos es una tarea desde chicos, la cual con el paso del tiempo se va borrando o más bien nos lo van borrando, al igual que la intuición; esto conllevado por la ciencia segmentada y fría más que a un aprendizaje unificador con nuestros cuerpos y alrededores naturales.

Entonces empezare la lista de los supresores de dolores, prurito o comezón, además para la disminución de la reacción inflamatoria de la piel ocasionados por la psoriasis, los cuales son de origen alópatico, al igual también retomo las contraindicaciones y sus efectos secundarios de dichos medicamentos; esta fuente de información fue retomada del Vademécum 2005.

## **Antihistamínicos**

Son compuestos que antagonizan la acción de la histamina. Algunos de sus efectos son: anticolinérgicos, antiespasmódicos, bloqueadores adrenérgicos, anestésicos locales, antiserotonínicos e inhibidores del sistema nervioso central.

Existen 6 grupos de antihistamínicos:

1. Etilendiaminas
2. Éteres aminoalquílicos

3. Alquilaminas
4. Piperacinas
5. Fenotiacinas
6. Misceláneos.

En dermatología se indican los antihistamínicos en caso de: alergias, urticaria, prurito, edema angioneurótico, dermatitis, eccema y reacciones de hipersensibilidad.

Los objetivos de administrar antihistamínicos en las dermatosis, en este caso la psoriasis, son para disminuir la reacción inflamatoria, el prurito y las respuestas alérgicas y de hipersensibilidad.

Están contraindicados cuando existan antecedentes de accesos asmáticos agudos, tendencia a la retención urinaria, glaucoma, úlcera péptica estenosante y durante la lactancia.

Los efectos secundarios están: apatía, lasitud, sedación, mareos. Es necesario informar al paciente de estos efectos para evitar posibles accidentes. En ocasiones, también se pueden presentar la pérdida de apetito, náusea, gastritis, dolor de cabeza y vómito.

Algunos antihistamínicos pueden provocar sequedad de boca, micciones frecuentes, palpitaciones, hipo e hipertensión arterial, cefalalgia, sensación de debilidad, opresión torácica y trastornos visuales. En casos muy graves se pueden presentar leucopenia y agranulocitosis.

Todos estos efectos disminuyen o desaparecen al modificar la dosis, cambiar el antihistamínico o suspenderlo. Se debe indicar al paciente no combinar antihistamínicos con alcohol, tranquilizantes, antidepresivos y medicamentos atropínicos, ya que se pueden potenciar sus efectos. Las anfetaminas pueden disminuir los efectos antihistamínicos.

## Glucocorticoides

Son hormonas producidas por la corteza suprarrenal o también de manera sintética. A dosis mayores que las fisiológicas ejercen efecto antiinflamatorio.

Estos fármacos se emplean tanto en el tratamiento local como general de las enfermedades del sistema tegumentario, siendo ésta una ventaja sobre los antihistamínicos.

Los glucocorticoides son: cortisol, cortisona y corticosterona. El más abundante es el cortisol.

En dermatología existen cinco indicaciones básicas para su empleo general:

1. Reacciones alérgicas agudas o anafilácticas, en las que está en peligro la vida del paciente: choque anafiláctico.
2. Enfermedad de la colágena y procesos ampollosos generalizados y graves, en los que el sistema inmune se encuentra alterado: pénfigo y penfigoide.
3. En casos de eccema agudo generalizado, resistente al tratamiento conservador y que incapacita al paciente.
4. Como tratamiento a corto plazo de dermatitis agudas y graves de curso definido: síndrome de Stevens Jonson, síndrome de Lyell.
5. Algunos trastornos vasculares generalizados en los que están involucrados órganos vitales y se sospecha etiopatogenia inmunológica: vasculitis, púrpura.

Se puede administrar por vía bucal y parenteral, no obstante, se ha visto mejores resultados de absorción y actividad cuando son administrados por vía bucal.

El cortisol afecta el metabolismo intermediario de nutrientes (carbohidratos, lípidos, proteínas, agua y minerales); sobre todo, posee efecto gluconeogénico; es inhibidor del proceso inflamatorio, disminuye la cantidad de eosinófilos y

linfocitos. Además, inhibe la proliferación de fibroblastos, aumenta la desintegración de colágena y tiene efectos sobre los procesos inmunológicos.

El mecanismo de acción antiinflamatoria, se explica como un efecto estabilizador sobre las células o como la supresión de la capacidad celular para producir sustancias desencadenantes del proceso inflamatorio. Se piensa que los glucocorticoides impermeabilizan la membrana lisosómica, impidiendo así que las enzimas escapen, causando daño y la consiguiente respuesta inflamatoria.

Su biotransformación se realiza principalmente en hígado y se elimina por riñón y vías biliares.

Los glucocorticoides sintéticos tienen ventaja en relación a los naturales, ya que poseen menor efecto sobre el metabolismo de electrolitos. Ejemplo de este tipo son prednisona y prednisolona.

Como efectos secundarios se encuentran: retención de agua y sodio, aumento del apetito, hiperhidrosis, aumento de peso, propensión a infecciones, pérdida de potasio. La sintomatología es muy variada; así, puede existir: erupción cutánea, cefalea, insomnio, debilidad muscular, distensión abdominal, osteoporosis, obesidad hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca, fragilidad vascular, catarata, úlcera gástrica, tromboflebitis, dismenorrea, hirsutismo, retardo en la cicatrización de las heridas, seborrea, alopecia.

Esta contraindicado su uso en caso de tuberculosis activa, diabetes, infecciones (bacterianas y virales), insuficiencias cardiaca congestiva, insuficiencia renal, úlcera péptica, hipertensión arterial y evitar durante el embarazo.

La administración prolongada de corticoides inhibe la función de la corteza suprarrenal, por lo que la supresión del tratamiento debe ser paulatina.

Utilización local: se emplean en caso de: eccema, dermatitis por contacto, padecimientos inflamatorios, pruriginosos, hiperplásicos, infiltrativos.

Existen tres grupos de corticosteroides tópicos, tomando como base su potencia farmacológica.

En el primer grupo se encuentran los de baja potencia; como el acetato de hidrocortisona.

En el segundo grupo, de potencia media o moderada, se encuentran: la dexametasona y el butirato de clobetazona.

En el tercer grupo se encuentra los de alta potencia, como el valeriato de betametasona y el acetónido de triamcinolona y por último lo de potencia muy alta, que corresponden al grupo cuarto: el acetónido de fluocinolona, el hacinónido y el propionato de clobetasol.

Los efectos secundarios locales se pueden presentar: atrofia y estrías de la piel por disminución de colágeno, lesiones purpúricas, dilatación vascular, telangiectasias y predisposición a infecciones locales.

Esta contraindicado en acné, úlceras de las piernas y en infecciones micóticas y virales de la piel. Los corticoides de alta potencia nunca deben ser utilizados en lesiones de la cara.

## **Analgésicos**

Son fármacos que tienen como principal efecto quitar el dolor, pero también presentan propiedades antipiréticas, antiinflamatorias y antirreumáticas.

Se indican analgésicos en afecciones dermatológicas como herpes y eritema nudoso. Existen muchos otros padecimientos que cursan con dolor, pero el tratamiento local ofrece alivio sintomático suficiente; se emplean también en cirugía dermatológica.

## **Salicilatos**

El más conocido es el ácido acetilsalicílico (aspirina). Son analgésicos, antiinflamatorios, antipiréticos y antirreumáticos; inhiben la formación de prostaglandinas, reducen la inmunidad celular y prolongan el tiempo de sangrado.

Administrados por vía bucal, se absorben rápidamente en estómago; son irritantes de la mucosa gástrica y pueden producir desde náusea hasta hemorragia

intestinal, por lo que se aconseja tomarlos con leche o después de los alimentos. Su biotransformación es en hígado y su eliminación es por riñón.

Como efectos adversos puede presentar: erupción cutánea, náuseas, vómito, pirosis, irritación gástrica, agranulocitosis, hepatitis, daño renal.

Están contraindicados en enfermos de úlcera péptica, en los que sufren hemorragia, o en pacientes que están siendo tratados con anticoagulantes. La administración asociada con antiácidos disminuye su absorción

Estos analgésicos son los más útiles dentro de la terapéutica dermatológica.

## **Anilinas**

El acetaminofén es un derivado de la anilina. Se piensa que su acción ocurre en el tálamo, hipotálamo y en las terminaciones nerviosas que conducen estímulos dolorosos.

El acetaminofén, no posee efecto antiinflamatorio, se absorbe rápidamente. Puede alterarse su absorción si se ingiere junto con pectina. Se excreta por orina y empieza actuar a los 15 minutos.

Su efecto secundario es: somnolencia, erupciones cutáneas y anemia hemolítica

## **Pirazolonas**

La fenilbutazona es el derivado de las pirazolonas más utilizado, por sus efectos antiinflamatorios. Además posee efectos analgésico y antipirético.

La vía de administración que proporciona mayor absorción es bucal. Se fija a proteínas plasmáticas; esto permite que aún después de haberse suspendido su administración persista el fármaco en sangre, aproximadamente una semana, se metaboliza en hígado y se elimina por riñón.

Su efecto secundario: exantema cutáneo y reacciones de hipersensibilidad, provoca agranulocitosis, alteraciones hepáticas, gastrointestinales y renales.

Está contraindicado en caso de discrasias sanguíneas, afecciones renales o hepáticas y en úlcera péptica.

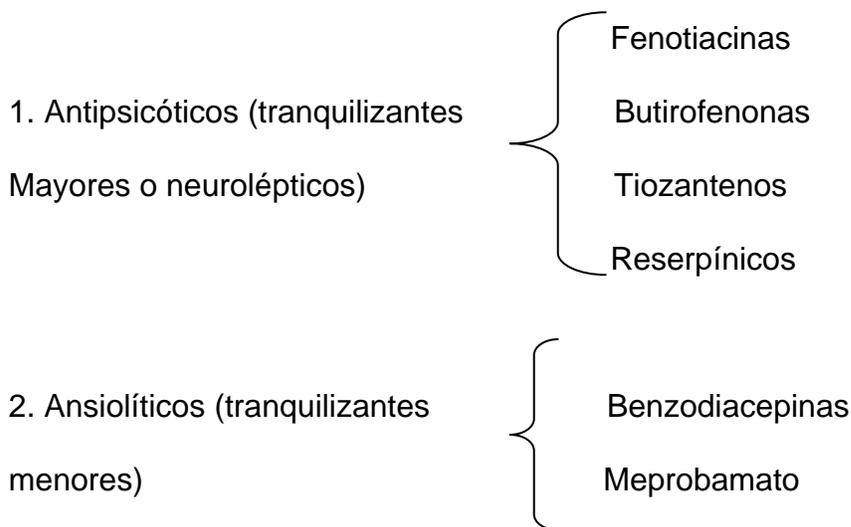
## Psicofármacos

Se utilizan en dermatología para reducir la ansiedad, el prurito y controlar el insomnio.

Además se emplean en el tratamiento de dermatosis crónicas o sumamente pruriginosas. Son útiles en pacientes que presentan problemas emocionales, provocado por su enfermedad.

Los más utilizados en dermatología son: psicosedantes (psicodepresores) y antidepressores tricíclicos.

## Psicosedantes



## Antipsicóticos

Son fármacos que tienen efectos sobre el sistema nervioso. Están indicados en caso de prurito intenso.

### Efectos generales:

a) depresores débiles

- b) antieméticos
- c) provocan cambios de temperatura
- d) modifican el tono del músculo esquelético
- e) causan alteraciones sobre el sistema endocrino y el sistema límbico.

#### Efectos sobre el sistema nervioso periférico:

- a) son bloqueadores adrenérgicos
- b) parasimpaticolíticos
- c) antihistamínicos
- d) antiserotonínicos
- e) anestesia local.

Los efectos adversos son: alteraciones hepáticas, discrasias sanguíneas, erupciones cutáneas, hipotensión, sequedad de boca, midriasis e hipertensión ocular. La sintomatología secundaria se caracteriza por náusea, mareo, debilidad, parkinson farmacológico e hiperquinéticas.

### **Ansiolíticos**

Los ansiolíticos que se utilizan en dermatología son las benzodiacepinas, las más utilizadas son: clordiazepóxido, diacepam y loracepam.

Se prescriben como coadyuvantes en padecimientos con inestabilidad emocional, por ejemplo: neurodermatitis, eccema atópico, algunos casos de alopecia y vitiligo. También en dermatosis que por sus características generan angustia en los pacientes.

Actúan sobre sistema nerviosos, provocando sedación, hipnosis débil, relajación del músculo esquelético, acción anticonvulsivante y potencian el efecto de barbitúricos y anestésicos.

### **Antidepresores tricíclicos**

Se administran para mejorar el estado de ánimo de los pacientes, dentro de este grupo se encuentran: Imipramina y amitriptilina.

Como efectos secundarios se pueden presentar: hipotensión, sudación, molestias epigástricas, náusea, vómito, sequedad de boca, estreñimiento, retención urinaria, parkinsonismo (a dosis altas), agranulocitosis.

Estos fármacos pueden potenciar la acción de Antipsicóticos, antihistamínicos, catecolamina y narcóticos.

## **Antimicóticos**

Son antibióticos utilizados en el tratamiento de infecciones provocadas por hongos, sirve en el tratamiento local y general de las dermatomicosis.

Griseofulvina, es el producto de fermentación del penicillium griseofulvium. Tiene efecto antimicótico (fungistático) y antiinflamatorio. Se utiliza en el tratamiento de las tiñas.

Se administra por vía bucal y se absorbe mejor cuando se acompaña con alimentos rico en grasas, debido a su afinidad por los lípidos

Su efecto secundario: disminución de la presión arterial, cefalea, mareo, letargia, neuritis periférica, visión borrosa, insomnio, erupción cutánea, náusea, vómito, diarrea, anorexia, irritación de la mucosa bucal fotosensibilidad.

## **Ketoconazol**

Antifúngico hidrosoluble del grupo de los imidazoles. Esta indicado en tinea capitis, corporis y pedis; en onicomycosis por cándida y dermatofitos, pitiriasis vericolor, candidiasis cutánea, granuloma moniliásico y micosis profundas.

#### **2.4.4. Tratamiento para la prevención de la psoriasis basado en el modelo alópata.**

González (1988), en su libro Diagnóstico de salud en México, habla respecto a la prevención de la psoriasis, comentando que esta varía según los diferentes cuadros que presente. No obstante, en todos los casos las medidas son semejantes: evitar que pacientes con esos antecedentes usen jabones de mala calidad y tengan contacto con irritantes primarios, o con productos sensibilizantes. Muy importante es la información que debe darse a estos pacientes acerca de la naturaleza de su enfermedad.

La mayoría de las formas de la psoriasis pueden complicarse cuando se emplean irritantes locales o corticoterapia, evolucionando a cuadros de eritrodermia (dermatitis exfoliativa) que pueden poner en peligro la vida del paciente.

El tratamiento de psoriasis varía según su tipo; generalmente se recomienda reducir a todo lo posible la acción de irritantes primarios sobre la piel, evitar los factores desencadenantes ya descritos, disminuir el estado de estrés psicológico y hacer terapéutica específica local y general. El tratamiento local se adaptará al estado evolutivo del proceso y a su variedad clínica. Se aconseja evitar irritantes externos, durante la fase aguda (con prurito, eritema, vesiculación, exudación) usar fomentos y baños exclusivamente.

En la fase subaguda (prurito, eritema, costras, exudación, con o sin infección secundaria) lociones y linimentos; en la fase crónica (eritema, descamación, prurito, liquenificación), cremas y ungüentos.

El uso de corticoides locales está limitado a cierto tipo de eccemas crónicos y requiere vigilancia por la frecuencia de las reacciones secundarias (infección atrofia) y por el fenómeno de “rebote” (recidiva con aumento de los fenómenos inflamatorios) que provocan al suspenderlos bruscamente. También se encuentra limitado el uso de cremas, ungüentos o soluciones conteniendo antibióticos por el

peligro que existe de sensibilización a estos medicamentos, de tanta utilidad en procesos infecciosos generales y que invalidarían su empleo ulterior. El empleo de corticoides por vía general sólo se justifica en las complicaciones severas (eritrodermia) y debe hacerse en pacientes hospitalizados.

El uso de la tintura de Millán se recomienda en la dishidrosis y su fórmula magistral es la siguiente:

Violeta de genciana	0.1 g.
Verde de metilo	0.1 g.
Alcohol	50 ml.
Agua destilada	50 ml.

Como lo acabamos de leer la prevención de la psoriasis, está basado en el no contacto de los diferentes detonantes o agentes causantes de la irritabilidad de la piel y así disminuir los diferentes cuadros de dermatitis según el modelo alópata, encasillando que las enfermedades del sistema tegumentario solamente son el resultado de los cuidados externos.

Es una visión acertada para un modelo que solamente puede ver lo que la fragmentación se lo permite, sin embargo, la visión es corta, no permitiendo ver todas las implicaciones que conllevan a una enfermedad y no solamente queriendo tapar el sol con un dedo, las enfermedades están al día, no podemos seguir usando tintura de Millán para tapar la placa de psoriasis.

La psoriasis es una enfermedad que permite la reflexión de que otros órganos se encuentran involucrados en el desequilibrio que se permite ver en la piel. Recordando que una enfermedad es el desequilibrio interno y como la psoriasis son síntomas palpables y que se ven antiestéticos y que para ello es necesario no sólo atacar a dichos síntomas, sino ir más allá y poder entender lo que está diciendo la piel, además la prevención de la psoriasis no se queda sólo en cuidados de la piel, sino todo aquello que le introducimos al cuerpo a nivel

emocional y alimenticio, este último es el motor y vida tanto para la longevidad como para la salud.

Colbin (1993), comenta que dentro de el tratamiento de la piel, es necesario que el paciente identifique las fuentes de estrés en su ambiente y a modificar su respuesta a ellas. Se dice que estos pacientes tienden a ser demasiado concienzudos, eficientes, compulsivos y que se preocupan de problemas mínimos. Además estos pacientes no son tolerantes al níquel por lo que su dieta debe cambiar, suprimiendo los alimentos enlatados y los alimentos ácidos cocinados en recipientes de acero inoxidable, té, cacao y chocolate.

Lookingbill (1988), nos comenta las diferentes terapias para combatir estos padecimientos, a través de la medicina alópata, los cuales podemos analizar que son simplemente supresores de los estados emocionales o algún tipo de cuidados paliativos en piel, en cambio el autor Colbin nos exhorta a revisar la alimentación y los estados emocionales como un agente proclive a la psoriasis.

## **2.5. TIPOS DE PSORIASIS SEGÚN EL MODELO ALÓPATA**

El tipo de observación de la piel afectada, al igual la realización del expediente clínico es una forma de mantener registros, atender órganos, dar pie a macroestructuras, dejando un aire de parcialidad en la persona, en los pacientes, dando una semejanza a un trozo de carne.

Es un claro ejemplo que los médicos se basan en expedientes no en seres humanos, se basan en formas etiquetadoras a los cuerpos humanos, dejando de lado las relaciones personales, el sistema de salud en México al tener consulta en Instituciones públicas o de gobierno, cada vez que se asiste a consulta encuentras un médico diferente, es más, para poder pasar a consulta debes de esperar de dos a cuatro horas y mientras existe la acumulación de estrés, tensión y desesperación, es decir, la salud es una industria y una bomba de tiempo, ya que

mientras en hospitales privados la atención es igual al monto de dinero que puedes dejar, haciendo ricos a los hospitales, y esto a su vez es igual a la atención y los días que podrás ser *atendido*.

Es deprimente saber que a partir de el dinero que tengas es la calidad de servicios que te puedan ofrecer en un hospital, pero sobre todo las especialidades que existen en los hospitales, haciendo cada vez más y más clasificaciones y reduccionismo absurdos, que únicamente deshumanizan, un ejemplo esta en os diferentes tipos de psoriasis, según Fitz Patrick, T., (1997):

### **Psoriasis de placas**

Es la forma más frecuente, en forma de placas bien delimitadas de pocos milímetros hasta varios centímetros de diámetro. Si las placas cubren mucha superficie se habla de psoriasis generalizada. Usualmente las placas aparecen primero en las rodillas, los codos, en el cuero cabelludo, o detrás de las orejas, pero pueden presentarse en cualquier parte del cuerpo.

### **Psoriasis en los pies y manos (palmoplantar)**

Aparece en manos y/o pies. Si no hay otras lesiones en el resto del cuerpo, puede ser difícil diagnosticarla. La psoriasis en las manos puede dificultar la relación social. La psoriasis en las plantas de los pies puede dar problemas de movilidad.

### **Artritis psoriásica**

Es una artritis inflamatoria que se da en, aproximadamente, un 5% de los afectados de psoriasis. Puede darse con o sin afectación de la piel, antes o después de aparecer las señales de psoriasis en la piel. Existen diversas formas de psoriasis artropática. En algunos casos mejora con el mismo tratamiento que recibe la piel. Además de visitar al dermatólogo, puede ser conveniente acudir a un reumatólogo para tratarla independientemente.

La artritis de Psoriasisica es un tipo específico de artritis, que se desarrolla en aproximadamente 23 de las personas que tienen psoriasis. La enfermedad

puede ser difícil diagnosticar, particularmente en sus formas más suaves. La artritis de Psoriasisica puede empezar despacio con síntomas suaves, o puede desarrollar rápidamente. La artritis del Psoriasisica puede ser una enfermedad progresiva.

Los síntomas incluyen: tiesura, dolor, inflamación, suavidad en las coyunturas y piel suave en el tejido alrededor de las coyunturas.

Reducción de los movimientos: tiesura en la mañana en las extremidades o coyunturas y cansancio.

Cambios en la conformación de las uñas, incluyendo deshuesando o descascarado, levantado de la uña del lecho ungueal, sucede en el 80 de las personas con artritis de Psoriasisica, los ojos son rojos y dolor de los ojos como conjuntivitis.

Las coyunturas normalmente afectadas por artritis del Psoriasisica son las muñecas, rodillas, tobillos, más bajo y detrás del cuello. La artritis Psoriasisica se puede desarrollar en algún tiempo, pero para la mayoría de las personas aparece entre las edades de 30 y 50 años, afecta a los hombres y mujeres igualmente.

Existen Cinco Tipos de Artritis de Psoriasisica (APS) <sup>35</sup>

- La Artritis Simétrica: muy parecida a la artritis reumática pero generalmente más suave con menos deformidades. Normalmente afecta simétricamente por pares las coyunturas juntas y puede ser eliminada. La psoriasis asociada es a menudo severa. Afecta al 50 de las personas con esta forma de (APS) los grados de intensidad varían, la enfermedad es progresiva y destructiva y puede ser controlada para evitar su desarrollo.
- Artritis Asimétrica o Asimétrico: (no se presentan en las mismas coyunturas o sea en ambos lados del cuerpo) esta artritis normalmente involucra únicamente 3 coyunturas. Puede afectar cualquier coyuntura, como la

---

<sup>35</sup> Fry, L., Inmunología de las enfermedades de la piel, Barcelona: Editorial: Jims, 1977, pag: 45.

rodilla, cadera, tobillo o muñeca. Podría involucrar simplemente un dedo o varios ellos. Las manos y pies se agrandan se forman dedos "salchicha", causa inflamación de los tendones.

Las coyunturas pueden acalorarse, abrirse y ponerse rojas. Los individuos pueden experimentar dolor de la coyuntura periódicamente y son normalmente sensibles a la terapia médica. Esta forma es generalmente suave, aunque algunas personas pueden controlar la enfermedad.

- Artritis Distal entre Falange Predominante: Esta forma de artritis, aunque es "clásica" sólo ocurre en 5 de las personas con artritis Psoriatica. Principalmente, involucra las coyunturas dístales o laterales de los dedos de manos y dedos de los pies (la coyuntura cerca a la uña). A veces está se confunde con osteo artritis, excepto por los cambios de las uñas que son normalmente prominente.
- Artritis Spondilitis: Se presenta en 5 de los individuos, con la inflamación de la espina dorsal, es el síntoma predominante. Inflamación con tiesura más abajo del cuello por la parte de atrás, las vértebras de espina dorsal o sacro ilíacas, son síntomas comunes en un número mayor de pacientes, haciendo el movimiento del cuello doloroso y difícil. La enfermedad periférica o superficial puede presentarse en las manos, brazos, caderas, piernas y pies. La Psoriasis Spondilitis, cuando es severa, puede asociarse con los síntomas generalizados.
- Artritis Mutilans: Esta es la artritis Psoriatica más severa ya que deforma y destruye, afecta a menos del 5 de las personas con artritis Psoriatica. Afecta las coyunturas pequeñas de las manos y los pies principalmente, aunque también el cuello frecuentemente, se asocia a los dolores del cuello por la espalda o si el dolor es más bajo. Este tipo puede progresar durante varios meses o años. Las señales de alarma son manifestaciones artríticas con remisiones de psoriasis superficial que tienden a coincidir.

## **Psoriasis en las uñas**

Es muy variable, pero afecta a muchísimos psoriásicos; algunas personas sólo tienen éste síntoma de la psoriasis. Algunos tienen pequeños “puntos” en las uñas, parecidas a las marcas de un dedal, otros manifiestan un engrosamiento de la lámina de la uña o unas manchas amarillas que son desprendimientos de las uñas de su base.

### **Psoriasis de cuero cabelludo**

Es muy habitual. Se confunde con el eczema seborreico, aunque la escama no es grasienta, es más difícil de desprender y no ocasiona pérdida irreversible del cabello.

### **Psoriasis de la cara**

La piel de la cara tiene más absorción y es más delicada de tratar que otras zonas del cuerpo.

### **Psoriasis invertida**

Es la psoriasis que aparece en los pliegues de la piel (axilas, pubis, ingles, pechos, etc.) precisamente la mayoría de los afectados no la tiene.

### **Psoriasis guttata**

Es la psoriasis en forma de múltiples y pequeñas gotas, muy eritematosas, cubiertas de fina escama. Es más frecuente en niños y jóvenes. Suele aparecer tras una infección por estreptococos (bacterias) en las vías respiratorias superiores. Puede desaparecer espontáneamente o transformarse en psoriasis de placas.

### **Psoriasis eritodérmica**

Aparece usualmente por la aplicación de algún medicamento. Existe una forma seca y una húmeda o edematosa. La forma edematosa es más severa y requiere muchas veces el ingreso en el hospital. Causa problemas graves que afectan a otros órganos además de la piel. Toda la piel del cuerpo está afectada.

### **Psoriasis pustulosa**

Es una complicación grave y poco habitual. Brotan sobre las placas vesículas cuyo contenido es purulento (pústulas) sin que se deba a infecciones. Pueden quedar localizadas en alguna parte del cuerpo o generalizarse.

### **Psoriasis de Placa**

La psoriasis de la placas es la forma más típica de la enfermedad, cuatro de cinco personas tienen este tipo de psoriasis. Una "placa" es el nombre usado para describir las formaciones bien definidas de la piel roja, levantada, y la palabra "lesión" también se utiliza comúnmente. El nombre técnico para la psoriasis en placas es "psoriasis vulgaris".

La acumulación blanca escamosa, plateada encima de las placas se llama escama; se compone de las células muertas de la piel. Esta escama está casi suelta y se desprende constantemente de las placas. La piel afectada con psoriasis es generalmente muy seca, otros posibles síntomas incluyen agrietamiento, dolor de la piel, comezón (itching).

### **Psoriasis Guttate (gota a gota)**

La psoriasis de Guttate se asemeja a gotas pequeñas, rojas, individuales en la piel (la palabra guttate viene del significado latino "gota"). Estas lesiones aparecen generalmente en el tronco y los miembros, y a veces en el cuero cabelludo, y no están agrupadas densamente y no escaman como la psoriasis en placas. La psoriasis Guttate comienza a menudo en la niñez o en la pubertad, y puede ser accionado por una infección.

### **Psoriasis Erythrodermic (enrojecimiento de la piel)**

La psoriasis de Eritrodermica es una forma determinada de "psoriasis inflamatoria" que afecta a menudo la mayoría de la superficie del cuerpo. Es la forma menos común de la enfermedad. Aparece muy comúnmente en la gente que tiene psoriasis inestable en placas, donde las lesiones no se definen claramente.

La forma Eritrodermica de psoriasis es caracterizada por el enrojecimiento constante, extenso, y ardiente de la piel. La eritrodermia (enrojecimiento) y la

exfoliación (vertimiento) de la piel son acompañados a menudo por comezón (itching) y dolores severos de la piel. La hinchazón puede también convertirse.

### **Psoriasis Pustulosa Generalizada**

Se llaman las áreas del cuerpo amplias extendidas por psoriasis pustulosa. El primer médico que lo describió la psoriasis pustulosa en los años 1900 fue Von Zumbusch. En esta forma relativamente rara de la enfermedad, las áreas extensas de la piel enrojecida (erythema) se transforma, y de desarrolla, la piel blanda, Pústulas, ampollas de pus no infecciosa y puede cambiar y aparecer como piel seca, y puede ser aguda y dolorosa y después reaparece la piel banda y pustulosa por varios días.

### **Psoriasis Pustulosa Localizada**

Las pústulas del psoriasis se puede, encontrar en áreas localizadas. Determinadas como las manos o los pies. La forma llamada el pustulosa "palmo - plantar" (PPP) es caracterizada por (pústulas hasta el 5 centímetro, o solo de 5 milímetros) se presentan pústulas grandes en áreas carnudas de manos y de pies, tales como la base del pulgar y de las caras de los talones. Las pústulas aparecen sobrepuestas a través de placas enrojecidas de la piel, después se convierten a marrón y después se descascaran.

Otra forma rara se llama acropustulosis (o las series continuas del acrodermatitis de Hallopeau). En este tipo, las lesiones de piel se presentan en los extremos de los dedos y a veces en las puntas. Las lesiones pueden ser dolorosas y que invalidan, con deformidades en la uña y, en casos severos, cambios en el hueso.

### **Psoriasis Suave**

Consideran a la gente con psoriasis con menos de 2% de su cuerpo, tener un caso suave. Generalmente, las lesiones aisladas del psoriasis se encuentran en las rodillas, los codos, el cuero cabelludo y las manos y los pies. Los tratamientos tópicos, incluyendo cremas hidratantes y cremas, ungüentos y champúes, son generalmente suficientes para mantener el psoriasis controlada.

### **Psoriasis Moderada**

La psoriasis moderada se define cuando esta afectado entre 2% y 10% de la superficie del cuerpo. La psoriasis puede aparecer en los brazos, las piernas, torso, el cuero cabelludo y otras áreas. Las terapias apropiadas incluyen tratamientos tópicos, foto terapia y tratamientos orales o sistémicos, dependiendo de la localización y del fragmento de piel afectado por psoriasis y de otros factores individuales.

### **Psoriasis Severa**

La Psoriasis que cubre más del 10% del cuerpo se considera severa. Las áreas extensas de la piel se pueden cubrir con las placas o las pústulas del psoriasis, o la Eritrodérmica extensa. puede causar la peladura severa de la piel. La gente con psoriasis severa es más probable que desarrollar artritis psoriatica. Los tratamientos de gran alcance, incluyen medicaciones, fototerapia, orales, sistémicos o internos o una combinación de todos éstos, son generalmente necesarios para manejar la psoriasis severa.

## **2.6. LA ALIMENTACIÓN COMO TRATAMIENTO Y VIDA PARA EL PACIENTE CON PSORIASIS.**

Determinados alimentos producen una reacción negativa en los pacientes con psoriasis, como el alcohol, carnes, lácteos, café, etc. Algunos de estos se consideran como los que mantienen la psoriasis más activa por sus altos niveles de toxinas, en algunos pacientes pueden afectarles las carnes rojas (res y cerdo, grasas) a otros los lácteos, a otros los condimentos y picantes, a otros el alcohol y

las grasas. Se debe tener en cuenta que en ciertas regiones o países por tradición y cultura el consumo de ciertos alimentos es mayor como: en nuestro país, en México los picantes, Argentina las carnes y lácteos, Brasil y Colombia el café, aunque su consumo es muy generalizado, en estos países una persona se toma hasta más de un litro de café al día.

En México, se dice que por el consumo de los picantes algunas enfermedades como el cáncer son menores, sin embargo, no se tiene la seguridad de que esto sea así. Además es importante tener en cuenta que algunos alimentos que son indispensables por su aporte proteínico o vitamínico y que son indispensable para el organismo, se pueden reemplazar por otros que no causen molestia a la piel.

Eliminando algunos productos alimenticios de la dieta, se podrá lograr una mejoría ya que no se consumirían algunas toxinas que contienen algunos alimentos como: el café (cafeína) lácteos(ácido láctico) el azúcar (los químicos con que es blanqueada y refinada) las carnes rojas (cerdo y res).

Se han hecho estudios y en los pacientes con psoriasis tienen un efecto negativo al ser eliminadas mas lentamente que otros alimentos, los condimentos y picantes tienen un efecto devastador ya que generalmente los pacientes con psoriasis sufren de estrés y muchos de estreñimiento causado por el mismo estrés, y si a esto se suma la acidez y flatulencia que producen algunos condimentos, pues empeora la digestión. ([www.psoriasis.com.mx](http://www.psoriasis.com.mx))

Los pacientes con psoriasis deben procurar consumir mucha agua, fibra, verduras, hortalizas, frutas, pollo, pescado y productos que sean fáciles de digerir para así procurar que las toxinas que sean ingeridas tengan menor absorción y circulen rápidamente por el tracto intestinal. El alcohol empeora terriblemente la psoriasis y se pierde todo lo que en algún momento dado, se está recuperando, y esto puede perderse con tomarse unos vasos de licor, o unas cervezas ya que recordemos que el alcohol, aparte de ser una toxina, esta se convierte en azúcar para el hígado y la malta de la cerveza empeora la psoriasis

La relación que existe entre la dieta, la piel, las emociones y el estado general de la salud es una cuestión de interrelación con nuestro cuerpo, el cual si lo unificamos, obtendremos lo que no conoce el modelo biomédico, la prevención y por supuesto la salud.

Analizar el estilo de vida y en especial la alimentación, y la modificación de los hábitos alimenticios, se tendrá más opciones de que la piel mejore. Ya que al evitar consumir carnes rojas, licor, café, lácteos, condimentos, picantes, carnes condimentadas, embutidos, salsas de tomate, mayonesa, gaseosas, también todos los productos que empiecen con "E" como: embutidos, empacados, embotellados, enlatados, tienen condimentos, azúcares, y conservadores que perjudican la psoriasis.

Es preferible consumir agua, productos naturales, frutas, hortalizas, verduras, pan integral, pescado, además de endulzar las bebidas con, piloncillo, azúcar de caña o miel de abejas, eliminando el café y tomando té que tranquilizan sin dar sueño, como la albaca que también ayuda a la digestión y prevenir la inflamación del colon, teniendo beneficio la salud y en especial la salud de la piel.

Determinados alimentos pueden provocar irritación, picores e inflamación en la piel y la aparición de nuevos brotes de la enfermedad. Lamentablemente, la escasa calidad de los alimentos que se consumen son la causa de muchos problemas. Los fertilizantes artificiales, la fumigación de los cultivos y los aditivos alimentarios son una amenaza para la salud.

Es mejor escoger los alimentos, además de saberlos combinar, ya que la dieta influyen en todos los aspectos de la vida. La mayoría de las personas tienen escasas nociones sobre la nutrición y sus efectos en la salud ya que ahora nos encontramos en la cultura de los alimentos rápidos, los cuales lo único que ayudan es a tener mayor obesidad, mayor colesterol e intestinos con nada de fibra y dando como resultado, enfermedades degenerativas sobre todo aquellas personas que se encuentran con un padecimiento de piel, ya que desean combatir las

enfermedad de psoriasis a nivel piel y no, la enfermedad va más allá, como la alimentación.

El exceso de un alimento en concreto, del que se sabe que afecta a las personas con psoriasis, no es perjudicial en función de la cantidad que se consume, sino en función del estado del órgano al que el alimento puede afectar. Por ejemplo, un paciente con un hígado débil puede tener problemas con sólo uno o dos vasos de vino, mientras que otro con el hígado sano puede consumir una mayor cantidad, sin que ello afecte a su piel, esto no quiere decir que veamos cuanta resistencia tienen nuestros órganos filtradores como el hígado, no, se necesitan cuidar para, tener salud.

Las comidas empaquetadas y azúcares refinados nos hacen esclavos de ellos, afectando tanto al cerebro como a las papilas gustativas teniendo distintas adicciones: al chocolate, azúcar, sal, cafeína, tabaco, alcohol... Igualmente, somos víctimas de la manera en que los alimentos se presentan, de cómo están envueltos, de su precio, de las técnicas de comercialización, de las campañas publicitarias e incluso, de la psicología del color. Todos estos factores influyen en los hábitos alimentarios, y nos llegan a diario sus mensajes publicitarios principalmente a través de la televisión.

La industria alimenticia, su principal preocupación es su economía y el beneficio que pueda obtener de los consumidores, no importando que tanta calidad de nutrición tenga sus alimentos, o los diferentes conservadores que a largo tiempo tendrán consecuencias en cánceres de colon, por ello más que dejarle el cuidado de nuestra salud a las industrias o a los que creen que al hacer disecciones tendrán un beneficio y conocimiento de nuestro cuerpo, debemos de valorar nuestro cuerpo.

Con respecto a la cultura imponente de sabores, me parece que también el cuerpo es muy sabio y pide diferentes alimentos y sabores, de acuerdo a sus necesidades y que mucho podemos aprender de lo que nos pide y de lo que estamos viviendo o sobreviviendo, respecto a situaciones emocionales, sociales,

entre otros. Que también es otra forma de conocimiento e irnos descubriendo por la boca, los sabores, ya que no hay que olvidarnos que somos cuerpos, somos un todo, una unificación: cuerpo, órganos, mente, emociones, nuestro habitat, entre otros.

Las personas con psoriasis al evitar el consumo de grasa animal, embutidos, toxinas, refinados, entre otros, evitaran tener un proceso de digestión largo invirtiéndole menos energía corporal para digerirlos.

Me gustaría abordar y hablar de los lácteos, ya que hay una gran mentira detrás de ellos y la gente con psoriasis los consume del diario 2 o 4 veces al día.

El contenido graso de la leche, tiende a adherirse a las paredes del estómago e impide utilizar todos los nutrientes del alimento. Además, se sabe que los productos lácteos pueden provocar migrañas, artritis, eccema, psoriasis y alergias. En la elaboración de los quesos amarillos se emplean a menudo colorantes químicos, que producen reacciones muy desagradables en la piel de los que sufren psoriasis. El yogur, aunque puede ser bueno en poca cantidad en muchos casos tiene los mismos efectos que la leche, especialmente si tiene sabor y contiene conservantes. La leche de cabra aunque el contenido graso de la leche de este animal es mayor, habitualmente no se les suministra tantos medicamentos como a las vacas.<sup>36</sup>

Zane, en su libro El próximo trillón. Como hacer una fortuna en la industria del bienestar, comenta que diversos estudios concluyen que beber leche es más probablemente la causa y no la prevención de esta enfermedad, que resulta de la eliminación de calcio de los huesos y no está directamente asociada con la ingesta de calcio, porque la cantidad y tipo de proteínas (caseína) de la leche da como resultado en una gran pérdida de calcio en los huesos.

---

<sup>36</sup> [www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/)

La leche contiene hormonas y lleva enfermedades infecciosas, una típica vaca en la naturaleza puede producir más de 10 libras de leche por día, mientras que en la actualidad, las torturadas vacas lechera producen más de 100 libras de leche por día. Esto se debe a que ahora a las vacas se les da grandes cantidades de hormonas especializadas, como la hormona del crecimiento bovino (BGH) para aumentar su producción – haciendo que sus ubres se alarguen tanto, que frecuentemente se arrastran por el suelo. Esto da como resultado habituales infecciones y la necesidad de constantes antibióticos- la DAEU permite beber leche que contiene de 1.5 millones de células de sangre blanca (pus para quien no es biólogo).

Cualquier fabricante norteamericano podrá decir que desde la introducción de la hormona de crecimiento en la leche, las ventas han sido buenas en las pasadas décadas, porque esta y otras hormonas han aumentado la medida de los senos de las mujeres adolescentes promedio y han disminuido la edad de la primera menstruación.

A pesar del hecho de que numerosos grupos de consumidores han demandado que se prohíba la leche que contiene BGH y otras hormonas, o por lo menos se etiquete como tal, la DAD continúa haciendo reverencias ante los grupos de presión de la ANL y rechaza prohibir tales hormonas o exigir que la leche se etiquete así.

La leche no contiene fibra y está llena de grasa saturada y colesterol. Un vaso de leche es 49 por ciento grasa y los quesos tienen más del 65 por ciento de grasa. En realidad a la leche se le debería llamar “carne líquida” -un vaso de 30 mililitros de leche contiene 300 calorías y 16 gramos de grasa, mientras que el mismo contenedor de cerveza tiene 144 calorías y nada de grasa.

Es triste que los caucásicos, que comprenden la mayoría del mercado de la leche, hayan aprendido a aceptar las reacciones alérgicas que la acompañan,

acidez, malestar estomacal, diarrea, gases y diabetes, como hechos de la vida diaria –regularmente toman remedios que no necesitan receta y que causan adicción, sólo para tratar los síntomas de estas enfermedades.

Ante tal noticia es difícil, poder asimilar que los lácteos son productos que no son benéficos para la salud, ya sea por el pensamiento que nos han estado introyectando mediante la mercadotecnia y todos aquellos medios de comunicación masivos, vendiéndonos: *es bueno tomar leche y entre más leche consumamos estaremos con mayor salud y con menos osteoporosis.*

Siendo que en muchas de las veces la osteoporosis es por la mala calidad de vida que se tiene, apapachando el sedentarismo, siendo otro de los problemas de la población, a partir de la llegada de los transportes colectivos, la llegada del automóvil, etc., la gente no hace ejercicio, no habilita ni ejerce sus músculos y mucho menos sus huesos, estos al no tener movilidad, no tienen salud.

Es importante que recapacitemos ante la mala calidad de alimentación que se tiene, además de la inadecuada salud músculo – esquelética, es fundamental que tengamos espacio y tiempo para cada uno, la salud es sinónimo de cuidarse, quererse, pero sobre todo recordar que podemos realizar un distanciamiento entre el sistema reduccionista y la salud, ya que este modelo más que curarnos solo trae medios paliativos y no curación para la enfermedad, ya que una visión fragmentada rompe con la interrelación entre el cuerpo, rompe su armonía

No olvidemos que el cuerpo es una totalidad, no un conjunto de sistemas y un cúmulo de órganos o torrentes sanguíneos, no, es una vida. Al seguir con la alimentación de la persona psoriasica, es importante que se de cuenta que no solo la leche no es adecuada para el organismo, también las proteínas animales ya que estas tardan en ser asimiladas por el intestino, descomponiéndose en el interior del cuerpo, produciéndose sustancias tóxicas que van directamente a la sangre, el hígado y a todo nuestro cuerpo, intoxicándose y deteriorándose ya que si le agregamos el sedentarismo y que las personas no sudan y no queman grasa, por

lo tanto las toxinas seguramente tendrán que salir del cuerpo y no precisamente por el proceso de fecación, si no por la piel.

## CAPITULO 3

*“La naturaleza es el gran médico y el hombre posee a éste dentro de sí mismo.”  
Paracelso (1493 – 1541) Médico suizo*

Ya bien lo dijo Aristóteles: Una vida humana sin reflexionar no vale la pena ser vivida. Es necesario mirar a nuestro pasado, tener muy en cuenta nuestro presente ya que con ello podremos hacer cambios y que mejor en el ámbito de salud.

A pesar del progreso en los conocimientos de la ciencia y la tecnología desde el siglo XIX, hacia nuestros tiempos, se supondría tener un mejor avance y con mayor auge en el mejoramiento de las distintas enfermedades como son las enfermedades de la piel.

No obstante, sabemos de antemano que la enfermedad se sigue resumiendo en ídoles de carácter conceptuales, centrándose en una asistencia sanitaria basada en síntomas fisiológicos (observables y comprobables) conociéndose en base a cuestiones causales. Teniendo una perspectiva del organismo fragmentado en órganos, aparatos y sistemas, por ende ofreciéndonos una reparación o atención curativa a la zona afectada, más que una atención de prevención.

Ya que las “las explicaciones biologists – evolucionistas del cuerpo y sus formas de vida han entrado en una fase en la que carecen de credibilidad, porque los efectos de la vida social en los últimos cien años no son tan alentadores como se lo prometieron a nuestros bisabuelos en los albores de la revolución industrial.”<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial CEAPAC, 2000, pag: 26.

Por lo tanto, podemos colocar en dos vertientes el modelo de pensamiento positivista, mientras para el estudio de la biología, la genética, etc., a tenido grandes avances por el estudio de manera atomizada, al igual tiene una gran aceptación y un refuerzo al enfoque cartesiano, sin embargo, otra de las vertientes es que al utilizar este mismo modelo en otras disciplinas como la salud, no ha adquirido el mismo resultado.

Quedando en el modelo biomédico determinaciones causales entrando en moldes rígidos de síntomas y no perdiendo de vista el tratamiento para cada uno de estos.

“Para el médico, la enfermedad es en un principio o mejor exclusivamente, de orden fisiológico, mientras que esta alteración o alteridad biológica se comprende esencialmente por el enfermo como un acontecimiento psicológico y social. El enfermo desea ser entendido, sobre todo a través de lo que no dice, como un individuo humano y no sólo como un cuerpo deteriorado que se encuentra frente aun reparador de órganos”<sup>2</sup>

Por ello en este modelo biomédico al estar en busca de síntomas medibles y observables, pierde de vista que ante el se encuentra una persona, que siente, tiene emociones y piensa; ya que un médico a “cualquier enfermedad o mal funcionamiento que no se deba a perturbaciones físicas o visibles es <<de origen desconocido>>. La enfermedad psicósomática es una categoría aceptada. Lo contrario, es decir una perturbación física que afecte el funcionamiento mental o emocional, rara vez se toma en cuenta”<sup>3</sup>

Actualmente el sufrimiento en los hospitales públicos y privados se hacen evidentes, al colocar la curación del paciente, en el discurso médico, quedando no satisfecha la demanda de la población, en este caso los problemas

---

<sup>2</sup> Laplatine, Antropología de la enfermedad, Buenos Aires: Editorial Sol, 1999, pag: 254.

<sup>3</sup> Colbin, A., El poder curativo de los alimentos, nutrición, autocuración y bienestar. Todo lo que hay que saber sobre una alimentación sana y completa, Barcelona: Editorial Robinbook, 1993, pag: 41.

dermatológicos, y teniendo que reconocer que es escasa la epistemología por la cual se están dirigiendo, y abordando los padecimientos en piel, ya que carece de teorías, métodos y técnicas para atender a la demanda de la población.

## 2. LA CONSTRUCCIÓN DE UN CUERPO

Al mismo tiempo la población ha sido enseñada y está educada, en los rápidos alivios que causan las pastillas, inyecciones y demás siendo un gran error “otro gran error, que hay en nuestras creencias acerca de la salud y la enfermedad, es la idea de que sustancias separadas de su contexto natural puedan favorecer la salud. La salud sólo proviene de una integración de nuestros diversos planos de funcionamiento, no del consumo de píldoras y pociones manufacturadas”.<sup>4</sup>

Ya que lo único que estarían haciendo estas píldoras, cremas, etc., es satisfacer la necesidad que en ese momento requiere la persona, manteniendo a esta en la sobrevivencia, complaciendo lo que en ese momento está avisando su cuerpo.

Vivimos en una cultura de salud, donde estamos condicionados “a la búsqueda de una cura sin dolor, y piden lo que sea por no tener un poco de dolor, tal parece que los umbrales de resistencia sobre el sentir se van nulificando y con ella la sensibilidad o la negación del cuerpo, sus mensajes se niegan o se ocultan, se construyen refugios para poder resistir o evadir una realidad”<sup>5</sup>

Hace miles de años todavía hasta unos siglos se consideraba a la enfermedad producto de una inestabilidad natural, “para la medicina azteca el

---

<sup>4</sup> Colbin, A., El poder curativo de los alimentos, nutrición, autocuración y bienestar. Todo lo que hay que saber sobre una alimentación sana y completa, Barcelona: Editorial Robinbook, 1993, pag: 40.

<sup>5</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 2., México: Editorial Zendová, 2002, pag: 8.

diagnóstico y pronóstico son de origen divino, humano o simplemente natural”<sup>6</sup> las personas eran atendidas por chamanes, brujos o personas conocedoras y sabias, las cuales su objetivo de estas era reestablecer el equilibrio corporal en la persona, y sobretodo prevenir enfermedades mediante la alimentación y hierbas medicinales, es decir, mediante los recursos naturales obtener un ecuánime y ponderado cuerpo, buscando el equilibrio.

Pero ¿cual era ese equilibrio que se buscaba? Era una integración, la cual se conoce con el nombre biopsicosocial, es decir, la persona debería estar establecida en tres ejes: de manera biológica donde el cuerpo como vehículo de toda la carga de reacciones, defensas, nutrientes, neurotransmisores, etc., debería de tener un adecuado y ecuánime cuerpo sano, y esto sería al establecimiento con la alimentación; otro aspecto ligado y de igual importancia es lo psicológico, ya que son todas y cada una de las emociones sentidas por las personas y aquí intervine de que manera, exterioriza sus ideas, emociones, es decir, su cognición con él o ella mismos y con su entorno, por lo tanto, el chamán trataba de cubrir estos aspectos donde el *médico* del pueblo, tenía un trato humano y de interés fidedigno con las personas a las que estaba tratando.

Actualmente al querer colocar un nombre a este entramado de aspectos psicológicos, sociales, biológicos y alimenticios, ha tenido dificultad para ingresar en las relaciones de mente – cuerpo; ya que los trabajadores de la salud sólo se basan en buscar remedios en fármacos o instrumentos con alta tecnología, creyendo que pueden resolver las enfermedades y los nuevos padecimientos del siglo pasado y este.

---

<sup>6</sup> Ortiz, F., Vida y muerte del mexicano, Tomo II, México: Editorial Folios, 1982, pag:20.

Pero entonces, a que nos lleva lo psicosomático<sup>7</sup> y de entrada como se plantea. En sentido estricto debemos recordar que estos padecimientos de orden psicosomático no podemos abordarlos y encauzarlos a simples emociones o conductas emitidas por las personas, queriendo encontrar sus voces inconscientes o sus relaciones interpersonales, no. Ya que si deseamos hallar las respuestas en la mente de las personas, nuevamente estamos cayendo en una escisión corporal, donde el cuerpo es partido en dos: mente – cuerpo, y esto viene de una lógica cartesiana, que en nuestros días sólo ayuda a la gente a sobrevivir.

Nosotros como seres humanos, somos distintos y cada uno comienza su formación corporal, biología y social cuando estamos en el vientre de mamá; cada niño es recibido al nacer de diferente forma y cada niño tiene diferentes formas de sentir.

Cuando estos niños están creciendo tienen diferentes educaciones: en la escuela, familia, amigos, etc., y cuando me refiero a educaciones, no sólo lo remito a cuestiones institucionales o moralistas, sino que existe un aprendizaje, en la manera de comer y con ello los sabores: salado, picoso, dulce o amargo, al igual las formas de comportamiento y de relación: tímido, miedoso, hablador, etc., con quienes los rodean, la manera de sentir corporalmente: opresión en el pecho, en el estómago, tensión en la espalda, sudoración en las manos, orinarse en los pantalones etc. “el medio en el cual los individuos y los grupos interactúan en el transcurso de sus vidas y en el que manifiestan sus acciones, es un todo único... el ambiente natural comprende los caracteres físicos y biológicos derivados de la

---

<sup>7</sup> **Psicosomático:** disciplina científica centrada en el estudio de las interacciones entre factores psíquicos, sociales y biológicos en la salud y enfermedad (Anguera y Nolla 1988). Las reacciones psicosomáticas se manifiestan en casi todas las personas en relación con situaciones vitales especialmente preocupantes. Estos síntomas desaparecen al paso del tiempo, sobre todo si la persona cambia la situación externa que los provoca. La expresión o la represión de emociones la mayoría de las veces van acompañadas con ciertas modificaciones del cuerpo, por ejemplo: a las personas que no se les permitió llorar presentan una mandíbula apretada, una expresión impasible, los músculos cervicales contraídos, entre otras cosas, otro ejemplo es con los niños a quienes se les exigió desde muy temprana edad el control de sus esfínteres y por esta causa ha reprimido su placer, presentando en la adultez cierto envaramiento en su vientre proyectando el vientre hacia enfrente, y en su parte posterior las nalgas contraídas.

geografía: latitud, altitud, orografía, hidrografía y naturaleza geológica y, en consecuencia el clima: temperatura, humedad relativa, velocidad del viento, régimen de lluvias, movimiento del aire, etc. el ambiente social está determinado por las actividades humanas: económicas, sociales, políticas, culturales y religiosas”<sup>8</sup>

Todo esto conlleva a una construcción de ser humano y que no es lo mismo un niño de Veracruz, a uno de Baja California, Yucatán o del D.F. “vale la pena considerar que el significado de un cuerpo no es el mismo estándar para el cien por ciento de la población; sin embargo, si existe una identificación social con un grupo o una cultura, y eso marca los límites de las formas de cómo es que las culturas tienen sus propios símbolos, que al ser socializados originan los *sincretismos corporales* en la vida ordinaria y la representación simbólica sobre las formas de hacer uso del cuerpo, incluso, un poco más allá, en las formas de placer y las maneras de alimentarse o castigarse de los sujetos...”<sup>9</sup>

Ahora podemos tener un poco de más claridad al entender que el ser humano es un ser en construcción y mucho tiene que ver que estas formas de edificar que se van concretando en su cuerpo tienen “formas de símbolos puestas por los jerarcas que tienen los discursos del saber, cada quien asume la forma individualmente de vivirlo cotidianamente en el cuerpo,”<sup>10</sup> es un acto de individualidad. El sujeto hace uso de su elección con el cuerpo, de acuerdo con las mediaciones sociales y emocionales.

---

<sup>8</sup> González, C., Diagnóstico de salud en México, México: Editorial Trillas, 1988, Pág.:57.

<sup>9</sup> Aguilera, G., Cuerpo, Identidad y Psicología, México: Editorial Plaza y Valdez, 2002, Pág.: 20.

<sup>10</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial CEAPAC, 2000, Pág.: 28.

Entonces una representación simbólica se materializa en formas de ser y de amar, de vivir, de comer, de enfermarse y de morir. En esa lógica el ser humano es una concreción simbólica de una cultura específica”<sup>11</sup>

Remitiéndome a nuestra cultura, podemos hablar que esta sufrió la conquistada y fue impuesta una religión católica ortodoxa y rígida, la cual vino hacer una represión corporal y con ella nulificando las manifestaciones verbales. Ya que como bien los sabemos, estos conquistadores llegaron a imponer sus formas de vida y fe ante la nueva cultura que habían descubierto, “el europeo, español, representante de una cultura en expansión, impone en México órdenes nuevos en lo económico, religioso, político y social. Como parte de su cultura la medicina española que se halla igualmente apoyada en una plataforma mágico-religiosa”<sup>12</sup>

No obstante, con los españoles llegaron los desequilibrios en salud, ya que ellos trajeron diversas “enfermedades epidémicas que asolaron a las sociedades aborígenes durante el primer siglo de la Colonia, y las condiciones de explotación a las que estuvieron sometidas, produjeron una sensible disminución de la población”<sup>13</sup>

Aunadas a ya no poder ingerir alimento adecuado como el amaranto, ni sus formas de curación con hierbas, el cuerpo del mexicano iba deteriorándose y a su vez desequilibrando su cuerpo, aunado con sus formas de represión y la marginación que estaban teniendo “en el cuerpo humano el equilibrio es la salud, y la ingestión de alimentos apropiados significa la conservación de la armonía”<sup>14</sup>

---

<sup>11</sup> Ibidem, 2000, Pág.:28.

<sup>12</sup> Ortiz, F., Vida y muerte del mexicano, Tomo II, México: Editorial Folios, 1982 pag: 20.

<sup>13</sup> Ibidem, 1982, pag: 22

<sup>14</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial CEAPAC, 2000,pag: 17.

(Seidler, 2000) Así en México la visión cuadrada de la vida se mantiene gracias a los ideales extranjeros euro céntricos que hemos seguido imitando desde hace ya unos siglos.

Al llegarnos la parte industrial a territorios mexicanos, como buenos civilizados, la hemos adoptado al igual que el modelo capitalista, en donde existen división de poderes, con una Carta Magna la cual es una “política de salud en contra de los mexicanos”<sup>15</sup>, es decir, en la Constitución Política Mexicana se han marcado las conductas, deseos, lo moral, sobre los mexicanos.

Entonces podemos decir que “desde la revolución industrial, la ciencia occidental se ha convertido en una poderosa fuerza, moldeando la vida de millones de personas. Su orientación materialista y mecanicista prácticamente ha reemplazado tanto a la teología como a la filosofía como principios directivos de la existencia humana y ha transformado el mundo en que vivimos”<sup>16</sup>

Aquí es donde los cuerpos de las personas que trabajaban en fábricas de acero, máquinas de vapor, la imprenta, etc., y como ahora en día, se observa una explotación a la resistencia corporal de los individuos, donde los cuerpos son utilizados como artefactos que pueden desgastarse corporalmente y reponerse, teniendo como recompensa el papel tintado con el logotipo de pesos y con números, dependiendo del valor de cada billete o moneda, incitando el bienestar económico y como necesidad básica el materialismo, creados por los empresarios, ya que a través de este se pretende satisfacer cualquier necesidad, pero para la producción del capital, más que el bienestar de las personas. Dejando aún lado el cuerpo ya que si hablamos de este, el único quien tendrá la voz y el saber es el discurso médico y una de las epistemologías primordiales para concebir al ser humano.

---

<sup>15</sup> Ibidem, 1982, pag: 57.

<sup>16</sup> Grof, S., Psicología transpersonal, Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia, Barcelona Kairos, 1988, pag: 18.

Este modelo económico *capitalista*, minimiza al cuerpo como una herramienta o fuerza de trabajo, dejando a un lado los sentimientos, emociones y sobre todo la salud de los cuerpos; es el olvido del cuerpo y solo como instrumento de trabajo.

Por lo tanto en México, la visión arrebatada de un modelo con ideales extranjeros ha dado, por resultado la concertación en los cuerpos enfermos y como lo hemos estado mencionando, los factores que han influido para degenerar la salud: emociones, cuerpos como instrumentos, centrar la salud en un modelo fragmentado, y sobretodo con la invención de las máquinas, fábricas, etc., el desequilibrio natural, la explotación de los recursos naturales, la destrucción del hábitat cayendo en “las teorías que han dado razón y justificación a las acciones con el cuerpo no escapan a la concepción antropocéntrica y eso legitima la depredación del hombre por el hombre y la destrucción del planeta”<sup>17</sup> Por ello es importante analizar y entender el cuerpo a partir de su historia, al mismo tiempo su diario vivir de las personas, para poder entender la enfermedad a partir de su trayecto histórico, alimenticio y emocional.

### **3.1.¿QUÉ SE ENTIENDE POR PSICOSOMÁTICO?**

Por ello me parece importante abordar a la enfermedad desde un enfoque centrado en un todo, integrado a la persona, en mente – cuerpo y viceversa, pero sobretodo lo que conlleva ambas, ya que mente – cuerpo son una integración, el cual la cultura oriental lo ha denominado microcosmos, es decir, el hombre considerado como reflejo y resumen del universo, y esto aunado a una cultura, costumbres, sabores pero sobre todo el hábitat donde vive, ya que como lo había comentado más atrás, no es lo mismo una persona de Baja California a una de

---

<sup>17</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial CEAPAC, 2000, pag: 27.

Veracruz y mucho menos a una del D.F., ya que la “la historia de los individuos no es homogénea; en esa lógica, no todos vivimos el mismo tiempo, ni la misma noche o el mismo día. A este elemento agreguemos que la geografía se constituye en el indicador de un tiempo biológico que se nutre con la inteligencia de una herencia cultural, para ir hablando de un tiempo y un espacio que ubica al individuo o a los grupos en una dimensión de la realidad: su realidad y sólo ellos son los que pueden tomar la mejor de las decisiones sobre el rumbo de su vida.”<sup>18</sup>

Pero que es a lo que llaman lo psicosomático, Sánchez aborda el término psicosomático como “aquellos padecimientos en los que no se ha encontrado una causa definitiva que permita alguna disciplina o ciencia tomar el control del tratamiento y del conocimiento total de la enfermedad. Por tanto la palabra psicosomático que presenta correlatos psicológicos y biológicos (orgánicos) define su campo de estudio en áreas de conocimiento que incluso plantean una divergencia en sus ideas de las que son las formas adecuadas para conocer” <sup>19</sup> Lo psicosomático es una nueva forma de percepción, que no entra dentro de los lineamientos de la lógica cartesiana, ya que no pueden entender la construcción de cada individuo y mucho menos el lado subjetivo de ellos como las emociones, que a su vez están ganando, saliendo en síntomas corporales o enfermedades.

A partir de estas manifestaciones corporales, se van construyendo paralelamente la historia del individuo, ya que desde mucho tiempo antes esta historia se hace manifiesta en el cuerpo, rebasando una lógica reduccionista y causal, colocándolo mejor en una construcción del cuerpo donde todo tiene que ver, y con esto me gustaría recalcar todo: desde su alimentación, su entorno social, su habitad, las emociones, su sexualidad y su espiritualidad, “...se hace necesario recurrir a la lógica de la construcción de un cuerpo como un microcosmos donde se pueda hacer una lectura sin ese lente de la causalidad, es

---

<sup>18</sup> López, S., Entre la fantasía, la historia y la psicología, México: CEAPAC, pag: 121.

<sup>19</sup> Tesis de Sánchez, G., Psicología y Diabetes: un proceso psicosomático. Tesis de Licenciatura, UNAM FES IZTACALA, Edo. de México, México, 2004, pag: 55

decir, la frontera de las leyes universales enfrentan una nueva relación epistemológica ante las formas de explicarse los padecimientos y las nuevas sintomatologías que construyen los sujetos”<sup>20</sup>

Los trastornos psicossomáticos son diferentes y tiene una clasificación de la siguiente manera, según Boris Luba – Plozza, citado en lo Corporal y Psicossomático 1:

1. Síntomas de conversión. El síntoma adquiere un carácter simbólico que no es comprendido por el paciente. La manifestación del síntoma puede entenderse como un intento de solucionar el conflicto. Los síntomas de conversión suelen afectar la motricidad voluntaria y los órganos sensoriales.

2. Síndromes funcionales (somatomorfos). Por regla general, resulta imposible detectar cambios en los tejidos. Al contrario de lo que ocurre con la sintomatología de conversión, en este caso el síntoma concreto no tiene una importancia particular en la vida del paciente, sino que se trata de una consecuencia no específica del trastorno de una función o percepción corporal.

3. Enfermedades psicossomáticos en sentido estricto (psicossomatosis). Son producidas por una reacción física primaria frente a una vivencia conflictiva, acompañada de transformaciones morfológicas objetivables y una enfermedad orgánica. Las condiciones previas necesarias (predisposición), una respuesta orgánica (un locus minoris resistentiae que debe entenderse dentro de la historia individual del paciente) puede influir sobre determinados órganos. Desde el punto de vista de la medicina histórica, este grupo comprende los siete cuadros patológicos clásicos de la psicossomática: asma bronquial, colitis ulcerosa, hipertensión esencial, hipertiroidismo, neurodermatitis, artritis reumatoide y úlcera duodenal.

<sup>20</sup> López, R., Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 25

La alternativa más importante es el intento de clasificación realizado por Engel, citado en Lo corporal y psicosomático 1, por Boris Luba – Plozza:

- Trastorno psicógeno (fenómenos psíquicos primarios sin participación del organismo o sólo sugestionada): síntomas de conversión, reacciones somáticas hipocondríacas, reacciones con estados psicopatológicos
- Trastornos psicofisiológicos (reacciones somáticas por influencia psíquica en el más amplio sentido): fenómenos fisiológicos concomitantes producidos por emociones o estados psíquicos comparables; enfermedades orgánicas de causa mental.
- Enfermedades psicosomáticas en sentido estricto (trastornos somatopsíquicos – psicosomáticos), caracterizadas por los siguientes factores: primera manifestación a cualquier edad (más numerosos en la etapa de la adolescencia); una vez provocada, el desarrollo es crónico, simple o recidivante; malestar psíquico determinante para su aparición; generalmente condiciones psicodinámicas específicas para la manifestación de una enfermedad orgánica concreta asociada; las características psicológicas de los pacientes llaman la atención por su constancia.
- Trastornos somáticos (reacciones psíquicas frente a enfermedades somáticas), que en la actualidad también se denominan trastornos en la simulación de la enfermedad. Hay que separarlos dominar los doping styles (estilos para hacer frente a problemas )

Por lo tanto al hablar de emociones, estamos hablando de un proceso de construcción en los sujetos, donde “todos los seres humanos se manejan por símbolos y significados que el Estado impone por medio de una educación ideológica o una cultura del aprendizaje vicario... las formas de vivir y sentir lo corporal, en cualquier cultura, son aprendidas y reproducidas por las explicaciones

que dan los brujos, los guías religiosos, los médicos, los científicos, los comerciantes y los políticos”<sup>21</sup>

---

### 3.2 ¿QUÉ SE ENTIENDE POR EMOCIONES?

Me gustaría ampliar el término de emoción: es una palabra empleada “frecuentemente como sinónimo de sentimientos y que en psicología se emplea para denominar una reacción que implica determinados cambios fisiológicos, tales como la aceleración o la disminución del ritmo del pulso, la disminución o el incremento de la actividad de ciertas glándulas, o un cambio de la temperatura corporal. Todo ello estimula al individuo, o alguna parte de su organismo, para aumentar su actividad.”<sup>22</sup> Por ejemplo: en el caso de ira, el aumento del ritmo del corazón; en cambio el miedo, desencadena manifestaciones violentas, o temblor de las piernas y manos o la pérdida de voz.

El significado etimológico del término occidental emoción se refiere a “algo que se pone en movimiento”<sup>23</sup> Ya que la emoción no sólo radica a nivel de procesos fisiológicos, ya que la emoción, es la capacidad del ser humano con la asociación de un ir afecto con un pensamiento.

En 1975, Paul Ekman, nos habla de emociones básicas e innatas como: sorpresa, felicidad, ira, tristeza, temor y asco, “además que estas emociones primarias discretas son universales, y están asociadas con expresiones faciales características, a patrones neuroendocrinos y localizaciones cerebrales”<sup>24</sup>

---

<sup>21</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial CEAPAC, 2000, pag: 27.

<sup>22</sup> ENCARTA "Emoción." *Enciclopedia® Microsoft® Encarta 2001*. © 1993-2000 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos

<sup>23</sup> Goleman, D., Emociones destructivas. Un diálogo científico con el Dalai Lama, Vergara, 2003, pag: 134

<sup>24</sup> Greenberg, L., Trabajar con las emociones en psicoterapia, Barcelona: Editorial Barcelona, 2000, pag: 71

Sin embargo, existen emociones: de resentimiento, remordimiento, celos, envidia, orgullo, etc., y que estas “son aprendidas en relación a la sociedad y, por tanto, las distintas culturas las evocan de manera diferentes. Estas emociones se basan en esquemas y poseen claramente más elaboración cognitiva y dependen más de la cultura que las emociones básicas. Estas emociones están formadas, en parte, por el lenguaje, ya que para ser experimentadas, necesitan ser simbolizadas verbalmente en la conciencia”<sup>25</sup> Con respecto a la cognición es el “proceso de conocimiento que engloba los procesos de atención, percepción, memoria, razonamiento, imaginación, toma de decisiones, pensamiento y lenguaje.”<sup>26</sup>

Greenberg (1996), nos habla que las emociones son fundamentales para comprender la acción humana, “se está empezando a considerar la emoción como esencial para la comprensión tanto de la interacción como de la cognición. La emoción es: primero, atencional, influye en la información que sobresale; segundo, motivacional, influye en el establecimiento de metas y objetivos; y tercero, comunicacional, regula la interacción con los demás” Las emociones son de manera subjetiva, como cada persona reconoce su emoción y percepción y que no es la misma para todos.

Por ejemplo, se ha demostrado que las emociones predominan ante la cognición, ya que dependiendo de el estado emocional de la persona es como el proceso de pensamiento reacciona ante los diferentes mensajes y que esto da lugar a una interrelación con las diferentes partes del cuerpo “la unidad se lleva en el cerebro y su construcción corporal no hace una fragmentación; la unidad se convierte en un principio básico; lo emocional y lo orgánico que se construyen en

---

<sup>25</sup> Greenberg, L., Trabajar con las emociones en psicoterapia, Barcelona: Editorial Barcelona, 2000, pag: 74

<sup>26</sup> *Enciclopedia® Microsoft® Encarta 2001*. © 1993-2000 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

conjunto, y no es posible concebir un órgano fuera de las posibilidades de una emoción y viceversa.”<sup>27</sup>

Por lo tanto cabe decir que las “emociones son procesos más complejos que han desbordado la condición de los órganos y empiezan a dominar el cuerpo. En algunos casos, los procesos psicósomáticos se hacen eminentemente emocionales y el cuerpo sólo es el inquilino que padece las implicaciones del dominio de una emoción. Este proceso tiene que ver con el dominio de un elemento en el cuerpo que bien puede ser el fuego o el frío,... se encuentra la posibilidad de ver las emociones como un elemento que de la pauta para poder construir nuevos procesos en la individualidad...”<sup>28</sup>

Blaney en 1986, citado en Greenberg realizó un estudio respecto a las emociones ante la cognición, “se ha demostrado que las emociones influyen sobre la cognición de muchas maneras. Se han investigado los efectos del estado de ánimo sobre el recuerdo y se ha encontrado que existe un efecto fiable del estado de ánimo congruente con el recuerdo congruente, que demuestra que el estado de ánimo de las personas afecta a lo que recuerdan y lo que codifican.

Así, un estado de ánimo feliz produce un recuerdo feliz, y un estado de ánimo triste produce recuerdos tristes, mientras que un estado de ánimo positivo en el momento del aprendizaje mejora el aprendizaje de contenidos positivos. La emoción afecta claramente a la cognición y lo hace de una manera compleja y diferenciada”<sup>29</sup> Entonces al empezar a bajar la emoción al cuerpo, esto va a incluir las sensaciones físicas como experiencias corporales, es decir, las formas

---

<sup>27</sup> López, R., Lo corporal y lo psicósomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 32 .

<sup>28</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002, pag: 162.

<sup>29</sup> Greenberg, L., Trabajar con las emociones en psicoterapia, Barcelona: Editorial Barcelona, 2000, pag: 74.

aprendidas de nuestro medio social como la familia en primera instancia, de ahí se viene la escuela, los amigos, la pareja, etc.

Dándonos a conocer que nuevamente la cultura es un nivelador social y educador en masa, englobando desde los modos de vestir, pensar, hablar y sentir, tomando conciencia el individuo a través de su identidad con su sociedad. Y esto comienza desde la familia, como “antecedente inmediato para construir los hábitos y redes de defensa y cooperación del cuerpo, lo mismo los gustos y las emociones dominantes, el carácter se constituye en una amalgama de relaciones intersubjetivas que hacen su versión en la individualidad”<sup>30</sup>

Cabe mencionar que el cuerpo humano es un documento vivo, por este motivo ningún profesional de la salud tiene que ignorarlo sino tomarlo como punto de partida, ya que representa el estilo de vida de cada individuo y se representa en él, la apropiación del sistema en el que se encuentra inmerso. Se han hecho parcelas en el cuerpo donde a cada profesional de la salud le ha tocado sólo una de ellas. Esto es representativo de la fragmentación corporal en la que vivimos actualmente (epistemología de la atomización y especialización).<sup>31</sup> Entonces vivir la vida cada vez se parece más a las apropiaciones de sentir, disfrutar, enojarse, reír, etc., dándonos nuevos estilos de vida, es decir, el discurso del poder nos da la pauta para seguir dos patrones:

1) hacer simplemente lo que hacen los demás y 2) hacer aquello que los demás quieren que haga, Victor Frankl, lo ha denominado como el conformismo y el totalitarismo.

---

<sup>30</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002, pag: 162.

<sup>31</sup> López, R., Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 50.

López (2002) nos dice que “el cuerpo humano no es tan libre como pensaban los positivistas, ya que el cuerpo humano esta sujeto a la cultura y a los deseos de los otros para poder construir y continuar la misma interpretación del mundo”<sup>32</sup> En esa lógica, la emoción a sido suprimida y no abordada por los profesionales de la salud y ni mucho menos las personas mismas, ya que tienden a creer que las emociones son condiciones vulnerables ante las situaciones que viven y que mucho tiene que ver su educación emocional.

La cual podría encuadrarla de esta manera y como yo lo he experimentado: mientras a los hombres se les niega la oportunidad de expresar su sentir ante las diferentes situaciones, ellos deben de mantener una postura rígida y de protección, callando aquello que les duele, prefiriendo decir: *no me duele porque soy hombre*, ya que si le duele las situaciones por las que está pasando y esto toca su lado emocional en tristeza, se tienen que aguantar, y sí, se aguantan no lloran, no se ponen tristes, ya que, si no llora será mejor que los demás (hombres) y con más capacidad de ser fuerte emocionalmente.

En cambio los hombres que sí lloran, son etiquetados: débiles de carácter, tontos, sensibles, coyones, maricas, etc. y esto ha sido por las comparaciones con la mujer, ya que ella, si tiene derecho y permiso de llorar y sentir, de ponerse triste hasta manifestar estados depresivos o melancólicos, ya que por su naturaleza (anatomo – fisiológica) ha sido enmarcada como el sexo débil y colocándole un tapabocas: *calladita te ves más bonita*.

### **3.2.1. Las emociones como procesos de: ¿sanación o enfermedad?**

Y bien, al basarse en este raciocinio, el cuerpo del individuo a tenido que ir desarrollando nuevas formas para sacar estas emociones, y no de una manera adecuada como aquellos que practican o “aprenden ciertas prácticas o técnicas

---

<sup>32</sup> Ibidem, 2002, pag: 26

meditativas, ya que estos que la practican se dan cuenta de la posibilidad de vaciar la mente de todos los estados emocionales aflictivos”<sup>33</sup>

Aquí en occidente el hombre cree y ha seguido creyendo “al paso de los años, que la labor de los profesionales de la salud es aliviar el dolor, el sufrimiento y evitar la muerte. La enfermedad trae consigo la distorsión espacio – temporal, acentuando el dolor y la angustia de la persona llevándola al sufrimiento. El hombre enfermo distorsiona la experiencia que tiene con el mundo, por tanto, la realidad. Hay una sensación de separación y aislamiento de aquellos que gozan de salud”<sup>34</sup>

Y “la mayoría de los pacientes que asisten a una consulta o sintomatología física no se quejan del miedo, la ambivalencia o de problemas de relación; la demanda se concreta al problema físico, ya que la psique tiene que superar las cosas aparentemente imposibles que significa hablar sobre el secreto de su vida, que ha callado y reprimido para encajar dentro del patrón del entorno social.

La vida emocional encerrada en el cuerpo puede materializarse en un síntoma físico, en una psoriasis, cáncer, diabetes, asma, hipertiroidismo, etc., que nos puede llevar a el comienzo de una carrera de enfermedades del paciente, en otras, palabras, todo aquello que conforma nuestra odisea de visitas a médicos y tratamientos infructuosos, y que no es más que las emociones atoradas en los cuerpos, sensaciones corporales no escuchadas, por ejemplo: cuando la gente recibe disgustos, tristezas, enojos, etc., estas tienden a decir: me duele el pecho, me duele el estómago, o después que me peleo me duele la cabeza, me enroncho cada vez que se me pongo nerviosa (o) etc., y así nos podríamos seguir al hablar de la sensaciones corporales subjetivas en cada persona.

---

<sup>33</sup> Goleman, D., Emociones destructivas. Un diálogo científico con el Dalai Lama, Vergara, 2003, pag: 138.

<sup>34</sup> López, R., Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002.

Por ello al querer encontrar los problemas en los cuerpos nunca tendremos un diagnóstico equilibrado, y se encontrarán enfermedades: desde causadas por índole emocional, molecular, o degenerativa.

La somatización se genera en centrar la búsqueda de un mal en el organismo, descuidando el aspecto mental donde el paciente muchas de las ocasiones desconoce la relación de sus emociones con su dolencia orgánica. Con el tiempo el paciente construye una enfermedad con los síntomas y a veces pueden discrepar la gravedad de los síntomas y la enfermedad”<sup>35</sup>

Por lo tanto “la correlación entre enfermedad, afectos y emociones hoy día no se discute mucho, lo que interesa es cuándo y cómo se da el proceso de cambio en el cuerpo y en este caso no estamos hablando de una somatización, se habla del afecto de una relación de pérdida o de estado emocional, como la tristeza, que cambia el metabolismo bioquímico del cuerpo.”<sup>36</sup> Por ello mucha gente en las épocas decembrinas, funerales o no precisamente algunas celebraciones, estas al tener bastante tristeza, tienden a bajar sus defensas, entonces no existe inmunidad ante dichas bacterias que entren en su organismos, y de ahí se desatara un catarro, gripa o llegar a tal grado de descuido en una pulmonía.

Ya que pareciera que la tristeza que padecen los individuos, no pueden disimularla, al contrario esta se concretiza en los pulmones y sale a flote con los síntomas, por ende, “la interpretación al proceso emocional, tiene la importancia de hacer ver a las emociones con un nuevo factor importante de la salud en las personas que han construido una sociedad ajena a su verdadera naturaleza. Es decir, las diversas formas de vida tienen una implicación en el cuerpo y eso da

---

<sup>35</sup> B. Plozza – Luban, El pensamiento psicossomático y la actuación médica, en *El enfermo psicossomático en la práctica*, Barcelona, Herder, 1995, pag: 3.

<sup>36</sup> López, R., Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 2., México: Editorial Zendová, 2002, pag: 31

pauta para la construcción de opciones en el interior de los sujetos. La información que se les da y los aspectos donde se vive, marcan la red de cooperación interna del cuerpo, lo que implica que una emoción o un órgano se convierta en dominador de lo orgánico; por eso los individuos que son puro hígado o puro riñón, tienen un profundo sentido con sus estilo de vivir y como crearon el mecanismo para poder darle la opción a un órgano o una emoción dominante”<sup>37</sup>

Como se dijo antes lo psicossomático es el modo de nombrar aquello que involucra una dualidad de la que se hablaba ya que hace miles de años, nuestros antiguos pensadores (filósofos – griegos) enunciaban en sus diálogos o cátedras los potenciales y los deberes de los hombres quienes generalmente eran exaltados por su inteligencia más que por cualquier otra característica, concebían al cuerpo y sus funciones como las herramienta capaz de lograr hazañas sólo después de liberarse de sus instintos, por lo que fue tarea principal la anulación de cualquier emoción que alterase el orden de lo conciente en tanto evidente: esta dualidad cuerpo – mente tomó un rumbo enajenante debido a la difusión y aceptación de las ideas de Descartes en el siglo XVII y posteriormente durante la Ilustración.<sup>38</sup>

Uno de los casos y claros ejemplos de los nuevos padecimientos es la piel, la psoriasis y su etiología es desconocida, aunque se ha observado una proliferación epidérmica muy rápida en todo el cuerpo de los individuos que padecen este sufrimiento en su piel, y los síntomas son enrojecimiento, dolor, descamamiento y exudación en la zona afectada.

Nuestro cuerpo constantemente nos envía todo tipo de señales, desde las más sutiles hasta las más obvias. Nos avisa con la intuición con pensamientos que con frecuencia parecen incoherentes o desarticulados, desvinculados de la

---

<sup>37</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002, pag: 162

<sup>38</sup> Tesis de Sánchez, G., Psicología y Diabetes: un proceso psicossomático. Tesis de Licenciatura, UNAM FES IZTACALA, Edo. de México, México, 2004, pag: 65.

experiencia inmediata, nos envía mensajes a través de los sueños, con cierto tipo de estados anímicos, Maslow, citado en *Lo corporal y lo psicossomático Reflexiones y aproximaciones 2.*, opinaba que si se niega o intenta abolir este núcleo esencial de la persona, éste enfermará; unas veces con síntomas evidentes, otra con síntoma apenas perceptibles; unas veces como resultado inmediato y otras con alguna posteridad al establecimiento de la causa. Es el mismo principio homeostático del gruñir de las tripas como señal de hambre, o la resequedad en la boca cuando el cuerpo nos pide agua, o el relajamiento físico aunado al bostezo cuando tenemos sueño.

Pero estas necesidades van más allá de lo meramente físico como pueden ser los alimentos para el buen funcionamiento fisiológico, el ser total requiere de otro tipo de satisfactores para su funcionamiento óptimo y el mismo Maslow los define como “marcos de inmunidad y seguridad, de pertenencia y afecto, respeto y autoestima, y de autorrealización”, que deben ser proveídos por el núcleo familiar y social.<sup>39</sup>

Otro ejemplo producido por estados altos de estrés, es cuando el cuerpo a tenido grandes cargas de frustración y llegan a la hipertensión o presión alta, es decir, "cuando el cuerpo está preparado para enfrentarse al peligro pero no puede hacerlo, y se prepara para una respuesta de agresión o fuga, pero cuando no se puede tomar ninguna acción, los sistemas corporales permanecen hiperactivos. La repetición de experiencias similares de naturaleza frustrante puede crear estados tales como la hipertensión."<sup>40</sup> ellos comentan que la hipertensión puede dañar los riñones y llevar a un ataque de apoplejía.

Así como este ejemplo han corroborado que el estrés es un detonante de enfermedades de tipo emocional como en las alteraciones respiratorias. La más

---

<sup>39</sup> López, R., *Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 2.*, México: Editorial Zendová, 2002, pag: 128

<sup>40</sup> *Ibidem*, 2001.

común de ellas es el asma, que puede estar producida por contratiempos de tipo emocional. Los ataques de asma se caracterizan por respiración dificultosa, jadeos y la sensación de asfixia.

El estrés también es causa de muchos trastornos de la piel, desde picores, cosquilleo y dolor hasta los que producen sarpullido y granos.

Pero de ante mano sabemos que los altos niveles estrés son sólo detonadores y que existen en las personas detonadores aún más fuertes, como lo habíamos dicho emociones reprimidas, emociones que desde niños no han podido sacar, las instituciones que no permiten el placer de lo corporal, es decir el sistema es quien reprime al ser humano.

Por ello al basarnos en esta lógica, el modelo reduccionista del modelo bio-medico no entra, ya que o es sano o es patológico, "la medicina (alópata /científica) busca la salud eliminando la enfermedad en una parte determinada del cuerpo (fragmentación), a través de la localización del agente que la provoca. Es decir, una persona se considera sana siempre y cuando no presenté los síntomas de la enfermedad. En caso contrario se combate ésta con medicamentos concordando, claro está, con la medicina contemporánea."<sup>41</sup>

Es decir somos cuerpos que no escuchamos nuestro cuerpo, las sensaciones, el focalizar la atención tanto a mi respiración, como a mi voz, o el condicionamiento psicológico ejercido por la propagando oficial... y también por la organización comercial que acuerda crecientes momentos de ocio, los cuales logran gracias a la diversión y a la distensión física, restaurar las fuerzas vivas y la moral del individuo con miras a obtener de él, el mejor trabajo e integrarlo así de nuevo a un sistema de explotación cuya fuerza represiva el individuo mismo no advierte. Al darle de esta manera la ilusión de desquitarse del embrutecimiento y

---

<sup>41</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Plaza y Valdez, 2002, pag: 46.

de la contaminación ambiental, propio de la civilización urbana y técnica; la extensión de los esparcimientos contribuyendo a forjar una imagen mítica del hombre provisto de un cuerpo armonioso, libre, sano y bello”<sup>42</sup>

### **3.3. EL CUERPO HABLA Y NECESITA SER ESCUCHADO**

En la sociedad los efectos de la separación del cuerpo y la mente se reflejan en todos los aspectos de la vida, es decir, en las instituciones educativas, médicas o de salud, religiosas, laborales, económicas y geográficas, así como en los medios de comunicación. Asimismo, el cuerpo puede ser visto como un instrumento de trabajo de distintos profesionales: artistas, médicos, psicólogos, publicistas, ingenieros, etc. Unos se ocupan de repararlo, otros de plasmarlo, otros más de explotarlo – en el buen sentido – utilizando mayoritariamente la cabeza, como es el caso de los físicos, químicos matemáticos, entre otros. Y finalmente, podemos encontrar a aquellos que vía el cuerpo tienen éxito, es en su apariencia y agilidad de movimiento donde obtienen el reconocimiento, por ejemplo deportistas, artistas, cantantes, modelos y edecanes por mencionar algunos.<sup>43</sup>

“Así, desde la revolución industrial, la ciencia occidental se ha convertido en una poderosa fuerza, moldeando la vida de millones de personas. Su orientación materialista y mecanicista prácticamente ha reemplazado tanto a la teología como a la filosofía como principio directivo de la existencia humana y ha transformado el mundo en que vivimos”<sup>44</sup>

Pero todo esto ha dado como resultado “... el proceso salud- enfermedad como reflejo del sistema social dominante, en este caso particularmente del capitalismo, donde se vende tanto la salud como la enfermedad. La gente construye un etilo de vida para alcanzar lo que se le ofrece, pero como el modelo es muy alto (la ideología no corresponde al país) se genera una frustración de la

---

<sup>42</sup> Bernard, M., El cuerpo, España: Editorial Paidós, 1976, pag: 20.

<sup>43</sup> Ibidem, 2002, pag: 42

<sup>44</sup> Grof, S., Psicología transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia, Barcelona: Editorial Kairos, 1998, pag: 101.

sociedad a partir del funcionamiento del sistema...”<sup>45</sup> .Y la gente al querer encontrar soluciones rápidas y como el mismo sistema se lo exige se van con “la medicina alópata o científica preocupándose más por curar o reparar “máquinas humanas” para un mejor funcionamiento y rendimiento.

Esta situación se acentúa con la pérdida de la función individual del médico, omitiendo de inicio la capacidad de atender por sí solo a las personas en toda su patología. Se superpone o relaciona con otras ciencias considerada hasta poco antes como independientes de la medicina y forma una extensa red de conocimientos inabordables para una sola mente y una sola persona. En este sentido, los médicos, para conseguir los fines de su ciencia, requieren de una colaboración efectiva entre ellos, cada uno de los cuales aporta, como la pieza en la máquina, el dato y el hecho preciso, insuficiente por sí solo pero indispensable para el funcionamiento de los demás. Además, los médicos actuales reciben en sus escuelas de medicina una visión unilateral, súper tecnicada y etnocentrista discorde con la realidad sociocultural del país <sup>46</sup>

En suma, me percató que en la sociedad, se necesita aún más de remedios como se utilizaban en la “...medicina tradicional o alternativa como la ha llamado la sociedad occidental es la medicina azteca, cuyas características especiales fueron: ser un conocimiento socializado y compartido por toda la comunidad aunque complementado por el especialista o curandero, cuyo papel podía ser representado indistintamente por el hombre y la mujer.” <sup>47</sup>

Muchas personas que trabajan con cuerpos, han querido relacionar ciertos aspectos externos (ambientales o emocionales) con sus enfermedades:,

---

<sup>45</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 48

<sup>46</sup> Íbidem, 2002, pag: 47.

<sup>47</sup> Íbidem, 2002, pag: 50.

---

psicólogos, homeópatas, acupunturistas, médicos, etc., por ejemplo hablemos primero de la psicoterapia gestalt.

### **3.3.1. Psicoterapia gestalt.**

Los psicólogos utilizan diversos métodos actuales de psicoterapia, y tratan de relacionar las conductas con las emociones, actualmente dentro de la psicoterapia existencialista, existen unos psicólogos que se autodenominan gestaltistas, porque se llevan a cabo siguiendo ideas similares a las de la antigua escuela de percepción, teniendo como base epistemológica que los seres humanos son considerados como conjuntos que responden a la experiencia configurada de modo global, con lo que la separación cuerpo–alma sería artificial. En la terapia de la Gestalt, la percepción adecuada de las necesidades personales y del mundo exterior es vital para equilibrar la experiencia personal y conseguir una ‘Gestalt positiva’, mientras que apartarse de la conciencia rompe la respuesta global. Los terapeutas de la Gestalt intentan restablecer el equilibrio armónico

infantiles propias del psicoanálisis clásico. También se estimula el enfrentamiento directo con los propios miedos.<sup>48</sup>

Los psicólogos gestaltistas descubrieron que la percepción es influida por el contexto y la configuración de los elementos percibidos; las partes derivan de su naturaleza y su sentido global, y no pueden ser disociados del conjunto, ya que fuera de él pierden todo su significado.

La psicoterapia Gestalt, está teniendo un gran auge como herramienta para la exteriorización de toda aquella información guardada en la experiencia de las personas, “pone el acento sobre la toma de conciencia de la experiencia actual (el

---

<sup>48</sup> Psicología de la Gestalt." *Enciclopedia® Microsoft® Encarta 2001.* © 1993-2000 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

aquí y el ahora), englobando el resurgimiento causal de una vivencia pasada y rehabilita el sentimiento emocional y corporal”<sup>49</sup>

La Gestalt, tiene una perspectiva totalitaria y unificadora de la persona, integrándolo, junto con sus percepciones, sus emociones, aunado con los aspectos afectivos, sociales y energéticos, “gracias a que integran y combinan de manera original, un conjunto de técnicas variadas, verbales y no verbales como el despertar sensorial, el trabajo de energía, la respiración, el cuerpo, la voz, la expresión de la emoción, el trabajo a partir de los sueños, la creatividad (diseño, modelado, música, danza, etc.)”<sup>50</sup> Al utilizar el recurso del focusin, que es centrar la atención al cuerpo, es decir, estar en constante observación, sentirlo, y saber que nos está diciendo mediante los mensajes de dolor, presión, prurito, etc.

Este focusin, como herramienta de la Gestalt, es “poner la atención en el

las razones más absolutas de toda existencia

En el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt, en México, al enfocarse en un programa de trabajo con síntomas, ha sacado el perfil de todos los órganos del cuerpo, es decir, ha ampliado el trabajo de la argentina Adriana Schnake, la cual trabaja con los diferente órganos del cuerpo a partir de la connotación emocional y órgano, ya que cree que las personas que tienen una anomalía o problema con algún órgano es porque no se están poniendo en contacto con el órgano, y con su cuerpo. Ya que Adriana Schnake, comenta en su libro Los diálogos del cuerpo, que los seres humanos no sabemos descifrar lo que nos

---

<sup>49</sup> López, R., Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 129

<sup>50</sup> Íbidem, 2002, pag: 129

---

<sup>51</sup> .- López, R., Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 2., México: Editorial Zendová, 2002, pag: 130.

quiere decir nuestro cuerpo, a partir de los diferentes síntomas que tenemos en dichos órganos.

La propuesta que da la argentina y adoptado por el Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt, es trabajar con dicha emoción y órgano, de forma Gestáltica a partir de el órgano de la persona. Explicaré a grandes rasgos, el método que han estado llevando a partir del programa con síntomas:

que deberá contestar en casa, después se revisará el cuestionario durante una o dos sesiones, así la que más impacto tiene con las frases con las que expresan dichas preguntas, ya que estas frases son parte del lenguaje del órgano y las preguntas son las siguientes:

- 1.- ¿Cuándo fue la primera vez que apareció tu síntoma? (refiriéndose al pasado?)
- 2.- ¿Qué situaciones vivías en ese momento? En los siguientes ámbitos: pareja, social, ocupacional y familiar
- 3.- ¿Qué me digo cuando tengo el síntoma? (enfocándose a la frase: me duele, me pica, me arde, etc.)
- 4.- ¿Qué me impide hacer y como me impide estar cuando tengo este síntoma? (por ejemplo: me impide relajarme, dormir, caminar, etc.)
- 5.- ¿Qué me obliga hacer y como me obliga estar este síntoma? (por ejemplo quedarme en casa, estar encerrada, etc.)

A) Después en la tercera sesión, se colocarán tres sillas, las cuales dos deberán estar de frente y la otra como espectador. En una de las dos sillas de frente se sentará la persona y en la de espectador el terapeuta.

B) Enseguida se le vendarán los ojos a la persona y se le preguntará sus síntomas, mientras el terapeuta tomará nota.

C) Se le explicará a la persona el trabajo que se realizará en la sesión: se te vendan los ojos ya que esta sesión es un trabajo profundo, pidiéndole que respire tres veces y de estas que inhale por la nariz y que exhale por la boca. Además se le dirá que haga un muy buen contacto cuando sea su órgano y cuando sea el mismo.

D) Al terminar de respirar tres veces, se le pedirá que cambie de silla y se convierta en su órgano y me diga como es y cuales son las funciones de su órgano, es decir, refiriéndose a la anatomía del órgano pero saludable.

E) Se le pedirá el cambio de silla.

F) El terapeuta ocupará el lugar del órgano, para aumentar la información y corregirla a partir de lo que comentó en el punto D. (aquí el terapeuta hablará como si el órgano estuviera hablando, por ejemplo en piel: yo soy flexible, tengo elasticidad, soy el órgano más grande de tu cuerpo, etc.)

G) Se le pide a la persona que cambie de silla y sea su órgano y que repita las funciones ya corregidas y ampliadas por el terapeuta.

Mientras el terapeuta tomará nota de las frases que no recuerda de su órgano, teniendo como objetivo que estas son las partes que no se identifica con su órgano y esto ha sido denominado **punto ciego**, como la parte donde la gente omite la frase de la personalidad del órgano)

H) El terapeuta le dirá a la persona que vuelva a su lugar y sea ella misma, mientras el terapeuta ocupará el lugar del órgano, y le repetirá las frases que olvido del órgano y aumentándole otra más.

I) Nuevamente se le pide a la persona que sea su órgano y que le diga: como órgano (piel, uréteres, pulmón, etc.) como eres, y aquí entrará ya no tanto la anatomía del órgano, si no la personalidad de este (como: flexible, rígida, contenedora, sensible, etc.,)

j) Y se seguirán realizando cambios hasta que la persona se identifique con su órgano en sus funciones sanas, es decir, que la persona mencione los puntos ciegos del órgano, y así continuando con las demás partes, tanto de la anatomía como de la personalidad del órgano.

Al terminar dicha sesión se le pedirá a la persona que es necesario trabajar, otros aspectos, los cuales el terapeuta ha tomado nota y que esto se trabajará de una forma terapéutica sin tener que recurrir al trabajo de síntomas.

Y esto es por que creen que “...toda sintomatología en el cuerpo, encierra mensajes precisos de nuestra naturaleza interior física, emocional, espiritual, intelectual y que escuchados oportuna y conscientemente pueden guiarnos a encontrar o construir nuevas formas de ser y estar en el mundo, a la vez que prever o frenar enfermedades presentes o futuras...”<sup>52</sup>

Es decir, a las personas que hayan pasado por este proceso, se le dará seguimiento, ejercitando la toma de consciencia de sí, mediante sus percepciones como el: ver (mirarse, observarse), oír (escucharse), sentir (percibirse, colocando atención intencionada a uno mismo, es decir, ser observadores de uno)

Al mismo tiempo se le irán inculcando los cinco puntos básicos que ofrece la terapia Gestalt:

- 1.- Atención consciente: estar aquí y ahora, junto con sus sensaciones y percepciones
- 2.- Consideración externa: es la observación afuera de la persona, hacia el otro u otra, y su contexto que lo rodea, implicado el habitad.
- 3.- Entendimiento: implica conocer y aceptar tanto a su persona, a las personas que lo rodean, su contexto.
- 4.- Congruencia: los valores y las metas de las personas
- 5.- Bienestar

---

<sup>52</sup> Íbidem, 2002, pag: 130.

Pero como lo había mencionado desde un inicio, el cuerpo humano es un receptor, que anda por el mundo recibiendo información, padeciendo o disfrutándola, y sobre todo realizando entramados como: las enfermedades que por medio de estas el cuerpo comienza hablar, a expresarse y sentirse.

No puedo dejar pasar de alto que a partir de la terapia Gestalt, no se trabaje con las diferentes emociones y darle lugar a que hablen, salgan, pero sobre todo, darnos cuenta que tenemos emociones y percepciones de manera subjetiva y que podemos aprender de ellas y como sanarnos también.

Pero el cuerpo no solo se queda instalado en condiciones de emociones, los seres humanos somos un mundo en pequeño, es decir, “el cuerpo que somos y vivimos ha pasado por una trayectoria de vida que lo ha marcado; se nos ha enseñado a comer ciertas cosas y otras; se nos ha enseñado a respirar para contener el llanto o bien a llorar de todo; hemos asumido una postura corporal que en conjunto con las emociones le han determinado un estar en la vida a ese cuerpo; también nos han enseñado a vivenciar y expresar ciertos sentimiento y no otros, en el caso de las mujeres, es muy frecuente que siempre haya un halo de dolor y tristeza que acompaña sus vidas, el cuerpo así lo denota: obesidad, varices, diabetes, cáncer, etc. Vivimos, en definitiva, una historia con ese cuerpo cuyo primer espacio de referencia y de significación es la familia. La familia que someterá a todos a una inscripción profundamente determinista en la forma en que vivamos ese cuerpo”<sup>53</sup> En la enfermedad de los cuerpo enfermos y no tan enfermos debemos de tener en cuenta que tenemos factores muy importantes como la cultura, y no solamente somos incluidos en un diagnostico general, donde no importa género o las diferentes altitudes o habitad en los que vivimos.

Se necesita una visión donde el cuerpo, sea entendido no de una manera dualista, sino como un microcosmos “cuya analogía con el universo hace comprensible que se vea afectado, al igual que todos los seres vivos, por los

---

<sup>53</sup> López, R., Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 113.

eventos naturales. Se trata de una visión desde la cual resulta imposible hacer una fragmentación en mente y cuerpo...”<sup>54</sup> “El cuerpo individual inicia con la vida y termina con la muerte; bajo esta postura se concibe la enfermedad como un mal funcionamiento físico localizado en el nivel molecular, es una experiencia particular delimitada en tiempo y espacio. La salud también se encuentra en cada individuo y es considerada como un fenómeno compartido en el sentido de que es un proceso que abarca la interacción de todos los componente entre sí.”<sup>55</sup>

Por ello al tener una visión, donde la condición humana, ocupa un espacio un tiempo, una geografía, un clima, alimentación, olores ambientales, pero sobre todo el discurso del poder aunado con la carga cultural, podemos decir que el ser humano es una construcción corporal, es decir, no solamente el ser humano es una herencia genética, es todo un ser en totalidad, aunado con la espiritualidad, en un tiempo y espacio determinado.

Entonces, al querer sacar a una persona por medio de procesos terapéuticos, que llega por problemas de índole emocional ya muy avanzados, y que han acaparado tanto su cuerpo de la persona, que se encuentra en una etapa de su vida enfrentada con una enfermedad degenerativa.

Esta va a requerir más de hablar, elaborar y armar su historia personal, ya que ha roto su armonía interna y sus sentimientos se han desbordado a tal grado que han desbordado el equilibrio entre sus órganos.

Por ello también se deben de tomar en cuenta las terapia corporales, las cuales pueden ser una alternativa al trabajo psicológico de los diferentes trastorno y en especial a la piel. Ya que estas comparten una de las partes integradoras del ser humano como un microcosmos dentro de el macrocosmos, junto con la interacción energética que se da entre ambos.

---

<sup>54</sup> Íbidem, 2002, pag: 113.

<sup>55</sup> Íbidem, 2002, pag: 44

Y esto si tiene que ser claro dentro de estas alternativas vamos a entender que son únicas en cada persona, no son recetas de cocina o diagnósticos donde nos podamos ubicar o clasificar, éstas son flexibles y se adecuan a cualquier persona.

### **3.3.2 Bioenergética**

Por ejemplo, la terapia bioenergética es un modo de entender la personalidad humana en términos del cuerpo y sus procesos energéticos.<sup>56</sup> En el libro *Lo Corporal y lo Psicosomático 1 Reflexiones y aproximaciones*. Retomo la terapia bioenergética, masaje, vegetoterapia y la acupuntura, por Olivia López Sánchez.

Entonces la bioenergética, es una terapia que tiene sus antecedentes en el trabajo de Wilhelm Reich, quien había propuesto una forma de trabajo con el cuerpo mediante la estimulación del sistema nervioso vegetativo a través de la respiración. Posteriormente, Lowen adaptó la teoría de Reich y la llamó bioenergética. Lowen acepta la existencia de una energía corporal (los chinos la llaman Qui), que circula por todo el organismo y se obtiene a través de la respiración y el metabolismo. De esta forma, la descarga de esta energía determinará en gran medida la carga de la misma. La cantidad de energía que disponemos y la manera en que la utilicemos determinarán las formas de responder a diferentes situaciones en la vida

La bioenergética propone como terapia la recuperación de la capacidad energética de los individuos, a través de ejercicio y movimientos corporales que van acompañados de respiraciones profundas, para que las personas puedan resolver sus problemas emocionales y experimenten el placer de una manera más fluida.

---

<sup>56</sup> Lowen, A., Bioenergética, México: Editorial Diana, 1998, pag: 13.

El estrés provoca una tensión muscular que se ve aliviada cuando la persona se relaja pero las tensiones crónicas producen un estancamiento de energía pues perturban la salud emocional y disminuyen la energía de los individuos, por ello también tenemos que considerar que nuestro estado emocional debe de estar en equilibrio ya que las emociones son fuente de energía para nuestra salud.

Los bloqueos energéticos se van produciendo a lo largo de la vida de los individuos y ello contribuye en gran medida a adoptar un estilo de personalidad o, dicho en términos de la bioenergética, un proceso energético específico y una coraza caracterológica. Lowen ha establecido cinco modelos o corazas caracterológicas para referirse a los diferentes bloqueos energéticos que pueden generarse según la etapa de la vida en que ocurran: el carácter oral, el carácter esquizoide, el carácter masoquista, el carácter psicopático y el carácter rígido. La tipología que ofrece Lowen puede ser discutida, comenzando por los nombres que fueron tomados de la jerga médica pero que tienen una significación totalmente diferente. Lowen aclara que estas estructuras de carácter “tienen un patrón especial de defensa tanto en los niveles sociológicos como en los musculares, que lo distingue de los demás... aclara que... no está clasificando personas, sino posiciones defensivas”<sup>57</sup> Tampoco se habla de la existencia de un tipo puro, sino que cada cultura determina combinaciones de esas cinco estructuras defensivas.

La estructura del carácter esquizoide denota una predisposición al estado esquizofrénico. Es el tipo de carácter más escindido entre el pensamiento y el sentimiento. Existe una negación del cuerpo y se antepone la razón y el pensamiento a la emoción y al sentir. El estancamiento de energía impide que ésta fluya a la periferia, por lo que se dificulta el contacto con el exterior; la circulación sanguínea, en consecuencia, impide que las extremidades mantengan un calor medio.

---

<sup>57</sup> Íbidem, 1998, pag: 13.

El carácter oral denota rasgos que tienen que ver con la etapa oral: dependencia, miedo, debilidad, mucho apego a los demás. El individuo con este carácter es incapaz de realizar cosas de manera autónoma. Energéticamente tiene una carga baja, su energía no está fijada en el centro como es el caso del esquizoide, pero el flujo es muy débil. Por lo tanto, no tiene la capacidad energética ni emocional de mantenerse en actividades que requieran compromiso.

Al carácter psicopático le caracteriza una negación de sentimiento. La mente del psicopático se vuelve contra su cuerpo, requiere dominarlo constantemente. Energéticamente está más cargado en la parte superior del cuerpo, esta ubicación en lo alto del cuerpo le sirve para dominar e imponer. La estructura masoquista se relaciona con el deseo de sufrir, hay un sometimiento, se es incapaz de romper la fuente de sufrimiento. Tiene una carga energética fuerte que le fluye por todo el cuerpo, pero sus bloqueos le impiden una descarga plena y la expresión de sentimientos de queja que le llevarían a liberarse del dolor.

Al carácter rígido le caracteriza una tendencia de rigidez corporal y emocional, siempre está a la defensiva por el miedo a ceder y someterse. La apariencia corporal es armoniosa, pero rígida. Es el tipo de carácter cuya circulación energética es más armoniosa si no fuera por la rigidez que está siempre presta a la retirada. Lo que corresponde en la terapia bioenergética es hacer una lectura corporal y designar la estructura de carácter que tiene, eso en adición al reporte de sus emociones, sus relaciones sociales, etc. le sigue a esto una terapia a base de movimientos y respiraciones, dependiendo de la lectura corporal previa.

Ya que las personas que han caído en algunas de las personalidades anteriormente citadas, son ejemplos claros que en ellas, según López (2002) la ruptura del equilibrio energético que está en estrecha relación con las condiciones de vida y las formas en que se expresan los sentimientos, cómo se vive, con o sin estrés, los cuidados del cuerpo, tipo de trabajo y alimentación, las formas en que

se guardan los rencores, abandonos afectivos, que de ello depende la forma en que la persona elabora su proceso psicosomático: lo deposita en algún órgano, articulación o se produce alguna sintomatología que bien puede ser migraña, hemorroides, estreñimiento, asma, depresión o tristeza crónica, en algunos casos problemas de psoriasis, entre otras menos comunes.

### **3.3.3. Masaje**

El masaje, por Olivia López en lo corporal y lo psicosomático 1, es una terapia ancestral casi inherente a la condición animal. Los chinos han sido los que más han trabajado el masaje; éste puede ser de varios tipos: curativo, preventivo, erótico o para los bebés. El que aquí queremos esbozar es el terapéutico, que consiste en el empleo de aceites, pases y movimientos musculares por todo el cuerpo, poniendo mayor énfasis en las zonas más bloqueadas. El masaje puede ser fuerte y profundo o suave y ligero.

En combinación con la respiración del masajista, el uso de sustancias aromáticas, aceites y frotamientos busca conseguir desbloquear y relajar los músculos más contracturados por el estrés y las tensiones, que a su vez son causa y origen de otros padecimientos futuros.

Esto nos remite a la importancia del masaje no sólo como técnica terapéutica, sino como la posibilidad de mirar al cuerpo e intentar leerlo a fin de interpretar sus dolencias y padecimientos. Los escritos del cuerpo se leen mejor en la mesa de masaje, donde las resistencias se vencen y emerge la condición del cuerpo: maltratado, olvidado, enfermo, malquerido, y hasta flagelado.

El propósito del masaje es, pues, ayudar a reestablecer la comunicación entre todo el cuerpo del paciente, que éste sea capaz de identificar que hay una parte de su cuerpo que aloja cualquier sentimiento – dolor, odio, ira, coraje, resentimiento, que a la vez le evoca vivencias agradables o desagradables.

### **3.3.4. Risoterapia**

Baron (1996) La risoterapia es una técnica que moviliza 400 músculos repartidos por todo el cuerpo, además aumenta el volumen respiratorio dilatando los bronquios, se utiliza en terapias contra el asma.

La risoterapia, es un relajante cardiovascular, baja la tensión arterial y disminuye el ritmo cardíaco, favorece la digestión, como si nos dieran un masaje en el tubo digestivo, aumenta los movimientos peristálticos del intestino.

La saliva que se segrega al reír tiene más inmunoglobulina, anticuerpos que incrementan las defensas contra las enfermedades.

La risoterapia aumenta la secreción de endorfinas, como la serotonina responsable de la sensación de bienestar psíquico, lo que disminuye el estrés y favorece el buen dormir.

### **3.3.5. Acupuntura**

La acupuntura como otra técnica terapéutica en el desbloqueo de las emociones en el cuerpo, se desarrolló basándose en la teoría de que existe en el cuerpo determinados "puntos meridianos"<sup>58</sup> conectados a los órganos internos. La "energía vital" fluye a lo largo de las líneas meridianas; las enfermedades son causadas por la interrupción de los flujos de energía; la inserción y manipulación de agujas restaura la normalidad.<sup>59</sup>

---

<sup>58</sup> Los puntos de Acupuntura en el cuerpo humano se clasificaron originalmente en la antigua China en 14 grupos separados. La línea que une los puntos de acupuntura en cada grupo es llamada "Meridiano". De estos 14 meridianos, 12 son bilaterales (a la derecha y a la izquierda del cuerpo), los restantes 2 se encuentran en la línea media. Estos últimos fueron descubiertos recientemente y no pertenecen al sistema clásico de "Meridianos" y se denominan "Extra Meridianos". Cada meridiano tiene un trayecto definido en el cuerpo, que se divide en dos partes: La vía interna, la vía externa

La interna tiene su origen en un órgano, recorre internamente el cuerpo y se conecta a la ruta externa en el punto de acupuntura. La ruta externa finaliza en la terminal del punto de acupuntura y es conectada a otra ruta interna, llevándola de regreso al órgano de origen, convirtiendo el trayecto total o meridiano en un circuito cerrado.

Cada Meridiano es nombrado de acuerdo al órgano de origen, por ejemplo: Hígado, Páncreas, Bazo, Estomago etc., excepto los dos situados en la línea media; el de localización posterior es llamado Vaso Gobernador y el anterior es llamado "Vaso Concepción".

<sup>59</sup> Acupuntura." *Enciclopedia® Microsoft® Encarta 2001*. © 1993-2000 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

“La concepción del cuerpo que maneja la acupuntura está sostenida en la analogía con un microcosmos en armonía que, al ser violentado, produce desequilibrios energéticos en el cuerpo; el desequilibrio puede tener orígenes diversos que van desde los alimentos que se consumen, la forma en como se vive la sexualidad...”<sup>60</sup> La acupuntura a parte de ser una terapia y regulador energético mediante el uso de agujas, es un sistema curativo venido de Oriente, mismo que esta técnica, tiene en cuenta que “la salud del cuerpo no sólo depende de su equilibrio energético interno sino también de su armonía con los principio del cosmos y la naturaleza”<sup>61</sup>

“Para la filosofía china, el cuerpo humano es un reflejo microcósmico del universo macrocósmico, y está compuesto por los mismos elementos y sujeto a las mismas leyes naturales que el mundo externo y el cosmos. Este principio universal se aplica por igual a las estrellas y los planetas, las moléculas y los átomos, y funciona de la misma manera en el organismo humano que en el sistema solar”<sup>62</sup> Entonces para los chinos, el cuerpo humano es un sistema en constante cooperación y armonía, como todo un sistema de trabajo en conjunto como reflejo y espejo del exterior.

Por lo tanto al relacionar las emociones con el cuerpo, se esta manipulando, “el equilibrio entre lo endógeno y exógeno guardando una relación de armonía, de modo que cualquier cambio que suceda externamente tendrá efectos e implicaciones que se manifestarán al interior del cuerpo y se expresarán en problemas con la relación de los elementos y los órganos”<sup>63</sup> La medicina china,

---

<sup>60</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 33

<sup>61</sup> Íbidem, 2002, pag: 120

<sup>62</sup> Íbidem, 2002, pag: 120.

<sup>63</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002, 159.

entonces no nos habla de enfermedad, sino de un desequilibrio energético corporal, reconociendo tres entidades en la persona (física, energética y mental), aunado con el hábitad de las personas.

La acupuntura con 4,000 años de antigüedad ha y está rompiendo con "...la idea atomizada, antropocéntrica, de desvincular al hombre del lugar donde vive y hacerle creer que hizo su naturaleza y es autónomo de los procesos del planeta. Esta ilusión sólo ha llevado a que los individuos tengan muchas dificultades para encontrar un lugar en el planeta, en su sociedad o algo más cercano: su vida. El no cultivar la relación con la naturaleza ha producido desequilibrios ecológicos y corporales que se expresan en una nueva complejidad razón – cuerpo de cuyo proceso han intentando dar cuenta las teorías occidentales”<sup>64</sup> Y esto es y ha sido gracias a “la sociedad de nuestro tiempo como resultado de una política de desarrollo económico sostenido en la industria (...) gestándose en los albores del siglo XVII en Inglaterra: la construcción de la sociedad de consumo, con la creación y el control de nuevos mercados, cambió las formas de vida de la población; la conceptualización de la ciudad como espacio integrador, donde circula y se reproduce el capital”<sup>65</sup>

Y al romper con nuestro hábitad con la tala imperceptible de árboles, intoxicación del aire, de los alimentos, matar a los animales por sus pieles indiscriminadamente, contaminar el mar, los ríos, la explotación indiscriminada del petróleo y de todos los recursos naturales nos ha llevado a una ruptura con la naturaleza, nos está llevando a un rompimiento con nuestro propio cuerpo.

“La filosofía oriental, tiene como planteamiento que el hombre es una parte más del cosmos y está íntimamente relacionado con la naturaleza. De ahí que la vida sea organizada por fuerzas y/ o energías que son contrarias (yin – yan) pero

---

<sup>64</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 33.

<sup>65</sup> López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial CEAPAC, 2000, pag: 23.

complementarias, y éstas tienen relación con el clima las estaciones del año, los elementos naturales (madera, tierra, fuego, metal y agua), los alimentos, entre otros...”<sup>66</sup> Por ello “la acupuntura sostiene que una emoción o sentimientos se relaciona con un órgano y viceversa. Cuando la emoción domina se instala en el órgano, lo que permite que la persona manifieste trastornos energéticos en él. Se rompe el equilibrio que se guarda entre el órgano y la emoción; más allá de esa idea se puede ampliar el concepto y comprender que los órganos tienen una relación entre sí, es decir, no son autónomos, lo que implica que el desequilibrio es energético.”<sup>67</sup> Pero, hablaré un poco de los elementos que hacen armonía con el cuerpo: los órganos, asociándolo con las emociones, ya que para la medicina china, “la enfermedad física es la última manifestación sintomática de antiguos desequilibrios energéticos, ocasionados por deficiencias, obstrucciones y otra serie de problemas en el flujo energético del cuerpo, que se curan a través de la restauración y el regreso al equilibrio energético tanto del cuerpo como del entorno, y mediante la alimentación”<sup>68</sup> es importante entender que los desequilibrios los podemos encontrar de manera endógena o exógena y esta dará lugar a las enfermedades, es importante cultivar los elementos: fuego, madera, tierra, metal y agua tanto dentro del cuerpo como en la naturaleza, ya que repercutirá en la salud tanto de la tierra como el ser humano.

### **3.3.5.1. Los cinco elementos: fuego, madera, tierra, metal y agua**

Para oriente existe “la teoría de los cinco elementos que tiene un sostén filosófico que se remonta a hace 5,000 años antes de nuestra era.”<sup>69</sup> Se sostiene en la analogía del universo con el cuerpo que es conceptualizado como un microcosmos y encuentra una estrecha relación con los cinco elementos: madera,

---

<sup>66</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002.

<sup>67</sup> *Íbidem*, 2002, pag: 34.

<sup>68</sup> *Íbidem*, 2002, pag: 121.

<sup>69</sup> Eva, Wong, Taoísmo. Introducción a la historia, la filosofía y la práctica de una antiquísima tradición china., Barcelona: Editorial Oniro, 1997, Pag:285

fuego, tierra, metal y agua con los órganos del cuerpo; así cada elemento corresponde a dos órganos: madera, hígado y vesícula biliar; fuego, corazón e intestino delgado; tierra, bazo, páncreas, estómago; metal, pulmón, intestino grueso; agua, vejiga, riñón. Esto significa que la relación que existe en el medio ambiente con los cinco elementos es la que se guarda en el interior del cuerpo.<sup>70</sup> A continuación hablaré acerca de los cinco elementos, el valor y significado que el hombre les da en occidente, además los usos irresponsables que se les da a dichos recursos naturales.

### **La madera**

La madera al tenerla en los bosques, las selvas, no tiene la importancia, no es apreciada, no es valorada, aunque si dicho árbol da alguna fruta, entonces será considerado. Los árboles tienen un gran aporte al planeta y son parte de la naturaleza y al hacer una tala indiscriminada para satisfacer las necesidades y comodidades de el ser humano, se deja en claro que los bosques no tienen en términos sociales un valor, al contrario a partir de su tipo de madera será considerado, aportando el orgulloso estatus ante la sociedad con todos aquellos muebles, pisos, puertas, que son hechas por la madera, ya que estos dan buena vista y apariencia de un nivel económico alto, otro ejemplo de estatus es a fin de año, en la época decembrina, al utilizar para decorar el interior de la casa un árbol, el cual si es natural, estamos hablando de que la familia tiene una clase media alta y puede con su poder adquisitivo comprar y decorarlo, dejando así entre ver a la envidia y egoísmo por parte de las amistades, familiares, etc.; adquiriendo un estatus quo. Mientras el árbol muere y se seca por las luces decorativas, aunadas a la falta de agua, tierra y luz solar.

Al realizar la tala indiscriminada de árboles perjudicamos al planeta con el calentamiento global, ya que durante el siglo XX la temperatura del planeta se elevó 0.8 grados, lo que es considerado el mayor incremento de los mil años

---

<sup>70</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002, pag: 158.

recientes, mientras los niveles de dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>) en la atmósfera crecieron 31 por ciento entre 1750 y 2001, el mayor aumento en 20 mil años. Se prevé que debido al calentamiento global en el 2100 el nivel del mar habrá aumentado 88 centímetros, algo grave, pues actualmente 100 millones de personas viven en regiones que se encuentran debajo de esa altitud. El informe de los expertos que denunciaron hace 30 años la existencia de un hoyo en la capa de ozono indica que el deshielo en la parte occidental de la Antártica elevará el nivel del mar hasta en dos milímetros cada año. Esto parecer poco, pero en realidad significa la extinción de muchas especies, al tiempo que decenas de países corren el riesgo de perder grandes extensiones de territorio como las islas del Pacífico sur, retomado de el doctor Carlos Gay García, director del Centro de Ciencias de la Atmósfera, de la UNAM, citado en el periódico La Jornada el 10 de febrero de 2006. Las actividades humanas al incrementar la deforestación aumentan las concentraciones de bióxido de carbono en la atmósfera, disminuyendo la calidad de aire y del ambiente en general.

## **El fuego**

El fuego, tiene cuatro etapas importantes en la vida del ser humano, en la primera etapa el fuego es observado de la naturaleza; la segunda etapa el humano consigue el fuego de los fenómenos naturales como los rayos eléctricos, con el aprende a cocinar los alimentos, incrementando las relaciones sociales al reunirse alrededor de este , tanto para calentar sus cuerpos como las interacciones entre los miembros de los grupos, teniendo así mejor supervivencia ya que mutuamente se cuidaban y se protegían de los animales, teniendo así las primeras familias. La tercera etapa es cuando el humano aprende a obtener el fuego mediante el rozamiento de leñas y la percusión de las piedras; con ello vino la cuarta etapa el control del fuego y la fundición de los metales y así la revolución industrial.

El fuego en la mayoría de las culturas tuvo un gran valor por lo tanto era adorado, teniendo un simbolismo de luz y de elemento divino, por ejemplo en México los aztecas lo llamaban el dios Xiuhtecuhtli. Ahora en términos sociales el

fuego solo es apreciado en los países fríos y en las grandes industrias para los procesos industriales como solo una gran herramienta para fundir los metales, ya que en términos de ¿cuánto vale el fuego? En realidad nada, ya que ahora el fuego esta siendo remplazado en las cocinas, con el microondas, esto a su vez hace que las comidas sean sin tener interacciones entre los familiares, haciéndose el comer una actividad para satisfacer una necesidad fisiológica, más que consagrar los alimentos en compañía de la intimidad de los parientes.

### **La tierra**

La tierra, tiene color, por lo general es café, negra o roja, es rica en nutrientes y es quien se encarga de alimentar y dar vida a los recursos naturales como los árboles, plantas, vegetales y los mantos acuíferos. La tierra en términos sociales, también tiene un significado y no precisamente de algo agradable a la vista, si no de sucio, con sensación de asco por su color y por aquellos animales o bacterias que viven ahí. La tierra es negada y despreciable ante la vista del ser humano, por ella se tapa con concreto, piso o madera. Ya que una casa que no tenga concreto en su suelo demuestra un nivel bajo en economía, no teniendo así el estatus quo requerido por las sociedad.

La tierra tiene un papel importante en los grandes rellenos sanitarios o basureros ya que con ella se tapan las grandes cantidades industriales de basura orgánica e inorgánica, es decir, que un habitante de una ciudad produce hasta 875 Kg. de basura domestica como los periódicos, latas, aparatos electrodoméstico, envases de plástico, etc., sin embargo, nos deja en claro que la tierra no es considerada como aquella madre tierra que nos suministra de los alimentos, al contrario es rasgada por máquinas para transportarla a rellenos sanitarios, es necesario una resignificación a quien provee de alimentos y nutrientes para la vida de los seres vivos del planeta.

### **El metal**

La historia del hombre está íntimamente ligada al uso de diferentes metales. Durante el neolítico, o Edad de piedra, los metales entonces conocidos como el cobre, la plata, el oro y el hierro, se empleaban de la misma forma que la piedra o la madera para la manufactura de herramientas y armas. Seguramente entre los primeros artesanos profesionales de la historia estaban los forjadores, quienes descubrieron que a altas temperaturas los metales se fundían y moldeaban... durante la Revolución Industrial, los ingleses consiguieron el acero fundido y emplearon diversos metales tales como el zinc, el níquel y el platino.<sup>71</sup>

A partir de que el metal tiene un poder económico fuertemente en el mercado, denotando al mismo tiempo un poder adquisitivo en las personas que lo puedan adquirir, ya que son muy llamativos al encontrarse fuera de el cuerpo del ser humano, como colgijes: anillos, pulseras, aretes, broches para el cabello, además otros artefactos que son usados por el ser humanos como los utensilios de cocina, muebles, camas, sillones, puertas, tubos, etc., así también existen metales en el ambiente los cuales son respirados y perjudiciales directamente para pulmón, piel y el resto del organismo, además de producir olores desagradables los cuales impiden la correcta respiración y la buena oxigenación, por ejemplo en la ciudad de México al tener altos contaminantes en la atmósfera como el plomo, sus efectos suelen sentirse después de haberse acumulado en el organismo durante un periodo de tiempo, los síntomas de envenenamiento son anemia, debilidad, estreñimiento y parálisis en muñecas y tobillos. Además el plomo produce disminución de la memoria, retraso en el desarrollo motor y problemas de audición y equilibrio. En el caso de los adultos, el plomo en ocasiones aumenta la presión sanguínea.

Otro de los metales es el arsénico, el cual es utilizado con la penicilina, para los tratamientos de la sífilis; el arsénico es empleado en insecticidas, fuegos artificiales y pinturas.

---

<sup>71</sup> Rodríguez, R., Las toxinas ambientales y sus efectos genéticos. México; Ed: Fondo de Cultura Económica, 1998, pag: 59.

<b>Metal</b>	<b>Efecto genotóxico</b>
Arsénico	Cáncer de piel, efectos sobre la reproducción, mutagénico.
Cadmio	Mutagénico, sarcomas.
Cromo	Cáncer pulmonar, mutagénico.
Níquel	Carcinoma nasal, mutagénico.
Plomo	Anemia, linfomas, carcinomas y sarcomas renales, mutagénico.

Se ha demostrado que muchos metales son mutagénicos y carcinogénicos en mamíferos, entre ellos el cadmio, que se emplea ampliamente en la industria durante la elaboración de pigmentos, de insecticidas y de otros productos. Una fuente adicional de exposición al cadmio es por las emisiones de los motores de combustión interna; y este elemento se encuentra también en el humo del cigarro.<sup>72</sup> Sin embargo, muchos metales están fuera y muy pocos dentro de el organismo como el hierro, el cual se obtiene mediante las verduras y es por la falta de estas, también la forma en cocinar dichos alimentos, ya que al momento en que los cultivan disminuyen con los pesticidas sus nutrientes.

---

<sup>72</sup> Íbidem, 1998, pag: 60

<b>Metal</b>	<b>Funciones</b>
Cromo III	Metabolismo de los lípidos y de la glucosa.
Cobalto	Forma parte de la vitamina B <sub>12</sub>
Cobre	Síntesis de hemoglobina. Cofactor para las enzimas: como la catalasa pero-oxidasa y citocromo-oxidasa.
Estronio	Calcificación de los huesos y de los dientes.
Hierro	Biosíntesis del grupo hemo.
Magnesio	Síntesis de proteínas y de ácidos nucleicos.
Manganeso	Síntesis de ácidos grasos, colesterol y fosforilación.
Molibdeno	Cofactor de las enzimas que participan en la fijación del nitrógeno atmosférico en las bacterias.
Selenio	Antioxidante para los lípidos.
Vanadio	Reduce los niveles de colesterol y fosfolípidos en el hígado.
Zinc	Presente en varias enzimas: polimerasas, deshidrogenasas peptidasas y anhidrasas.

Los metales son de manera importante, pero también no podemos estar abusando de ellos y solamente los empleamos en el uso externo y cotidiano a partir de las utilidades y comodidades del ser humano, ya que entendamos que a partir de dichos metales interiores tendremos células sanas, obteniendo salud interior.

## **El agua**

El agua es un líquido incoloro, el cual ha tenido un valor importante a lo largo de la historia denotando pureza, por ello con esto se bautizaba a las personas dándole un carácter religioso y que ahora en nuestros días se sigue practicando por varias religiones. El agua cubre cerca del 71 % de la superficie del planeta Tierra, la mayor parte es salada y una parte muy pequeña es agua dulce. Contribuye a mantener el clima, disuelve a una gran cantidad de sustancias, que pueden llegar a ser contaminantes, y es esencial para la vida.

El agua transporta todos los nutrientes en el cuerpo humano, desde los intestinos hasta la corriente sanguínea, diluyendo los productos tóxicos de nuestro metabolismo, transportándolo hacia los riñones. Este líquido incoloro regula la temperatura de nuestro cuerpo, se considera que el agua es un recurso renovable porque se recicla y se renueva continuamente mediante el ciclo del agua y los seres humanos poco se preocupan por valorarla con tratamientos para eliminarle los contaminantes, por el contrario se fomenta el desperdicio y contaminación de este vital recurso, por ejemplo, en la Revolución Industrial el agua de lluvia comenzó a ser lluvia ácida, sus consecuencias se ven reflejadas en los daños a los bosques, las cosechas, y puesto en peligro o eliminando la vida en los lagos de agua dulce.

Cada año, los países industriales generan miles de contaminantes atmosféricos como el monóxido de carbono, el dióxido de azufre, los óxidos de nitrógeno, el dióxido de carbono o las partículas en suspensión y estas al contacto con el agua son convertidas en agua de mala calidad por ello el desarrollo industrial y tecnológico, al consumir recursos no renovables, ha introducido al medio ambiente una gran variedad de productos químicos sintéticos, muchos de ellos tóxicos para los seres vivos, que la naturaleza no los degrada con la suficiente rapidez para que no causen daños en el medio ambiente.

Existen varios contaminantes del agua como: los agentes patógenos, estos son todos aquellos que causan enfermedades, como las bacterias, virus, protozoarios y parásitos que contaminan el agua ya que provienen del drenaje doméstico y los desechos de animales. En los países subdesarrollados, los agentes patógenos son la causa mayor de enfermedad y muerte en niños menores de 5 años. También las sustancias químicas inorgánicas solubles en agua como ácidos, sales y compuestos de mercurio y plomo. A ciertas concentraciones de éstas sustancias disueltas en el agua la hacen inadecuada para beber, dañina para los peces y otras formas de vida acuática, disminuyen el rendimiento agrícola y aceleran la corrosión de los equipos que utilizan agua. Los nutrientes vegetales inorgánicos como los nitratos y fosfatos disueltos en el agua

pueden ocasionar el crecimiento excesivo de algas y otras plantas acuáticas, que cuando mueren y se descomponen provocan la disminución del oxígeno disuelto en el agua hasta causar la muerte de los peces y los microorganismos. A concentraciones altas de nitratos disueltos en el agua para beber disminuyen la capacidad de transporte de oxígeno de la sangre y pueden provocar la muerte de niños neonatos y menores de 3 meses. También las sustancias químicas orgánicas como el petróleo, gasolina, plásticos, plaguicidas, solventes, limpiadores, detergentes y muchos otros productos químicos solubles en agua y los poco solubles en agua amenazan la vida acuática y humana. Algunas de estas sustancias sintéticas contenidas en el agua ocasionan trastornos renales, defectos congénitos y diversos tipos de cáncer en animales de laboratorio. La materia suspendida o sedimento son partículas insolubles de suelo y otros materiales sólidos inorgánicos y orgánicos que llegan a quedar en suspensión en el agua y la contaminan. Enturbian al agua, disminuyen la fotosíntesis por las plantas acuáticas, reducen la capacidad de algunos organismos acuáticos para encontrar su alimento, altera las cadenas alimenticias acuáticas y transportan plaguicidas, bacterias y sustancias nocivas. Al sedimentarse estas partículas destruyen los sitios de alimentación y desove de peces, obstruyendo estanques, lagos, presas y canales.

Las sustancias radiactivas (radioisótopos) acumulativas solubles en agua llegan a alcanzar niveles de concentración que provocan serios problemas en las cadenas alimenticias. La radiación ionizante de dichos isótopos puede causar defectos congénitos, mutaciones dañinas (cambios hereditarios en las moléculas de ADN de los genes que se encuentran en los cromosomas) y cáncer.

Al entender que el agua potable en poca medida es agua contaminada, entendemos que los cuerpos también tienen intoxicado gran parte de el organismo y eso aunado a la falacia de que en términos mercantilistas el agua con saborizantes artificiales, limpia o te crea una figura delgada, realizando así el estatus requerido por la sociedad.

Al poder entender que dichos elementos, están siendo devastados de forma sistemática por el hombre, y con ello “la evolución de la población en el planeta, a fin de cuentas la causante de buena parte de los problemas ambientales”<sup>73</sup> tiene la firme convicción de seguir destruyendo buena parte de la naturaleza y así incrementado el efecto invernadero en el planeta.

Schifter (2005), En el año 1998, con el patrocinio de las Naciones Unidas se estableció el llamado Panel Intergubernamental sobre Cambio Climático (PICG), su propósito era evaluar el cúmulo de datos reunidos en torno al cambio climático y los impactos socioeconómicos que pudieran ocurrir, hoy en día al PICG se le reconoce como la autoridad científica que más sabe sobre el tema del cambio climático; posee información técnica de muy alta calidad, lo cual le permite evaluar los riesgos que trae consigo; y llegó a la conclusión de que existía ciertamente un incremento en el promedio de la temperatura terrestre a partir del último siglo, y que es muy poco probable que su origen sea enteramente natural y seguramente las actividades humanas tienen impacto en esos cambios. Entonces, ¿qué estamos haciendo los humanos al mejorar la tecnología?, tal parece estar destruyendo el entorno, su habitat, el planeta vivo. La tecnología sirve para satisfacer necesidades humanas, por ejemplo Nikolauss August Otto inventa en 1876 el motor de combustión interna de cuatro tiempos; “el auto no se desarrolló en respuesta a una crisis relacionada con la escasez de caballos, los gobernantes y pensadores no pedían la sustitución del caballo, ni los ciudadanos esperaban que los inventores llenaran la necesidad del transporte, ya que W.C. Durant, creador de la General Motors, decía antes de 1902 los automóviles eran ruidosos, peligrosos, malolientes, perturbaban la tranquilidad y asustaban a los caballos.”<sup>74</sup> Ahora estamos exageradamente llenos de vehículos que están contaminando rápidamente el ambiente natural. Incrementándose a su vez la tala de árboles para realizar las carreteras, que al estar haciendo esto no tenemos árboles que absorban el bióxido de carbono y lo transforme en oxígeno “El contenido en

---

<sup>73</sup> Schifter, I., *La tierra tiene fiebre*, México; Ed: Fondo de Cultura Económica, 2005.

<sup>74</sup> Schifter, I., *Uso y abusos de las gasolinas*, México; Ed: Fondo de Cultura Económica, 1998.

dióxido de carbono de la atmósfera se ha incrementado aproximadamente un 30% desde 1750, como consecuencia del uso de combustibles fósiles como el petróleo, el gas y el carbón; la destrucción de bosques tropicales por el método de cortar y quemar también ha sido un factor relevante que ha influido en el ciclo del carbono. El efecto neto de estos incrementos podría ser un aumento global de la temperatura, estimado entre 1,4 y 5,8 °C entre 1990 y 2100. Este calentamiento puede originar importantes cambios climáticos, afectando a las cosechas y haciendo que suba el nivel de los océanos. De ocurrir esto, millones de personas se verían afectadas por las inundaciones.”<sup>75</sup> Al poder entender que el ser humano se encuentra de manera gradual acabándose sus recursos naturales, el mismo también se encuentra en destrucción, es decir, que el ser humano también tiene que mantener y cuidar su naturaleza orgánica, entendiendo que tiene dichos elementos en su interior. En mi perspectiva “los cinco elementos son una posibilidad para poder interpretar la relación hombre – naturaleza y sus procesos internos – externos, incluso establecer un análisis que va más allá de la fragmentación y el dualismo... permitiendo explicar el cuerpo en relación con las acciones de la condición de los seres humanos “<sup>76</sup> Ya que “al aceptar la existencia de la construcción de redes de cooperación en los sistemas vivos, se ha visualizado esa articulación con un tiempo y espacio de un individuo o de un grupo social como la ciudad de México y sus complejas rupturas del equilibrio en los cinco elementos”<sup>77</sup> ya que como observamos en el D.F. no existen muchas áreas verdes, por lo tanto, casi no hay árboles, existe la falta de buen oxígeno, además de la madera, con respecto a las comidas son rápidas, en cocinas económicas, o simplemente sopas instantáneas, perdiendo la interacción con el fuego al momento de cocinar, ya que lo hacen en microondas; con respecto a la tierra los suelos están llenos de concretos, asfalto, alfombras, maderas, alejándose de sus raíces y el suelo que produce nutrientes y con ello los

---

<sup>75</sup> Biblioteca de Consulta Microsoft ® Encarta ® 2005. © 1993-2004 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

<sup>76</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002.

<sup>77</sup> *Íbidem*, 2002, pag: 128.

alimentos, ya que en la ciudad los tienen que traer y estos, no tienen tan buena calidad ya que en muchas ocasiones para que la fruta o verdura madure o no se pudra es congelada y en muchos casos también está hecha con hormonas, perdiéndose los nutrientes necesarios para el humano y su dieta basada en minerales. El agua es otro asunto que no precisamente es del todo claro, ya que ésta no es tan significativa como en los alrededores del D.F., ya que se encuentra en tuberías, teniendo facilidad de obtenerla otorgándole un valor únicamente monetario y no un resignificado como recurso natural y de vida.

Dichos elementos y los seres humanos, se encuentran interrelacionados, el desequilibrio ambiental, trae consigo el desequilibrio interno en las personas, ya que al tener disminución en la naturaleza nos ha traído implicaciones y abandono del principio de armonía con nuestro cuerpo, el planeta y de sus habitantes. “la contaminación de las aguas y del suelo tienen sus consecuencias en los órganos del cuerpo: riñón, vejiga, bazo y estómago. La relación exógena y endógena se hace un acontecimiento que no tiene separación, es una relación dialéctica que se complejiza con la vinculación de las emociones que son un complemento para poder comprender la multiplicidad de trastornos energéticos en los seres humanos”<sup>78</sup> Abordare lo que es la energía, la cual se encuentra en los cinco elementos y en nuestro cuerpo, además de todo lo que se encuentra en este planeta y la falta de esta o el exceso es el desequilibrio, “... la energía del ser humano se compone básicamente de dos tipos: el ki genético, que es lo que nos heredan los padres y se almacena en los riñones; y el ki adquirido, que son los alimentos, el agua, el sol, la relación que se establece con la naturaleza inmediata donde se vive; es decir, el ser humano es un microcosmos que está en armonía con el espacio donde vive; la alteración de este espacio tiene sus consecuencias en el sujeto, en el entendido que los cinco elementos tienen una relación estrecha con los órganos del cuerpo.”<sup>79</sup> Entonces la energía, “se conjugan en esa relación

---

<sup>78</sup> López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002, pag: 161

<sup>79</sup> Íbidem, 2002, pag: 129.

del hombre con la naturaleza, los órganos y la conjugación con un estilo de vida”<sup>80</sup>  
Cuando afectamos el ki genético y al ki adquirido, es decir, si el habitat donde se encuentran las personas viviendo y este es arrasado por la mano del hombre, serán no sólo cambios a nivel orgánico en las personas, también implica la forma de sentir de los individuos “los elementos y los órganos tienen una estrecha relación con las emociones, así que la alteración de un elemento repercutirá en un órgano y éste será dominado por una emoción, por ejemplo, si el elemento madera es alterado en el espacio donde vive un individuo, el efecto en el cuerpo es que el hígado se verá desequilibrado y su desequilibrio tendrá un efecto en el estado emocional (irritabilidad)”<sup>81</sup>

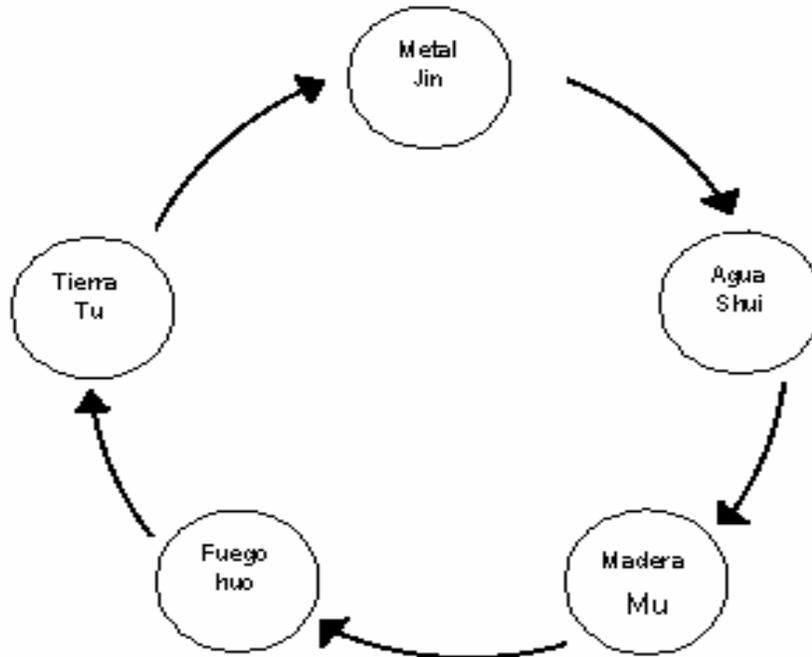
La teoría de los cinco elementos de la naturaleza, se refiere a que existe una correlación entre estos, “tenemos, entonces, que si comenzamos en la relación con el elemento fuego, éste deja cenizas que conforman la tierra, la tierra a su vez en sus capas internas del subsuelo produce el metal, el cual ayuda a la filtración de las lluvias para generar agua, la que produce la madera, que, finalmente, produce fuego y así el ciclo continúa en articulación.”<sup>82</sup> Ha este proceso lo llamaremos la relación de intergeneración, ya que es una continuidad de la energía, en los elementos y estos a su vez en el interior del cuerpo.

---

<sup>80</sup> Íbidem, 2002, pag: 158.

<sup>81</sup> Íbidem, 2002, pag: 131.

<sup>82</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002, pag: 35.



**Figura. 1** Relación de intergeneración

En los cinco elementos también existen órganos del cuerpo humano y la falta de armonía fuera del cuerpo humano, es la falta de armonía dentro del cuerpo. A continuación presentaré los elementos y los órganos que los rigen.

- **MADERA**

Hígado: filtra, desintoxica, nutre, reaprovisiona y almacena la sangre. Rige el crecimiento y desarrollo, los impulsos y los deseos, las ambiciones y la creatividad. La obstrucción de la energía del hígado causa sentimientos de frustración, furia y rabia.

Vesícula biliar: secreta la bilis que se necesita para digerir y metabolizar las grasas y aceites, su energía aporta fuerza y vitalidad, rige la osadía y la determinación.

- **FUEGO**

Corazón: gobierna todos los órganos y vísceras, al espíritu y controla las emociones. Cuando el corazón está firme controla las emociones, cuando está

flaqueante las emociones se rebelan. Los pensamientos y las emociones influyen en el funcionamiento de los diversos órganos a través del pulso y la presión sanguínea controladas por el corazón.

Intestino delgado: se encarga de recibir el alimento separando lo impuro de lo puro, asimilando los elementos nutritivos purificados y haciendo avanzar los residuos impuros al intestino grueso para su excreción.

Pericardio: actúa como saco protector del corazón, lo protege del daño y trastorno de las energías emocionales generadas por los demás órganos, como la rabia del hígado, el temor de los riñones y la aflicción de los pulmones. En lo emocional la energía del pericardio está ligada a los sentimientos asociados con la sexualidad, uniendo así los aspectos físicos y emocionales de la actividad sexual.

Triple quemador o calentador: es un sistema energético funcional que se encarga de regular las actividades de otros órganos, se encarga del movimiento y transformación de los diversos sólidos y líquidos de todo el organismo, así como la producción y circulación de las energías nutritivas y protectoras.

- **TIERRA**

Bazo – páncreas: controla la extracción y la asimilación de los elementos nutritivos de los alimentos y líquidos proporcionando las enzimas digestivas y la energía que necesitan el estómago y el intestino delgado.

Estómago: se encarga de proveer a todo el organismo la energía postnatal de la digestión de los alimentos y líquidos, extrae las cinco energías elementales de los alimentos y líquidos ingeridos.

- **METAL**

Pulmón: controla la respiración y la energía. Los pulmones controlan la piel, la cual respira mediante la apertura y cierre de los poros, se encarga de adaptar la temperatura corporal con la ayuda de la sudoración y de los estremecimientos. Controla directamente al sistema nervioso autónomo, dirige la energía y el pulso, constituye un puente directo entre el cuerpo y la mente que se puede utilizar para mantener el equilibrio entre ambos.

Intestino grueso: controla la transformación de los residuos de la digestión de líquidos a sólidos y transporta los sólidos hacia la salida para su excreción por el recto. Tiene un papel importante en el equilibrio y pureza de los fluidos corporales, ayuda a los pulmones a controlar los poros de la piel y la respiración.

- **AGUA**

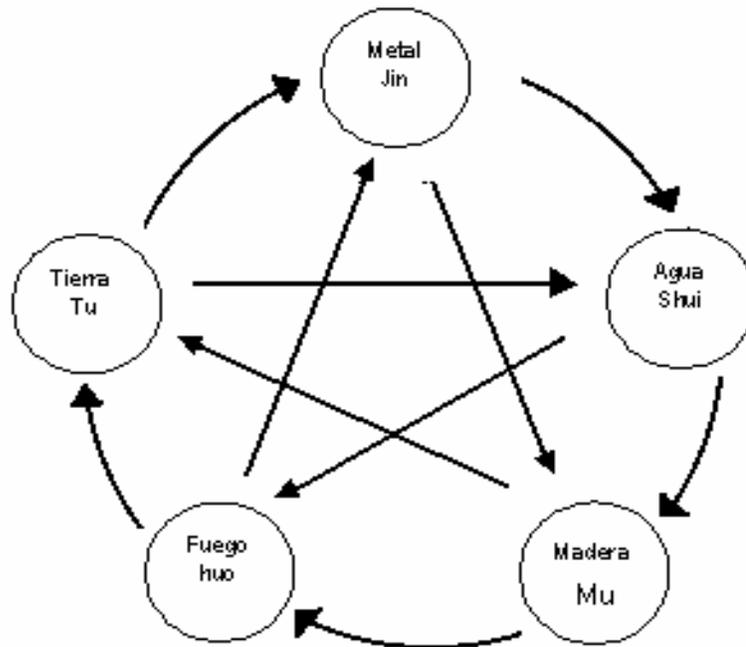
Riñón: se le llama la raíz de la vida. Incluye las glándulas suprarrenales, estas glándulas secretan una variada gama de hormonas esenciales que regulan el metabolismo, la excreción, inmunidad, potencia sexual y fertilidad. Los riñones controlan las funciones sexual y reproductora, suministran al cuerpo la fuente principal de la vitalidad. Se les considera la sede de la valentía y la fuerza de la voluntad, por consiguiente cualquier deterioro en la energía renal tiene por consecuencia sentimientos de temor y paranoia.

Vejiga: almacena y excreta la orina, se encuentra íntimamente relacionado con el sistema nervioso. El estrés crónico, activa con exceso al sistema simpático produciendo tensión y dolor a lo largo de la columna y su periferia.

Cuando existe un desequilibrio entre estos elementos aunado con los órganos, recordaremos que todo se encuentra en una interrelación y que todo tendrá una repercusión si no se encuentra en una armonía. Si estos elementos se encuentran en dicha sincronización y van de acuerdo a las manecillas del reloj (observando el diagrama) esto tendrá como resultado la interdominancia o la intergeneración, por ejemplo: existen diversas técnicas para la saneación de los cuerpos abandonados, de los cuales no serán igual de rápidos que las medicinas alópatas, ya que recordemos que así como tuvo que pasar un proceso de construcción de la enfermedad en este caso la psoriasis, así es de laborioso más no dificultoso la recuperación y pronta sanidad, ya que es una tarea día con día, en la cual se necesita de disposición y amarse.

Dentro del principio de armonía en el cuerpo es que "...nace con un principio: de cooperación y ayuda mutua entre los órganos. Hasta aquí todo

parece ir bien si el medio ambiente está equilibrado, pero resulta que siempre suceden acontecimientos ajenos a ese deseo de mantener un estado óptimo sobre la salud del cuerpo y podemos ver un proceso distinto en su interior. Esto se puede explicar con una segunda relación a la que se le conoce como interdominancia, por ejemplo: hígado, vesícula biliar (madera) puede dominar a bazo, estómago (tierra) a riñón y vejiga (agua); a corazón, intestino delgado (fuego); a pulmón e intestino grueso (metal); y a hígado y vesícula biliar (madera)<sup>83</sup> esto se encuentra explicado en el siguiente diagrama.



**Figura 2.** Relación de interdominancia

- La madera destruye a tierra, las plantas agrietan las rocas y el suelo.
- La tierra destruye al agua, la tierra absorbe el agua, impide el flujo natural de agua.
- El agua destruye el fuego, el agua extingue el fuego.
- El fuego destruye el metal, el fuego derrite el metal.
- El metal destruye la madera, el metal corta la madera.

<sup>83</sup> Íbidem, 2002, pag: 160.

La medicina china cree que la enfermedad es consecuencia de la incapacidad del cuerpo para adaptarse y ajustarse adecuadamente a las “malas” influencias de la naturaleza. Como los humanos forman parte de la naturaleza, cualquier cambio de ésta afectará inevitablemente al cuerpo humano. Cuando las “malas” influencias de la naturaleza superan la adaptabilidad humana, aparece un exceso de represión y se destruye el equilibrio que hay entre el hombre y la naturaleza. Entonces se ven afectadas las funciones del cuerpo humano y aparece la enfermedad, que durará hasta que el cuerpo pueda lograr su equilibrio. Se puede ver un ejemplo de esto en el cambio de las estaciones. Cuando el tiempo pasa de ser cálido a ser frío rápidamente, las personas que no pueden adaptarse se resfrían o cogen una gripe <sup>84</sup> Recordemos que la enfermedad se desarrolla a partir de un trastorno que tienen su origen tanto en lo ambiental, emocional y alimenticio; sin importar de qué trastorno se trate o donde se localice, el cuerpo por completo está enfermo y su curación lo abarca todo al margen del lugar físico en el que se haya manifestado.

En cambio cuando “es una relación donde el origen puede ser de una continuidad lógica, por ejemplo: agua domina al fuego o fuego domina al metal, entonces estamos hablando de el principio de un desequilibrio energético entre los órganos y los cinco elementos, puede venir de un elemento endógeno o exógeno, el cuerpo de una persona está en relación con los elementos externos e internos... si el medio ambiente donde vive la persona está siendo alterado o mutilado, el cuerpo tendrá efectos o consecuencias en el ki genético o adquirido.” <sup>85</sup> y esto aunado en todo alimento que es introducido al cuerpo, ya que Uno de los grandes cambios en la constitución de nuestros órganos es, sin duda el aumento en el consumo de alimentos refinados, que significa un verdadero problema para el anatómico – funcionamiento de los diferentes órganos.

---

<sup>84</sup> Lian, Show-Yu, Taijiquan. 24 y 48 posiciones y sus aplicaciones marciales, España: Editorial Sirio, pag: 28

<sup>85</sup> *Íbidem*, 2002, pag: 160

Por mencionar alguno es el azúcar, ya que esta “en el siglo XIX debe considerarse como uno de los cambios medioambientales más drásticos de la historia. En general, la población que no consume azúcar no padece nuestras enfermedades degenerativas”<sup>86</sup> Con el proceso de congelación, a las diferentes frutas o carnes fue utilizado comercialmente por primera vez en 1842, pero la conservación de alimentos a gran escala por congelación comenzó a finales del siglo XIX con la aparición de la refrigeración mecánica.

La congelación conserva los alimentos impidiendo la multiplicación de los microorganismos. Dado que el proceso no destruye a todos los tipos de bacterias, aquellos que sobreviven se reaniman en la comida al descongelarse y a menudo se multiplican mucho más rápido que antes de la congelación.

Al hablar de los embutidos, o alimentos en conserva, estos deben mantener un aspecto, sabor y textura apetitosos, sin saber que estos han tenido que pasar por el enlatado, la congelación, u otros métodos tradicionales de conservación como el secado, la salazón y el ahumado.

Y esto con el fin de que sean apetitosos para las personas, otro método reciente es la desecación por congelación o liofilización, entre las nuevas técnicas experimentales; también se encuentran el uso de antibióticos y la exposición de los alimentos a la radiación nuclear.<sup>87</sup> Debido a la creciente preocupación por el uso de productos químicos que pueden ser tóxicos, se están utilizando radiaciones ionizantes en su lugar. La irradiación retarda la maduración de la fruta y la verdura, inhibe la germinación en bulbos y tubérculos, desinfecta el grano, los cereales, las frutas frescas y secas, eliminando los insectos de las verduras; también destruye las bacterias en la carne fresca. No obstante, la preocupación

---

<sup>86</sup> Mc Gee, Cómo sobrevivir a los riesgos de la tecnología moderna. España, Paidós, 1992, pag: 93.

<sup>87</sup> Encarta "Procesado y conservación de los alimentos." *Enciclopedia® Microsoft® Encarta 2001*. © 1993-2000 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

del público acerca de la seguridad de la radiación ha limitado su uso a gran escala.<sup>88</sup> Los alimentos al consumirlos, pasando por estas etapas, no van tener el mismo efecto en el cuerpo. Y mas aún si solamente consumimos carnes, refinados, embutidos; la gente también al estar prefiriendo los diferentes sabores como: el picante, ácido, dulce, salado o amargo, mucho tiene que ver con lo que le está pidiendo su cuerpo, sus órganos y más aún las emociones que están teniendo los sujetos, Piontek (1997) nos habla de los cinco sabores:

### **Picante**

El sabor picante se dirige a los pulmones, pero demasiado picante los debilita. Lo picante produce excitación y tiene un efecto disolvente y de dispersión. Calienta y abre los poros. Mediante el picante el calor estancado, a través del sudor, puede ser conducido fuera del cuerpo. El picante calienta y favorece la circulación de la sangre. Habría que citar aquí la pimienta y el ajeno.

### **Ácido**

El sabor ácido (limón) se dirige al hígado, pero demasiado ácido debilita el hígado. El hígado necesita relajarse, por ejemplo, mediante el sabor dulce. Lo ácido contrae y retiene, retiene los líquidos, purga y elimina. Por eso una sudoración excesiva puede contrarrestarse con sabores ácidos: el sabor ácido contrae y cierra los poros. La apetencia de alimentos asiduos durante el embarazo está causada por el vacío de sangre en el hígado.

### **Dulce**

---

<sup>88</sup> Íbidem, 1993-2000

El sabor dulce se dirige al bazo, pero demasiado dulce debilita el bazo. Lo dulce reconstruye, eleva la energía, humedece, equilibra y es efectivo contra los estancamientos (aunque solo a corto plazo). Los dulces actúan sobre el hígado, lo hacen permeable y elevan la energía. Esto excita al corazón, y puede, en consecuencia, provocar alegría y relajación.

## **Salado**

El sabor salado va a los riñones, pero mucha sal debilita los riñones, ya que la sal tiende a expulsar y empujar hacia abajo (por ejemplo la sal de Glauber). Sin embargo, la sal tiene otra función, consolida el centro porque forma humedad.

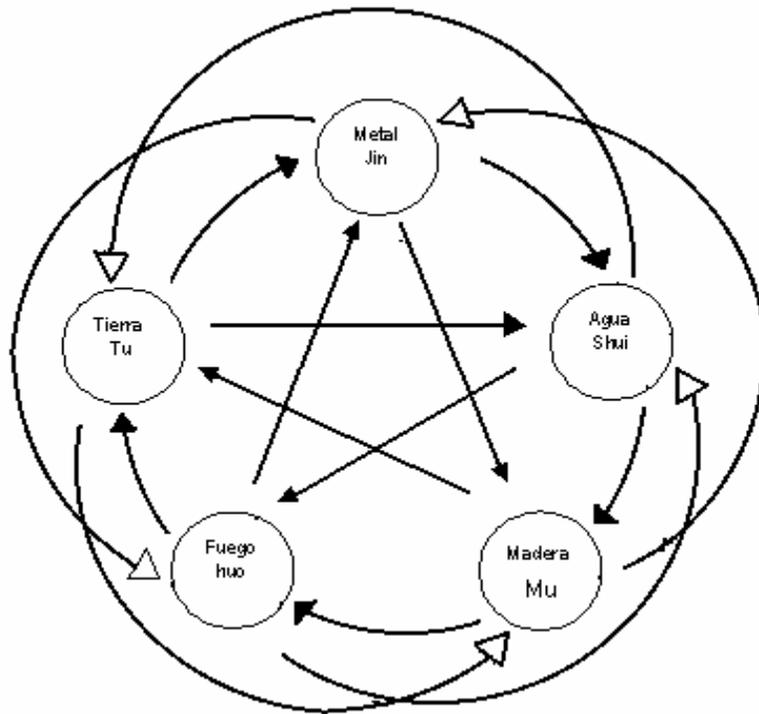
## **Amargo**

El sabor amargo va al corazón, pero demasiados alimentos amargos (café) debilitan el corazón, ya que lo amargo reseca la sangre y los líquidos. Lo amargo rebaja y expulsa, por ejemplo: el calor excesivo. El ajeno y el biter estomacal que se toman después de comer favorecen el movimiento descendente del estómago y apoyan así la digestión. En China el té verde, tiene este efecto, ayudando a digerir las grasas y a limpiar los vasos.

Dentro de las relaciones entre los cinco elementos y los órganos de los seres humanos, existe también la contradominancia, “que es la relación inversa a las manecillas del reloj; un órgano como hígado y vesícula biliar van a dominar pulmón e intestino grueso, éstos a su vez dominarán a corazón e intestino delgado, que a su vez dominarán a riñón y vejiga, y finalmente éstos dominarán a estómago y bazo – páncreas. El círculo se cierra y con ellos se da una nueva relación en el cuerpo humano. Los órganos tienen una relación de intergeneración, interdominancia y contradominancia” <sup>89</sup>La contradominancia se encuentra en el siguiente dibujo y esta representado por las flechas que se encuentra afuera de los cinco elementos.

---

<sup>89</sup> Lian, Show – Yu, Taijiquian. 24 y 48 posiciones y sus aplicaciones marciales, España: Editorial Sirio, 1996, pag:35

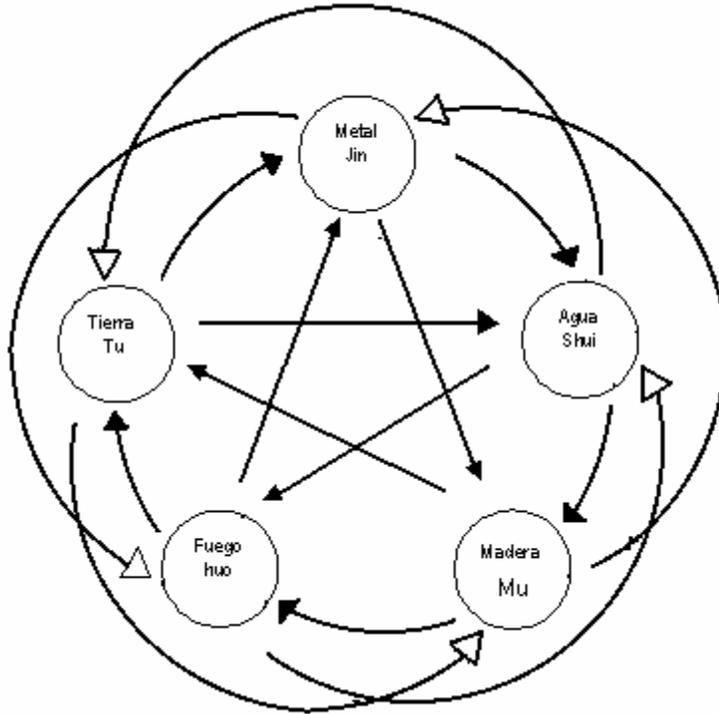


**Figura 3.** Relación de contradominancia

“En este mismo ciclo interviene una 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, pues la penetra; de la tierra sobre el agua, que la absorbe; del agua sobre el fuego: lo apaga. Estas son las relaciones básicas que muestran el equilibrio en la naturaleza. Cuando sucede la contradominancia entre ellos, se produce el desequilibrio.”<sup>90</sup> Por ejemplo al hablar de “...el corazón se equipara al fuego, el bazo a la tierra, el pulmón al metal, el riñón al agua y el hígado a la madera e, igualmente, los ciclos de generación y dominancia se representan en ellos.”<sup>91</sup>

<sup>90</sup> Íbidem, 2002, pag: 35.

<sup>91</sup> Íbidem, 2002, pag: 35.



**Figura 4.** Relación de los cinco elementos y sus distintas relaciones.

Con respecto a “...pulmón se encuentra en ambos hemisferios y tiene acoplado al intestino grueso, puede participar en el conocimiento porque se manifiesta en los sentidos de la piel y del tacto, por medio de ellos incrementa, corporalmente, la conciencia de lo que nos rodea. Produce sentimientos en un estado de buen equilibrio, de rectitud y abandono; por eso puede permitirnos desechar ideas añejas” <sup>92</sup> “La energía del pulmón pasa a proveer al riñón, pero una energía tan debilitada sólo produce el sentimiento de miedo en el sujeto, cuando en potencia, este último órgano es capaz, dentro de su buen funcionamiento, de liberar sentimientos como vigilancia quietud y suavidad, a favor del conocimiento. Ya que el riñón está conectado a la apertura de los oídos, cuando los riñones son fuertes, se incrementa nuestra agudeza auditiva; esto ayuda a la capacidad de conocer y aprender. Al riñón se encuentra acoplada la vejiga, que se encarga de eliminar los fluidos tóxicos, con lo cual se tiene siempre una sangre purificada para que fluya de manera más libre; asimismo fluirán las

<sup>92</sup> Íbidem, 2002, pag: 125.

ideas.”<sup>93</sup> Con respecto al desequilibrio de los órganos en el cuerpo, mucho tiene que ver con lo que le administremos al mismo, entendiéndolo por la alimentación, la suministración de comida es más que una forma necesaria para la obtención de energía, es una de las formas en mantener una interrelación con el micro y macrocosmos.

La acupuntura se permite la curación por medio del: metal (agujas de acupuntura), calor (moxibución), frío y calor (ventosas), movimiento y calor (masaje), tierra y agua (té y alimento). Gracias a nuestra riqueza en plantas medicinales, la medicina ha optado y dándose a la tarea de conocer y catalogar las plantas medicinales para el empleo de estas, con el objetivo de identificar sus propiedades y efectos en los padecimientos y esto no se encuentra ligada a la medicina tradicional China, “la cultura occidental lo fundamental es el raciocinio, la cultura oriental se enfoca en éste y en el conocimiento intuitivo cuya importancia es la experiencia directa y no intelectual de la realidad; tomando como complementarios estos dos supuestos se tiende a una concepción del mundo, por tanto, de la realidad holística e integral.”<sup>94</sup> Entonces la salud en el cuerpo, debe de ser entendida en el ambiente que lo rodea, los alimentos que consume, e igualmente sus emociones.

---

<sup>93</sup> Íbidem, 2002, pag: 38.

<sup>94</sup> López, R., Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002,pag: 48.

# **CAPITULO 4**

## **4. METODOLOGÍA**

El presente estudio fue de tipo empírico, utilizándose el método cualitativo, que incluye el método de la historia de vida, con el cual se averiguó la historia de cada entrevistado para poder construir el padecimiento de la psoriasis.

### **4.1. POBLACIÓN.**

Participaron 20 personas con psoriasis diagnosticada, de sexo masculino y femenino, sin importar edad.

### **4.2. LUGAR Y ESCENARIO**

Las entrevistas se llevaron a cabo en el edificio de especialidades de el Hospital Siglo XXI, varias de ellas fueron en los cubículos de la especialidad de dermatología y otras en el área de internos, es decir, las personas que se encontraban internados por la enfermedad de psoriasis crónica.

### **4.3. MATERIALES**

- Grabadora de voz
- Audio cassette de 60 minutos
- Baterías AA
- Bloc de notas
- Lápiz y pluma
- Equipo de computo

### **4.4. INSTRUMENTOS**

Se utilizó como instrumento para la obtención de información una entrevista semi estructurada que como su nombre lo indica brinda el beneficio de plantear preguntas que fueron resueltas con explicaciones amplias.

#### **4.5. PROCEDIMIENTO**

- Se hizo una fase de revisión sobre la literatura existente acerca del padecimiento de la psoriasis, desde el punto de vista alópata.
- Se hizo el planteamiento de objetivos y se diseñó la metodología para la realización de dicha investigación.
- Se elaboró una entrevista piloto para un mejor manejo de recolección de datos, para que posteriormente se realizaran las entrevistas en el hospital Siglo XXI y obtener una muestra de 20 personas con psoriasis.
- Una vez contactadas las personas con psoriasis, se les explicó la finalidad de la entrevista, comentándole la confidencialidad de los datos a obtener y la importancia que esta fuera grabada.
- Las entrevistas se realizaron con una duración de una a dos horas, en los cubículos de la especialidad de dermatología del Hospital Siglo XXI y otras tantas en el área de encamados.
- Una vez concluidas las 20 entrevistas se transcribieron, dicha información se vació por medio de categorías en el cuadro de resultados y posteriormente fue analizada la información en el análisis de resultados.

#### **4.6. RESULTADOS**

Del cuadro de análisis expuesto anteriormente se obtuvieron los siguientes resultados:

- **Datos generales:**

Los entrevistados fueron once hombres y nueve mujeres. Sus edades oscilan entre los diecisiete y los sesenta y siete años. La mayoría de los

entrevistados nacieron en el D.F. excepto dos que nacieron en Dolores Guanajuato y Veracruz.

Su escolaridad varía: una entrevistada tiene maestría, cuatro entrevistados cuentan con licenciatura terminada (dos mujeres y dos hombres); un hombre es estudiante de licenciatura; tres cuentan con carrera técnica (una mujer y dos hombres); cinco entrevistados tienen el bachillerato terminado (tres mujeres y dos hombres); uno tiene el bachillerato truncado (un hombre); tres entrevistados tienen secundaria terminada (una mujer y dos hombres); dos entrevistados tienen la primaria terminada (una mujer y un hombre).

La religión que más profesan es la católica, ya que trece entrevistados son practicantes (ocho mujeres y cinco hombres); tres creen en un ser superior (una mujer y dos hombres) ellos van a grupos de autoayuda como Alcohólicos Anónimos y Grupo de Hepático; dos hombres son ateos, a parte dos entrevistados, hombres, creen en Dios y la Virgen Maria; su estado civil corresponde a cuatro casados; seis casadas; dos divorciados; un hombre en unión libre; tres solteras y cuatro solteros.

Sus pasatiempos de seis entrevistados (cuatro mujeres y dos hombres) contestaron que no tenían ningún pasatiempo, mientras que tres entrevistados (dos mujeres y un hombre) dijeron que su pasatiempo es cuidar y jugar con sus hijos y que eso les gusta; dos entrevistados, (un hombre y una mujer) comentaron que su pasatiempo es el permanecer y hacer cosas del trabajo; en cambio el pasatiempo de un hombre es asistir a sus juntas de AA e igual, una mujer su pasatiempo es asistir a sus grupo de autoayuda de Hepáticos, de hecho ella comenta que es la presidenta; a dos hombres les gusta la computadora como el internet y los videojuegos; a dos entrevistados (una mujer y un hombre) le gusta ver la t.v.; y a un hombre le gusta coleccionar coches y motos, de hecho su colección la tiene en una vitrina especial en su trabajo.

- **Datos familiares:**

Los mayor parte de los entrevistados provienen de familias grandes, teniendo desde dos hermanos hasta trece hermanos. El lugar que ocupan dentro de el número de hermanos es para la mayoría ser los primogénitos, seguido de los medianos.

Con respecto a sus padres, cinco de las personas sus padres ambos están muertos, para cinco ambos padres viven, cinco tienen a su padre muerto y uno tiene a su madre muerta, con respecto a los demás no saben del paradero de su padre o no lo conocen.

Al preguntarle respecto a los antecedentes de enfermedades de sus padres, encontré que la mayoría tienen la enfermedad de la diabetes, hipertensión, artritis y cirrosis. Cuatro entrevistados dijeron no saber de las enfermedades de sus padres, en cambio uno comentó que su padre murió por suicidio.

En cuanto a las personas que viven con diez entrevistados son su esposa (o) junto con sus hijos, para seis entrevistados son seis personas, en cambio solo para cuatro viven solos y con sus hermanos.

La relación que mantiene con las personas que viven son para cinco personas una relación bien, en cambio para tres entrevistados su trato con su padre es mala, dos tienen problemas con sus parejas y un trato bueno con sus hijos, uno dice que siente soledad, dos dicen que hay distanciamiento en su relación con sus familiares, un entrevistado comenta que su relación con su esposa e hija es unida y tres personas comentan que sus familiares los miman con respecto a su enfermedad y uno comenta que lo trata su madre como niño.

- **Datos laborales:**

En cuanto a su trabajo son: quince entrevistados que reportan trabajar (seis mujeres y nueve hombres); cuatro no están trabajando (tres mujeres y un hombre) donde una de las mujeres es jubilada, y las otras dos son amas de casa, con respecto al hombre, él no trabaja ya que está jubilado. Casi a todos les gusta su trabajo, se sienten bien pero los sentimientos que experimentan son estrés, preocupación y tedio.

Catorce entrevistados tienen horario de descanso sábado y domingo, mientras que para cinco entrevistados no tienen horario fijo y solo un entrevistado descansa los domingos.

Para cinco hombres sus días laborales son de lunes a viernes, al igual que para cuatro mujeres, mientras que para tres entrevistados no tienen un día en específico de trabajo; para tres hombres y una mujer son jubilados. Una mujer al no trabaja, utiliza su tiempo como presidenta en un grupo de autoayuda para hepáticos, otra mujer solo labora los viernes vendiendo ropa interior de caballero afuera de una fábrica.

El lugar físico donde laboran los entrevistados, para cinco personas son en escuelas, donde solo una mujer y un hombre imparten clases, los otros realizan otras actividades como de vigilancia, reparando computadoras y cuidadora de niños. Dos hombres trabajan encerrados en una oficina; un hombre y una mujer su lugar físico es la cocina; para dos hombres ya jubilados su lugar fue en una fábrica, mientras que para una mujer es trabajar afuera de una fábrica; dos hombres son mensajeros, uno trabaja con su medio de transporte el carro y el otro a pie. Una mujer jubilada laboraba en el laboratorio de el hospital Siglo XXI, en cambio otra mujer labora en el hospital como administrativo. A otra entrevistada que es Lic. en Trabajo Social labora en un internado realizando actividades de terapia física. Y un hombre tiene una vulcanizadora y vende llantas.

La mayoría de los entrevistados reportan, sentirse bien en el trabajo, aunque también reportan tener estrés y preocupación al igual que tedio por su trabajo.

En cuanto al cambio de trabajo, reportan para doce entrevistados ningún cambio, es decir, que se han quedado ahí y piensan quedarse hasta jubilarse. Para otros han tenido a parte de su trabajo, otro trabajo y retoman ser como un cambio de trabajo temporal, ya que le invierten más tiempo a este como ser meseros. No obstante, a los que han cambiado de trabajo, que son cinco entrevistados, han sido a fin a su trabajo anterior y con mayores posibilidades económicas

- **Datos de sus viviendas:**

En cuanto al lugar donde viven actualmente dieciocho viven en el Distrito Federal ( ocho mujeres y diez hombres); dos viven en el Estado de México ( una mujer y un hombre). De los cuales quince tienen casa propia (siete mujeres y ocho hombres); una mujer renta casa; un hombre tiene departamento propio; tres rentan un departamento (una mujer y dos hombres).

El área aproximada de su vivienda para ocho entrevistados no saben, desconocen; para cinco es menor a los cien metros cuadrados; para cuatro son mayores a doscientos metros cuadrados y tres son mayores a trescientos metros cuadrados y todos tienen su construcción de concreto.

Respecto a los servicios con los que cuentan, pues tres personas no tienen teléfono, pero si cuentan con agua, luz y drenaje; mientras que para los diecisiete restantes cuentan con agua, luz, teléfono y drenaje, es decir, con todos los servicios. Al número de habitaciones que tienen sus viviendas, la mayoría tienen dos habitaciones, un baño, la cocina y la sala; siete personas tienen: tres habitaciones, un baño, la cocina, sala y comedor; tres entrevistados en sus vivienda tienen cuatro habitaciones, dos baños, sala, comedor; un entrevistados

su casa tiene siete habitaciones, dos baños, sala, comedor y para un hombre en su vivienda tiene una habitación con su baño, su sala y la cocina.

En cuanto al tiempo viviendo en la vivienda, tres personas dicen tener toda su vida, mientras que once personas entre mujeres y hombres tienen viviendo a partir de once años hasta treinta y ocho. Dos tienen viviendo dos años, un hombre tiene viviendo ocho meses en su vivienda, otros dos entrevistados tienen siete años y otro un año con dos meses, este último comenta que la mayor parte del tiempo se la pasa en casa de su mamá.

Respecto a las áreas verdes cerca de su vivienda, la mayoría no tiene cercanía con estos lugares. Para la mayor parte de los entrevistados tiene que caminar y trasladarse algún parque o deportivo, para tener contacto con la naturaleza. Solo dos personas tienen jardín en su casa; mientras que una vive en el cerro y dice que hay mucha vegetación cerca de su vivienda.

En cuanto a las avenidas cerca de las viviendas, solo cuatro no tienen avenidas cerca y no escuchan el ruido de automóviles ya que viven en colonias alejadas de las avenidas principales, mientras que los otros si viven cerca de avenidas y tiene contacto con transporte público cerca y la contaminación por ruido, y para concluir con este apartado solo cuatro entrevistados cuentan con automóvil propio.

- **Datos acerca de los antecedentes de enfermedades.**

En cuanto a los antecedentes de enfermedades de los entrevistados, se puede observar en el cuadro que lo más predominante es la gripe con cuatro hombres y cuatro mujeres; seguido del uso de lentes por miopía, cuatro hombres y una mujer; con respecto a la artritis y reumas en las manos, son tres hombres y dos mujeres. Tres hombres tienen diabetes; en cuanto a bronquios dos hombres y una mujer tienen asma; también se ve afectado el hígado ya que dos hombres y una mujer tienen hepatitis; en cuanto a otros trastornos que hayan tenido en piel

son tres hombres con dermatitis y al paso del tiempo su diagnóstico fue cambiando hasta ser psoriasis.

Con respecto a la hipertensión dos hombres y dos mujeres la padecen; al igual que la presión baja es sufrida por dos hombres y dos mujeres. También existen dentro de los entrevistados dos mujeres que sufren de estreñimiento y otras dos mujeres que tienen trastornos alimenticios como la bulimia y como consecuencia anemia.

En cuanto al tiempo que tienen con el padecimiento de la psoriasis, esta va desde los diez días hasta los veinte años, seré más explícita en esto: las personas que tienen el padecimiento a partir de diez días hasta tres años son siete, es decir, cuatro mujeres y tres hombres, estas son las que más predominan.

Con respecto a las personas que tienen entre cuatro a seis años de padecimiento son seis, es decir, cuatro hombres y dos mujeres. Las personas que tienen de ocho a doce años de padecimiento son tres, es decir, dos hombres y una mujer. Las personas que han tenido más tiempo este padecimiento a partir de dieciocho a veinte años son cuatro personas, donde, tres son hombres y una mujer. Recordando que a la población que se le entrevisto consta de once hombres y nueve mujeres.

De acuerdo a la parte del cuerpo que presenta el primer síntoma de psoriasis es en la cara y en las manos, seguido de los brazos, piernas y por último la cabeza. Este primer síntoma, se ha instalado de diferentes posiciones, entendiendo que los organismos de las personas son diferentes y por ellos tenemos que: el lado más afectado es el izquierdo con siete entrevistado, seguido del lado derecho con seis entrevistados; a cuatro entrevistados les salio en ambos lados; a dos entrevistados les salio en el centro de la cabeza y uno no se acuerda.

En cuanto a situaciones que los entrevistados creen que tienen mejoría con la psoriasis, diez entrevistados contestaron (tres mujeres y siete hombres) que es

ingiriendo medicamentos; mientras que cinco entrevistados contestaron (cuatro hombres y una mujer) creen que se mejoran cuando están relajados y tranquilos; tres mujeres contestaron que cuando no están preocupadas, desesperadas o nerviosas. Una mujer contestó que su enfermedad de la piel la asocia con los cambios climáticos, es decir, que cuando hace más frío o mucho calor, los síntomas se desarrollan más a prisa, por ello busca un clima templado y por último una mujer comenta que a ella se le disipan los síntomas cuando descansa y no está molesta con su esposo.

Con respecto a las situaciones que asocian con un deterioro o empeoramiento de los síntomas de la psoriasis, diez entrevistados (ocho hombres y dos mujeres) contestan que es por el estrés; mientras que cuatro entrevistados (tres mujeres y un hombre) comentan que es por preocupaciones; un hombre contestó que es por el interferón; a otro hombre comentó que con el sol aunado con el estrés; una mujer comentó que los cambios climáticos extremos; otra mujer dijo que desconoce el detonante o la situación que empeora la psoriasis; por último una mujer comentó que se le agudizan los síntomas de la psoriasis cuando está molesta y pasa tiempo parada.

Los medicamentos que ingieren los entrevistados son muy similares, recordemos que estas entrevistas se le aplicaron a los pacientes que se encontraban en el hospital de especialidades dermatológicas del Siglo XXI del IMSS. Entonces el metrotexate es ingerido por cuatro hombres; el petrolato a siete entrevistados (cinco hombres y dos mujeres); paracetamol a cuatro entrevistados (tres mujeres y un hombre); la hidroxicina también a cuatro entrevistados (tres hombres y una mujer); a dos entrevistados (un hombre y una mujer) comentan que se le aplica cortisona e hidrocortisona; estos son algunos de los medicamentos de los más aplicados ya que están otros y de otras especialidades como psiquiatría.

#### **4.7. ANÁLISIS DE RESULTADOS**

“Algunos leerán cosas que no quisieran haber visto jamás, mientras que otros las habrán estado esperando durante años. Unos y otros sepan que en todo momento se ha ido con la verdad por delante, porque la verdad, si no es entera, acaba convirtiéndose en aliada de lo falso. Y lo que está en juego, de unos y otros, es la vida, una existencia en la que, si bien es cierto que la mitad es suerte, la otra mitad es disciplina, fruto de los surcos que honramos en la piel de nuestras vidas.”  
Torrejocillo, Cáceres

Para facilitar la comprensión y el posterior análisis de los resultados, con la mira en responder a los objetivos de la investigación, hago hincapié que a los entrevistados para guardar su anonimato, he omitido su nombre y solo los llamo como entrevistado uno, dos, tres, etc., hasta llegar al veinte. Para llegar al análisis de las diferentes entrevistas, presenté cuatro categorías de las cuales son desarrolladas en sus respectivas subcategorías, esto con el fin de encasillar y agrupar las diferentes preguntas y así tener un mejor entendimiento del porque realicé la encuesta de esta manera.

La primera es “El núcleo familiar como trampolín o pozo, ante las emociones de la persona con psoriasis”; y sus categorías son a) Las personas con las que vivo, además el trato que tengo con estas. y b) Las pérdidas de un ser querido, es también una pérdida emocional y de duelo. Esta última categoría, me tomó de sorpresa al estar entrevistando, ya que la mayoría de los entrevistados tienen pérdidas significativas, por ende le doy un carácter de importancia a esta parte de su vida, relacionándolo con su padecimiento.

“El núcleo familiar como trampolín o pozo, ante las emociones de la persona con psoriasis” permite extraer y transmitir de las palabras de los diferentes entrevistados la vida diaria, las emociones que experimentan y las relaciones familiares que conllevan un estilo de vida, hábitos y valores, que dan forma a las vidas de cada uno, un estilo muy particular para poder enfrentar, esconder o responder ante las adversidades de la vida misma.

La segunda categoría, va encaminada a la construcción de el padecimiento, a partir de la experiencia subjetiva de cada individuo, y la nombro “La psoriasis, mi padecimiento, entro otras cosas” y está tiene cinco apartados a) Mis motivos y creencias del porque me dio psoriasis, b)De que manera la psoriasis a afectado mi vida familiar, social y laboral, c) Cuales son las situaciones que empeoran mi enfermedad. d) Las situaciones que aminoran mi enfermedad. y por último e) La medicina alópata de que forma me ha ayudado a mi padecimiento.

La tercera es “Una forma de no estar con los problemas que me causan dolor” y sus categorías son: a)Mis fugas y b) Vacíos emocionales. Esta categoría trata de aquellas formas de permanecer aislado de los conflictos que dañan el estado emocional de las personas con el padecimiento de la psoriasis, ya que al permanecer distante de el estado de malestar, lo único que hacen es tratar de esconder algo que no se desea ver con drogas legales como: alcohol y tabaco; o las drogas ilegales como la marihuana, cocaína, crack, etc., sin embargo, los problemas están ahí y son presentes en la vida de las personas y estas a largo plazo tendrán repercusiones a nivel corporal, ya que dichos malestares tienen su importancia y necesariamente tendrán que salir por alguna parte de el cuerpo, en este caso: la piel.

La cuarta categoría es “Los alimentos” Esta categoría denota la importancia, que el ser humano tenga un buen conocimiento de lo que está comiendo para su cuerpo y que beneficios o en que le está perjudicando al mismo, es decir, a que conlleva lo que consume, ya que supuestamente para tener salud, se necesita el placer de degustar la comida en la lengua, además que tenga rapidez, dejándose de comer a una hora determinada, engullendo lo primero que se antoje, pero sobre todo dando cabida a los fuertes platos carnívoros, que solamente dejan entrever que nos han hecho creer que de alguna u otra forma somos individuos a comer carroña o nuestra única fuente de proteína es la carne, vendiéndonos una educación que entre más grande sea un refrigerador y con cadáveres tanto de vegetales como de carne tenemos una

buena alimentación, bien ha existido un refrán por muchos años y que si lo tomamos de manera aprehensiva a los alimentos, mucho aprehenderemos: <por la boca muere el pez> ó <el que por su gusto muere, hasta la muerte le sabe>.

Por último explicaremos la psoriasis bajo la relación de los cinco elementos, entendiendo que desde el clima, las estaciones, los órganos, las emociones y los sabores, se encuentran vinculados en el proceso de construcción de la enfermedad.

#### **4.7.1. El núcleo familiar como trampolín o pozo, ante las emociones de la persona con psoriasis.**

Esta categoría permite extraer y transmitir de las palabras de los diferentes entrevistados la vida diaria, las emociones que experimentan y las relaciones familiares que conllevan un estilo de vida, hábitos y valores, que dan forma a las vidas de cada uno, un estilo muy particular para poder enfrentar, esconder o responder ante las adversidades de la vida misma. Esta categoría es importante resaltar que conlleva dos factores importantes que precisan ser consideradas como el desarrollo de esta categoría y son: a) Las personas con las que vivo, además el trato que tengo con estas. y b) Las pérdidas emocionales también se llevan parte de nosotros.

- **Las personas con las que vivo, además el trato que tengo con estas.**

La relación que se mantiene con las personas que viven los entrevistados son para cinco personas una relación bien, en cambio para tres entrevistados su trato con su padre es mala, dos tienen problemas con sus parejas y un trato bueno con sus hijos, uno dice que siente soledad, dos dicen que hay distanciamiento en su relación con sus familiares, un entrevistado comenta que su relación con su esposa e hija es unida y tres personas comentan que sus familiares los miman con respecto a su enfermedad y uno comenta que lo trata su madre como niño. Entre los modos de vivir de los entrevistados llevan consigo los sentimientos de unión, soledad, distanciamiento o simplemente lo dicen así, me siento bien.

*“tengo seis hermanos y conmigo somos siete yo soy la cuarta, somos cinco mujeres y dos hombres, yo vivo con mi esposo e hijo. Con mi esposo me llevo pues bien, no nos peleamos y no me pega”<sup>1</sup>*

*“tengo una hermana y un hermano, yo soy la mayor, mi hermano vive en Guadalajara y mi hermana vive aparte con su familia. Con él me llevo bastante, con ella relativamente poco, pero nos llevamos bien, mis padres los dos eran hipertensos, mi papá murió de derrame cerebral y pues mi mamá tuvo mucho tiempo con el asma, la hipertensión y pues le falló el corazón”<sup>2</sup>*

*“yo vivo con mis hijos, con ellos me llevo muy bien son muy comprensivos y no me hacen que me preocupe por ellos, con mi esposo pues lo extraño mucho ya que no está conmigo, por cuestiones laborales, pero nos hablamos todos los días con mi hija pues nos llevamos muy bien y con mi hijo también, no hay ningún problema.”<sup>3</sup>*

*“yo vivo con mi mamá y mi hermana en un departamento, nos llevamos bien mi hermana también es hija de mi papá, en un cuarto duermo yo y en el otro mi mamá y mi hermana. Mi mamá trabaja en telemarketing, son ventas por teléfono, ella trabaja de lunes a viernes de 9 a 6 de la tarde y los sábados trabaja medio día y los domingos tiene descanso, además ya tiene dos años ahí”<sup>4</sup>*

Pareciera que los entrevistados cuando denotan y hablan expresando la palabra bien, tienen la firme creencia que están diciendo que todo esta en su correcto orden, hasta como un diario vivir habitual y sin que nada grave afecte su bienestar familiar, y lo que en algún momento molesto o movió a la familia, ahora ya no es grave y así utilizando la palabra bien como parte y dentro del vocabulario,

---

<sup>1</sup> Entrevistado 12

<sup>2</sup> Entrevistado 15

<sup>3</sup> Entrevistado 18

<sup>4</sup> Entrevistado 06

cuando la situación familiar no están en desequilibrio, así teniendo un acontecimiento habitual que es quizá en un tiempo atrás fue problemático.

Tapar y querer envolver en una palabra la vida rutinaria es posible, aunque muy adentro los entrevistados saben que en realidad la vida que están viviendo es toda una trama llena de emociones de miedo, inseguridad, ansiedad, de las cuales solo por un momento las hacen aún lado, sin saber que al estar negando la posibilidad de exteriorizar la emoción, es cuando se reprime el grito silencioso del sufrimiento emocional y con ganas de salir desde el fondo del cuerpo y en mucho de los casos es el detonante de muchos males como las enfermedades.

*“tengo veinte años de casado, y tengo tres hijos uno tiene veinte años el otro doce y once años, el de veinte es casado y los de doce y once estudian sexto de primaria, la chiquita está hospitalizada por craneofalincoma y la operaron. La relación con mi familia es unida, pues si hay un problemita pues todos contamos con la familia, mi mamá me apoya, los cuñados los hermanos de mi esposa ya que con ellos me llevo bien y pues si hemos tenido problemas con mi esposa, pues lo normal cuando no nos parece algo o son problemas de pareja y pues le digo a ella no me parece esto y ya, tratamos de llevar la vida lo mejor posible, o si a ella no le parece algo pues ya no lo hago”<sup>5</sup>*

*“antes vivía con mi mamá y mi hermano, pero tuvimos problemas con los vecinos y mi hermano y yo nos tuvimos que ir a vivir a la colonia siguiente, pero casi no convivo con mi hermano porque me la paso en la casa de mi mamá. Con ambos me llevo bien, yo soy el mayor entonces mi hermano casi no está en la casa y pues no hablamos y eso que el departamento esta chiquitito”<sup>6</sup>*

*“con mis hijos pues me llevo bien, es buena la relación y hay mucha comunicación entre nosotros, el más chico es un niño muy travieso y siempre estoy hay Victor,*

---

<sup>5</sup> Entrevistado 03

<sup>6</sup> Entrevistado 19

*hay Victor, en cambio con los otros nunca he tenido problemas y con el chico siempre estoy con la tarea y no sé si fue por la fijación de la situación médica, porque era que cuando íbamos al hospital era dejarlo con su papá, y luego el papá se iba a trabajar y yo con el niño, y fue cuando me pusieron pruebas en la espalda y me hicieron una biopsia y el niño tenía quince días de nacido y como estaba leyendo un libro de el niño de carácter difícil y pues duele, si duele y me duele que el niño sea así, porque me siento que me duele aquí y me oprime (se agarra el pecho) porque yo quisiera ayudar, me duele que sea bien impulsivo, bien conteston y le digo porque contestas, siendo que los otros niños no me contestan, y eso es desde que antes naciera este niño, porque con el tengo que estar haber Victor vamos hacer la tarea<sup>7</sup>”*

Los estados emocionales son blanco fácil de excitación o de tristeza en las relaciones interpersonales con las personas y cuanto más para nuestro cuerpo, el cual es con el que se convive día a día, “los estados son el medio ambiente interno y podemos habituarnos a ellos al igual que lo hacemos a un medio externo: al cabo de un rato, simplemente, dejamos de notarlo. Así, existe el peligro de que nos habituemos a un estado de debilidad crónica que haga mella en nuestra salud y en nuestro bienestar”<sup>8</sup> por ellos me parece de manera fundamental el trato que tengamos con las personas con las que vivimos ya que esto dependerá en sobremanera de nuestra salud emocional que repercutirá obviamente en el cuerpo, entendiendo que somos una unidad interrelacionada y que cualquier lugar donde permanezcamos mucho tiempo este tendrá gran consecuencia a nuestro estado emocional – físico, por ello este lugar debe de ser lo más posible agradable, estable, confortable y saludable, entendiéndolo desde las personas que nos rodean como el espacio físico.

*“la relación con mi esposa, pues ella siempre me ha apoyado. Cuando se manifestó la enfermedad y acudí al seguro social de Guadalajara, me dijeron que la enfermedad no es curable, sino controlable y obviamente me dieron*

---

<sup>7</sup> Entrevistado 19

<sup>8</sup> Mc. Demott, I., PNL para la salud., España: Urano, 1996, pag: 60

*tratamientos. Yo siento que por las presiones de trabajo y tener que sacar a mi familia adelante, no deja de ser estrés y obviamente fui empeorando más y mi esposa siempre me ha apoyado. La enfermedad ha repercutido sobretodo con mi esposa, ya que ni ella ni yo estábamos preparados para esto, ya que fue algo nuevo y no teníamos ni idea que se me iba a manifestar esta enfermedad, fue como de la noche a la mañana y fue creciendo y creciendo, pasando los días y los días. Y dije pues quíovole que me pasa, psicológicamente siento que ella ya está fastidiada, con la enfermedad, ya que tanto yo tengo que batallar con la enfermedad como ella, ya que la paso de alguna manera arrastrar por los cuidados, ya que le digo: oye me pones crema aquí y aquí, para salir algún lugar o alguna fiesta, y tiene mucho que ver con la gente que nos rodea.<sup>9</sup>*

La forma en que los entrevistados deberían de relacionarse con sus familiares es necesariamente de tiempo de calidad más que de cantidad, pudiendo leer en algunos de ellos que no tienen tiempo a sus relaciones entre los miembros de su familia y así dejando de lado los sentimientos como el amor, la solidaridad, el compromiso, entre otros, o como la siguiente entrevistada creyendo que cuando los hijos no dan problemas económicos o no son desordenados en su cuarto, o atienden a sus labores en casa, no está pasando nada por la cabeza del hijo más que obedecer y acatar las normas de la casa.

Los entrevistados al centrarse en el rol de su casa, tienen un carácter permisivo ante los demás, un carácter donde yo soy quien apoya, solapa y puede contemplar sin más, ni más, las acciones de los otros y posiblemente hasta pasando por mi persona, teniendo que soportar en muchas de las veces a los otros, no hablando y cuando se hace es con enojos, molestias, es decir, con emociones más que con palabras y que esto a la larga tendrá que salir y repercutir en el cuerpo saliendo por algún órgano, así enfermando y cayendo en tristeza, depresión y seguramente se bajaran las defensas.

---

<sup>9</sup> Entrevistado 01

*“la relación con mi hija es buena porque se porta muy bien y pues digamos ella trabaja y yo le cuido al niño, ella ayuda también en la casa, colaborando; con mi nieta, ella está todo el día conmigo, quizá sea malo que esté todo el tiempo conmigo pero así están las circunstancias. En cambio con mi primer hija tiene el carácter un poco más difícil y así es con todos pero en lo general conmigo se porta bien y pues tome mal que mi hija decidiera ser madre soltera de dos niños, pero mi marido y yo para no hacerle la vida pesada la aceptamos en la casa”<sup>10</sup>”*

*“entonces viven dos de mis hijas, mi esposa y mi yerno es el esposo de mi hija la que falleció, vivimos en la misma casa; con el muchacho hasta ahorita bueno, sabemos que tendrá que rehacer su vida y tener que irse de la casa el tiene dos niños uno de seis años y el otro es un prematuro de año ocho meses o nueve meses, porque nació en enero”<sup>11</sup>*

Cuando a los dieciocho años un joven mexicano sigue siendo fuertemente pasivo obediente afiliativo, seguirá obedeciendo, frecuentemente sin chistar, las órdenes de su padre, de su madre y de sus maestros. En sus grados extremos, estos jóvenes pueden ser los típicos niños agarrados a las faldas de mamá, y es probable que las madres hayan sido sobre posesivas y poco aceptantes del potencial de independencia de sus hijos. En efecto, tenemos datos de que este tipo de muchachos se encuentran, con mayor frecuencia, en las familias donde no ha habido una aceptación inteligente de los potenciales de desarrollo independiente de los hijos. Sin embargo, este tipo de niños sobreprotegidos que se acogen con fuerza a los dichos y reglas y maneras de ser de la familia mexicana más tradicional parecen estar más protegidos, mientras más fuertes sean los vínculos familiares, de los fenómenos de ansiedad. (Díaz, 1999, pag:19)

Los entrevistados al tener un carácter de pasividad y sometidos por una autoridad posesiva, estos solo son marionetas que pueden ser movidas y

---

<sup>10</sup> Entrevistado 15

<sup>11</sup> Entrevistado 13

manejadas al antojo de la autoridad, sin embargo, recordemos que estamos tratando con personas que piensan y sienten y que todas aquellas ideas, pensamientos, pero sobre todo emociones necesariamente si no son habladas, estas tendrán que salir por alguna parte del cuerpo como por ejemplo la piel.

*“he tenido problemas familiares con mi papá, me molesta, porque por ejemplo vamos en la calle y me dice que tengo que caminar por donde él dice, siendo que yo voy por el otro lado tapándome por donde está la sombra y él por ejemplo va por el sol, pues tengo que ir por el sol porque el dice y esas son las diferencias que tenemos entre él y yo, le he comentado estas diferencias pero no me entiende y me dice es a fuerzas lo que el dice, por ejemplo vamos en el camión y dice que tengo que ir en el lado de los asientos, en cambio con mi hermana y mi mamá no tengo ningún problema”<sup>12</sup>*

*“yo vivo con mi mamá, papá, mis hermanas, ellas son tres y son mayores que yo, mi hermana la de en medio vive con su esposo y su hijo en la misma casa y yo soy el más chico, con ellas me llevo bien, no me meto con ellas y con mis papas, pues con mi mamá me trata como si fuera chico todavía, y con mi papá no me llevo bien, el trabaja conmigo en la vulcanizadora y quiere que yo haga toda la chamba o a veces cuando hace talachas se queda con el dinero y no me da nada, en cambio yo cuando hago le tengo que dar a él, al trabajador y a mi, no me parece justo, también otra de las cosas que me molesta es que mi papá lo tengo que andar cuidando y estar viendo sus chingaderas de que tiene otra familia y le hablan al negocio y él va; esto me enoja y me pone triste, porque yo tengo que estar viendo eso en el trabajo, porque mi mamá no se da cuenta, o bueno si se da cuenta pero se hace”<sup>13</sup>*

*“yo tengo una hermana, a veces es muy conflictiva por que lo mismo que tenemos un carácter fuerte, es decir, somos muy enojonas. Con mi mamá me llevo pues bien, con mi papá he tenido muchos problemas, de hecho llegue a pensar en el*

---

<sup>12</sup> Entrevistado 07

<sup>13</sup> Entrevistado 08

*suicidio (se ríe y cierra los ojos) estaba muy mal, eso fue hace dos años, solo pensé suicidarme un día que sentí mucho coraje, se lo dije a mi papá y pues no me hizo caso, mi mamá trata de ponerse entre mi papá y yo, para que no haya mucho problema, pero ella si me apoya más, actualmente los problemas ya están mejor, ya las peleas son mínimas existía emociones de enojo y tristeza”<sup>14</sup>*

*“he tenido un problema de manchas en la piel que se ha ido empeorando, mi mamá dice que me salieron a los dos años y al año empecé a ser asmática y desde los dos años mi mamá empezó a batallar conmigo y dice que antes tenía la mitad de la cara muy mal, pero que ella conoció a un buen médico japonés y pues se me quitaron y luego me volvieron a salir. Tengo mucho en la panza y en los pies, mi mamá de chica si me veía pero ahorita ya no (comienza a llorar) pues se que ella batallo conmigo y seguido me lo dice, y me hace sentirme culpable y es algo que yo no tengo la culpa, y todos mis hermanos son muy sanos y pues yo no, tampoco tengo la culpa y no sé, porque me hice así o porque nací así, ella ya batallo mucho conmigo para seguir batallando conmigo, y sí me afecta psicológicamente<sup>15</sup>”*

Es importante señalar que al no encontrar la atención en casa, no encontrar la comprensión, la cooperación entre familiares, estos tienden a buscar dichos lazos fuera de casa, los cuales pueden ser tanto benéficos o perjudiciales en los que se encuentran en la búsqueda, ya que por poca atención o mal encauzada tienden a centrar su atención de vida en amistades que cubren sus necesidades.

*“he tenido problemas familiares, como los primos, tíos y pues te dejan de hablar porque te creen que tienes más que ellos o no les parece tú forma de ser, no les parece lo que haces y quieren que hagas lo que ellos quieren, de hecho ha habido alejamiento por parte de mis tíos y primos, pero ese alejamiento no me sienta mal, porque yo convivo con otras personas con las personas de AA y estoy metido dentro del programa y pues ya llevo tres años y medio, también me he dado*

---

<sup>14</sup> Entrevistado 09

<sup>15</sup> Entrevistado 16

*cuenta que no tengo que depende de otras personas, no depender de la familia y ser independiente, el que muchas veces me hizo falta de chico el valerme por si mismo, por mis propios medios”*<sup>16</sup>

*“tengo una hermana más chica tiene catorce años, nosotros vivimos solo con mi mamá ya que están separados mis papas, desde hace doce años. El tiene otra familia (se traba y comienza a tartamudear al decir esto) pero ni a una ni otra familia está bien, lo que pasa es que tenía una familia y luego tenía otra pero a ninguna de las dos frecuentaba, no es responsable prácticamente, o sea no vive con nadie, esto antes me hacia sentir, bueno, no lo odiaba pero no lo soportaba ver y no me llevaba bien con él y no le dirigía la palabra, conforme fui creciendo pues fui acostumbrándome a las cosas, acoplándome, esto lo hablaba con mi mamá, mi abuelito, mis tías y eso era cuando estaba chico, ahorita pues ya no”*<sup>17</sup>

El sentirse parte de una familia, es significado de que es una escuela constante de aprendizaje y modelaje para los que se encuentran en crecimiento y desarrollo de sus capacidades motoras, emocionales, de atención y formas de comunicación a partir del género que tengamos, así el rol de ser hombres es fuerte, trabajador, agresivo, con la no expresión de los sentimientos ya que significaría debilidad, sin embargo, al encontrarnos en situaciones extremas donde el medio donde nos desenvolvemos se vuelve hostil, deprimente y sin sentido es lo mismo que pasa con nuestro cuerpo, enfermándonos y decayéndonos, observando la vida como un diario vivir cotidiano, monótono y sin significado para el día siguiente.

*“La relación con mi esposa es distante, esto me hace sentir como ser humano que yo tengo sentimientos, es mentira que el ser humano aprenda a vivir en soledad hay momentos en que necesito afecto, cuando estoy enfermo siquiera la señora te hiciera atole pues te sientes bien, hay momentos en que si ella me dijera como sigues o te van a venir a inyectar y eso me daría fortaleza. Yo me acuerdo*

---

<sup>16</sup> Entrevistado 08

<sup>17</sup> Entrevistado 06

*cuando todavía no había separación, ella se preocupaba por mí, me motivaba y hasta mis hijas cuando me decían lo mismo, pues no es lo mismo, tenía más fuerza la señora y me motivaba más que mis hijas, porque en realidad si me afecta esta relación, todas las noches hago oración y pido a Dios que me dé fortaleza para soportar y tolerar la separación. El motivo de mi separación pues hay varias cosas desde un inicio, yo cuando la conocí me enamoré de ella de primera vista, pero ella no se enamoró de mí, era una mujer guapa, todavía a su edad es guapa; nada más que ella se relacionó con una persona rica y luego ya que estaba enamorado de ella y yo la acepte pero por mi falta de experiencia, siempre me lastimó eso, primero quería tener el juguete y después me salió la dignidad y comencé a tomar era uno de los motivos y otros, yo me separe de la señora ya que tuve muchos problemas, me fui a la venganza y le fui infiel y ella lo supo aunque ella nunca me vio, yo comencé a relacionarme con una mujer y lo único que tenía era venganza, sin saber que eso iba a tener resultados y el alcoholismo, mi forma de ser creí que era de carácter fuerte, pero no soy de temperamento fuerte: gritaba, berreaba, me valía, me iba con agresión física a la gente y en la agrupación aprendí que había estado arrastrando problemas desde niño y daños inconscientes de mi padre y de la familia que fui almacenando”<sup>18</sup>*

*“yo vivo con mis tres hijos y mi esposo, la mayor parte del tiempo estoy sola y no me da hambre si no hasta que lleguen mis hijos, con mi esposo casi no estoy, ya que trabaja todo el día y casi no está en la casa”<sup>19</sup>*

*“lo que me cuesta demasiado trabajo es saber que mi esposo no está conmigo, hay temporadas en que lo extraño más, toda la vida estuvimos juntos y hace unos cuatro años se fue a la quiebra donde trabajaba y tuvo necesidad de salir fueras, me cuesta mucho trabajo y hasta la fecha pues asimilar que el esté fueras, tenemos comunicación todos los días vía telefónica y de tres a cinco veces hablamos por teléfono, me da tristeza y me hace falta el compañerismo, la pareja si hace falta a parte de lo sexual, pues el brazo en que te apoyas, el brazo donde*

---

<sup>18</sup> Entrevistado 04

<sup>19</sup> Entrevistado 20

*lloras, por ejemplo yo llego del grupo y pues me comunico con él, o él se comunica con migo, y le digo que me entere de esto o lo otro y es cuando me hace más falta, quien me abrace, quien me apapache, aunque en el grupo se da el abrazo, pero siempre hace falta el apapacho de pareja o sea, el lugar de mi pareja no lo ocupa nadie, absolutamente nadie”<sup>20</sup>*

La separación como medio de duelo y de alejamiento tanto físico como moral de la pareja es parte importante y de la salud de la persona que tiene un problema de piel, ya que bien parece que esta reciente y tiene memoria en recordar a la pareja, “la pérdida del compañero impone desorden, menoscaba, el sentido de la vida y amenaza la identidad”<sup>21</sup>

*“Yo vivía en unión libre, pero no vivo con la señora, ya nos separamos; vivimos en la misma casa porque es un terreno grande pero ya no somos a fines, estaba haciendo un departamentito para que la casa se la quedara ella y pues si ya me muero pues que ella se quede con toda la casa, hasta donde duermo esto ya tiene como diez años que no nos hablamos y solamente nos hablamos para cosas muy especiales, como la enfermedad de los nietos o enfermedad de la hijas pues solamente así hay comunicación si no, no hay nada. Yo la conocí, desde el mil novecientos cincuenta y cinco, en el cincuenta y siete nos unimos y ahorita tuviéramos como cuarenta y siete años de unión libre, pero tiene como ocho años que estamos separados, pero pues adonde me voy a vivir con una pensión no me alcanza”<sup>22</sup>*

*“con mis hijos no tengo mucha relación y con mis hijas que viven en la casa con su mamá está Edith y Martita, pues es una relación de cómo estas y todo eso, mis hijas son a fines a su mamá por eso no quiere decir que no me hablen, no, son a fines y si me hablan se recargan siempre en su mamá, yo estoy siempre aislado en mi casa pero si las saludo o me van a ver o me dicen oye como estas, me*

---

<sup>20</sup> Entrevistado 18

<sup>21</sup> Bucay, J., El camino de las lágrimas. México: Editorial Océano, 2002, pag: 158

<sup>22</sup> Entrevistado 04

*dicen por mi nombre quiere decir que quieren un consejo o algo, porque casi siempre me dicen Pa, ya las conozco por ejemplo ayer me dijeron por mi nombre, y me dicen puedes hacerme un favor: préstame dinero o cuando me dicen Pa, quieren un consejo ya los tengo bien medidas”*<sup>23</sup>

*“mi mamá también tiene la psoriasis en las manos y en las piernas, ella no se pone nada y yo le doy del dermatovar que me dan y me comparo con ella y mi psoriasis ha sido más aferrada. A mi mamá pues casi no la veo, porque está en Michoacán, mi papá es el que vive en cuajimalpa pero yo siempre he sido muy apartada de mi familia, porque mi familia son mis hijos y mi pareja o bueno mi pareja ya no cuenta en mi vida, lo que pasa es que tuve problemas con él, y mejor corto por lo sano y yo soy yo, y yo quiero ser feliz con mis hijos y aunque el vive ahí pues estamos separados, mis hijos y yo tenemos mucha comunicación, al grado de que tienen veinte, diecinueve y nueve años me dicen que crees que ya no tengo novia y hay mucha comunicación”*<sup>24</sup>

La historia parece indicar que a partir de la Conquista y por la evolución histórica natural de los acontecimientos, en un momento dado y de manera no verbalizada, quedó prescrito que en la familia el hombre debería ejercer todo el poder y la mujer todo el amor. Los hijos, sin embargo, han sido tradicionalmente y de manera fundamental criados (deténgase el lector a considerar que al los sirvientes en castellano se les llama criados) por la madre. Está, en su espontáneo, ingenuo y generalmente bondadoso y abnegado comportamiento, ha criado los hijos en medio de un horrendo embrollo de amor y de poder... cuando la madre mexicana abraza y besa a su hijo, cuando lo alimenta, lo baña, le limpia y le plancha la ropa y cuida que sus necesidades sean suficientemente satisfechas, forma un ambiente para que sea lo menos infeliz o lo más feliz posible. La confusión empieza cuando la madre y el padre mexicano buscan la satisfacción personal o el dominio y no el desarrollo óptimo de los hijos. (Díaz, 1999) y dentro de las personas con psoriasis han padecido y tenido cierta

---

<sup>23</sup> Entrevistado 04

<sup>24</sup> Entrevistado 11

resistencia ante este tipo de familias, donde es importante el núcleo donde se encuentre desarrollando el individuo, teniendo que ser optimo y con buenas condiciones de confort para un sano desarrollo óptimo en el desarrollo emocional de la persona.

*“estoy casada, vivo con mi esposo y ya tengo treinta y ocho años de casada, tengo tres hijos, la relación con mi esposo pues fíjese que es relativamente bien porque también es persona de mal carácter, porque él es persona de campo, pues es más autoritario, esto al principio me ponía muy triste, pero luego ya fui aceptando las cosas, yo siempre trataba de reconciliar las cosas, de repente si teníamos problemas fuertes pero él es rencoroso y eran días los que no me hablaba y se hacía él muy digno, pero yo siempre trataba de contentarlo y creo que era lo malo, porque yo tenía que contentarlo y creo que yo también debería de enojarme y tenía la obligación de buscarlo, él es obrero en General Motors, él no estudio. Él quiere mucho a sus hijos y a pesar de que mi hija se vino a vivir con su esposo, él lo acepto y también mi hijo se fue a vivir con su esposa a la casa y es una muchacha muy agradable, le cae bien a la familia”<sup>25</sup>*

*“en mi casa los problemas que llego a tener pues a veces son por la comida, porque están las criaturitas y más la de seis años, pues ya está grande y el niño pues tira aquí, tira allá y tiene un cuarto de juguetes, bueno pues ahora es un tiradero de juguetes y pues le digo, ya arregla tu cuarto y me dice: ya abuelo al rato y al rato y nunca llega el al rato, después no tarda en llegar su papá pues él actúa con más energía para regañar al niño”<sup>26</sup>*

Cuando los roles de los géneros no son respetados y existen posturas de poder entre la pareja, los hermanos y la familia siempre tienen repercusión e implicación dentro de el bienestar familiar y encontrarse con aliados, alianzas y tratar de atacar al enemigo, viviendo en una lucha de quien más pueda, será quien tendrá ganancias, no entendiendo que el apoyo entre dichos familiares es quien le

---

<sup>25</sup> Entrevistado 15

<sup>26</sup> Entrevistado 13

da la fuerza ante las adversidades, las enfermedades y el estado emocional. Que tan importante es no vivir en guerra, tal parece que los entrevistados con psoriasis tienen conflictos con sus familias nucleares, como alejamientos, separación o simplemente vivir bajo un mismo techo como un campo de batalla.

*“mi esposa tenía la maña de vender mis cosas, ya que yo tenía una máquina de soldar y un día cuando llegue a la casa e iba hacer un trabajo le pregunte: ¿oye mi máquina de soldar y mi herramienta? me dijo ya la vendí es que necesitaba el dinero, en ese momento sentí coraje, eso fue hace tiempo como unos 25 años que vendió mis cosas y a partir de ahí hubo problemas, yo cuando saque un refri en fonacot y en las rifas me saque otros dos refris y una tele, pues ella lo vendió todo y luego le regale una parrilla y la regalo, todo eso me hace sentir coraje, por eso yo creo que mi enfermedad fue por ella. Y ella no me dice nada de mi enfermedad, solo que le eche ganas”<sup>27</sup>*

*“tengo como unos trece hermanos, soy el primero, bueno lo que pasa es que yo soy el hijo del primer matrimonio de mi mamá, después ella se volvió a casar y tuvo a los doce hermanos, yo me casé y duré treinta y uno años de casado y tuve cuatro hijos, ellos no me apoyan y por el divorcio no sé, no me quiso decir mi esposa (continúa llorando) lo único que me dijo es que ella quería estar sola, esto me hace sentir mal (su voz es quebradiza, sin fuerza, es ronca y su tono de voz es muy bajo, además tartamudea esporádicamente) y desde que se fue ella, es decir, casi un año que tengo la voz así”<sup>28</sup>*

Ahora el vivir con sentimientos de culpa originados por uno y seguidos por otros, es una muerte constante, en sentido común lo he escuchado como <el veneno para el alma> y lo mismo que los resentimientos son fuentes potenciales del desastre interno y decaimiento del estado ecuánime que tienen todos los seres humanos para vivir como es el amor, tolerancia y aceptación en primer lugar empezando con uno mismo, para después ponerlo en práctica con los demás.

---

<sup>27</sup> Entrevistado 05

<sup>28</sup> Entrevistado 05

Como lo he ido comentando a lo largo de este escrito, los estados emocionales dan forma a nuestras vidas, dan vida, salud o simplemente ayudan a que la muerte toque menos y rápidamente los cuerpos con enfermedades, lo importante no es designar culpables y desligarse de dicha responsabilidad de salud, es fácil buscar a quien culpar y señalar; el mirarnos en el espejo y saber que en nuestras manos esta nuestra fortaleza para seguir en el difícil camino de las relaciones interpersonales que son encarnadas en los cuerpos, es una tarea de día con día y con trabajo individual, donde es en muchas de las ocasiones buscar y descargar dichas emociones en un espacio de trabajo profesional, ya que esto es en buena parte educación de primer mundo, educación donde la salud emocional es primero que la salud física, entendiendo que de una se desprende la otra y viceversa.

*“tengo dos hermanos, yo vendría siendo el tercero el de en medio, mi padre falleció de diabetes y mi madre aún vive y es hipertensa; yo vivo con mi esposa y mis hijos, con ella al principio fue muy confusa porque desgraciadamente, ella estaba juntada con otra pareja, yo llegué hacia ella no destruyendo esa unión, ya estaba destruida, a raíz de eso le escuche sus problemas y nos entendimos bien, desde el principio que nos empezamos a ver, pues ella me platicó de su situación y que ya no era estable y que ya no había ningún impedimento, de ninguna especie, la unión con esta pareja fue de tres hijos: dos mujeres y un hombre, lo cual por buscarles un bien se los dejó a él, y porque tenía supuestamente una buena situación económica, claro pasan los años y pues mi familia no aceptaban la relación con ella. Yo me sentía muy confundido, muy presionado por un lado y por el otro lado, yo no quería hacer daño en ninguna parte y yo también quería decidir, estar con mi mujer, ella se llama Bertha y decidí estar con ella, pero a la vez en mi época de soltero yo, constantemente estaba muy unido con mi mamá, salíamos juntos, entonces porque yo tengo papá y mamá, entonces creo que le hice mucho daño a ella y pues las mamás siempre quieren lo mejor para los hijos, una relación sin ningún compromiso ¿verdad?, entonces a raíz de esto, yo le hice mucho daño a mi mujer (comienza a llorar) tristeza, porque recuerdo (deja un silencio prolongado), momentos muy desagradables, muy desagradables (trata de pasar la saliva, pero se le nota dificultad para hacerlo) que experimente en mi*

*persona y el daño que le hice a mi mamá, el daño que le hice a mi mujer, cuando recuerdo esto me siento como un hombre que cause daño y mi mujer me dice que yo le hice mucho daño, porque ella esperaba de mi otra cosa. El daño fue psicológico, no de golpes, fue un daño moral, ella me decía que ya viviéramos juntos y nos fuimos a vivir juntos y cuando vivimos juntos yo la lleve a un cuarto muy pequeño y ahí la instalé y no estaba bien definido, porque yo no estaba viviendo con ella, lo cual era lo mismo que sucedía con su primera pareja y pues yo estaba un tiempo, unas horas con ella y pues se hacía de noche y me regresaba a mi casa y con el corazón muy destrozado porque quería estar con ella, y estaba en mi casa y notaba que mi mamá sufría por la situación que estaba haciendo y no sabía que hacer en esos momentos y jamás le plante mi situación a ningún psicólogo ni a nadie y con la presión de mi mujer que si no me iba a vivir con ella pues que me olvidara de estar con ella, para esto ella ya estaba embarazada y eso fue todavía más, que me dije como voy a dejarla si ya está embarazada, entonces ella me presiono y me dijo te defines o tú mamá ó yo y tú casa y así me decidí estar con ella (bajo la voz), con esto siento que mi enfermedad se disparo”<sup>29</sup>*

Al tener un sentido de vida, es un sentido por que vivir, dichos sentidos de vida se tienen que escoger y adueñarse de ellos cada individuo, a partir de sus necesidades, siempre y cuando no dañe a terceros. El sentido de vida va ligado al significado de la misma, ya que con ellas se tendrá objetivos en la vida, metas a corto y largo plazo. Sin embargo es fácil el engancharse en las situaciones de otros y dejar de crecer, realizando un estancamiento personal en lo social, pareja y laboral. Y al darse cuenta de dichas frustraciones, entendiéndolo como frustración un acto o situación estancada y truncada sin culminar y no llegando hasta el final.

*“no tengo hermanos, soy hija única y tengo treinta y seis años. Yo vivo con mi mamá pues soy soltera, cuando era chica padecía mucho de las anginas. Mi mamá es jubilada y también es maestra igual que yo y pues tengo el ejemplo, al igual que mi papá, él murió hace mucho tiempo de cáncer de próstata, él era*

---

<sup>29</sup> Entrevistado 17

*maestro también. Mi mamá es la que está enferma de diabetes y la presión alta y pues tengo que cuidarlos, lo que sí me he superado y tengo la maestría y doy clases a maestros en la normal<sup>30</sup>”*

*“ante la situación de mi esposo yo le decía que buscara otro trabajo o le ayudaba al negocio, porque el es muy descuidado del papel y le decía hay que cuidarlo y no hacer las cosas al aventón, luego mis hijos le ayudaban en las noches hacer su trabajo de la imprenta, y él cuando cobraba no nos daba nada, entonces era decepcionante porque todos le echábamos ganas y para el material y fue muy decepcionante y pues me duele, me duele lo que pasa es que ahorita ya no tiene trabajo y luego me dice que no tiene trabajo, lo malo es que como ya me conforme porque ya en tantos años ya hubiera cambiado, entonces en sí no es mala persona, nos trata bien, no toma, y el dinero se lo gasta porque no nos ayuda a trabajar y contribuye muy poco y así ya lo acepte”<sup>31</sup>*

Siendo que ahora las personas con psoriasis ocupan el lugar del raro en la familia, el rechazado, con el que tienen problemas, el aislado, él o la que permite que pacen por encima de ellos, colocándose de alfombra dejándose pisotear por sus seres queridos, el paciente psoriasico parece ser de otro mundo con la familia, parece que esto implica tener un rol de siempre ser el mal visto y señalado por los demás, pareciera ser el foco de atención. Encontrando en la rebeldía el proceso de identidad de la persona, realizando a la vez su introspección y a su vez el proceso de conocimiento con ellos mismos y con los demás. Revelándose ante el peso social y cultural mexicano como el rol de la mujer: sumisa, abnegada, callada, obediente, entre otros, de los cuales las mujeres con expectativas de crecer y con educación lo están tratándo de ser y crecer comenzando por la casa como trampolín ante el mundo exterior como el mundo social y laboral.

---

<sup>30</sup> Entrevistado 14

<sup>31</sup> Entrevistado 10

*“yo vivo con mis dos hermanas y mi mamá, porque el otro hermano ya se caso; a veces tengo problemas en la familia pues a veces siento que soy muy rebelde, o sea que mi mamá dice y mis hermanas tienen una forma de ser y yo otra y hay contradicciones. Sé que cada quien tiene su forma de pensar y de hacer y pues les dejo de hablar y entienden que estaba molesta y luego les vuelvo hablar igual como si nada pasara y ya saben como soy, pero mis hermanas con mi mamá se dejan de hablar meses, porque ellas si se pelean hasta a patadas y se están gritando y pues no les hago caso y luego mi mamá las protege mucho, yo se que a veces tiene la razón mi mamá o a veces mi hermana y siento que mi mamá las protege mucho y con quien más me peleo es con mi hermana la más chica, porque la sobreprotege mucho y si le he dicho que tiene amor enfermó con mi hermana, un amor obsesionado por mi hermana: hay hijita, hay hijita!, exagera (baja la voz) me siento y siempre he pensado que la quiere más a ella y al final de cuentas el amor se gana, y pues mi mamá no la compro en un súper mercado, antes me sentía mal y me enojaba y siempre tiene más atenciones a ella, me da tristeza, pero hay veces, porque mi mamá la quiere mucho y ella le ha hecho muchas cosas y es un amor obsesivo, yo creo que si mi hermana se muere pues ella se muere”<sup>32</sup>*

La madre posesiva expresa su poder anulando a sus hijos la libertad de desarrollo independiente; la madre posesiva impide que los niños aprendan a valerse por sí mismos; ella destruye la posibilidad de que el individuo desarrolle una personalidad independiente... una de las formas que confunden las madres con amor es la sobreprotección de los hijos, esto no es amor, es una forma destructiva del ejercicio del poder, destruyendo la capacidad de iniciativa, probablemente destruya la posibilidad de alcanzar un buen sentido de responsabilidad durante la juventud y la edad adulta de los hijos, destruyen la oportunidad de que se valgan por si mismos. (Díaz, 1999, pag: 77)

---

<sup>32</sup> Entrevistado 10

*“tengo dos hijos y ellos viven conmigo, la primera es mi hija, es profesionista y tiene veintisiete años, ah! y trabaja en el banco, además ella es soltera, él segundo de mis hijos es un hombre tiene veintidós años y trabaja, pero el ya vive con su esposa y tiene una niña de dos años, entonces vivo con mi esposo, mis dos hijos, la nuera y mi nietecita. La relación con mi hijo pues el trabaja todo el día, y yo llego de trabajar y les hago de comer y les recojo a su niña de la guardería porque mi nuera también trabaja y yo me quedo con la niña y hago mis cosas y luego los espero y le doy a la niña de comer y yo siento que no discutimos (permanece en silencio) pues si discutimos es porque mi hijo es un desordenado, la ropa sucia esta fuera del bote, los zapatos desacomodados, me choca ver su reguero cuando entro a su cuarto y el cuarto está desordenado, les digo vamos a ser más ordenados todos, si abro el baño lo cierro, si agarro un vaso pues lo lavo, y así para que la casa esté limpia y cuando llegue de trabajar tenga tiempo para dedicarle a tu hija, entonces eso En cambio la relación con mi hija, pues no tengo problema, porque ella se va a trabajar, ella tiene horario de diez de la mañana a siete de la noche, entonces llega y le doy de cenar, se pone a ver la televisión, hace un poco de ejercicio y después se acuesta. Con mi nuera es de carácter voluble, a veces llega y te platica y a veces llega muy seria y casi no habla, trato de entenderla y si tiene ganas de platicar ella, pues platico con ella, si ella llega muy seria pues le digo: vas a cenar y me dice: no señora muchas gracias o llega de malas y cuando llega enojada pues se sube a su cuarto y se encierra en su recámara, siento que no me afecta, siento que ella tiene su carácter así y trato de sobrellevarla. Con mi esposo, si discuto más porque es conformista en su trabajo, él tiene un taller de imprenta chiquito, entonces yo siento que no le hecha ganas a su trabajo y le digo que le eche ganas a su trabajo, ya que si no tiene trabajo se queda ahí sentadito y le digo que salga y que crezca pero el es conformista, al principio discutía mucho con él y si me afectaba y tenía coraje, lloraba de coraje; él, al principio trabajaba en la secretaria de turismo y el me dijo que había metido licencia en el trabajo y mentira, el renuncio al trabajo, él quería poner un negocio y yo le decía por las mañanas puedes hacer el negocio y por las tardes trabajar y si quieres puedes meter una licencia de trabajo, pero no dejes el trabajo, yo me*

*siento muy decepcionada, me siento mal, sientes que la gente actúa como no debía y yo le decía no renuncies porque tienes un horario muy bueno, sentí mucho enojo y un trabajo estable pues te dan un seguro o te pensionan, cuando paso esto tenía cuatro meses de casada con él y después yo empecé a trabajar y el nunca a crecido en la imprenta, siempre ha sido lo mismo y al principio me afecto mucho, porque yo quería cambiar a la gente y darle a entender que buscara algún empleo mejor, pero después yo me conforme y aproveche mi trabajo, mi dinero y a veces el no compra nada y si no compra pues ya, pero más bien me siento con decepción y tristeza”*<sup>33</sup>

- **Las pérdidas de un ser querido, es también una pérdida emocional y de duelo.**

El estado de duelo puede ser visto como un ejemplo de estados mentales patógenos. Pero no solo la pérdida de un ser querido, sino también otras pérdidas que generan desilusión, desesperación, humillación y tristeza conducen a una enfermedad y a la muerte; en tanto que la alegría, la felicidad, la fe, la confianza y el éxito están asociados con la salud, citado por Gales, Rees y Lutkins en Gonzáles, 1992. Con ello llamo a esta categoría “las pérdidas de un ser querido, es también una pérdida emocional y de duelo”ya que a lo largo de la vida de los entrevistados, al tener muertes repentinas o muertes inesperadas, estas llevan consigo un duelo duradero, un duelo en el cual es largo e incrédulo, con una gran etapa de negación y de dolor. Dicho dolor si no es trabajado emocionalmente, dichas emociones tendrán que salir del cuerpo y en muchos casos no precisamente en salud.

*“Lo del accidente fue muy duro, siento que todos nos tenemos que ir ¿no?, pero hay maneras de irnos y edades en irnos, no se vale estar tan sano e irse joven o como mi hija también me pareció injusto he impactante, perdido mis padres por la diabetes, mis abuelos, perder gente muy allegada y muy querida, pero hijole este dolor es, yo creo que no hay reposición para esto de los hijos, pero fíjese que a veces yo le huyo al tema acerca de mis hijos, allá en la familia cuando empiezan*

---

<sup>33</sup> Entrevistado 10

*hablar: o, me subo o les digo saben que no hablen, hay mucho dolor y mucho sentimiento, entonces no tiene caso de que platiemos, desgraciadamente ellos tienen que platicar, porque esto deja problemas, por ejemplo mi hijo estaba casado y hay que arreglar los papeles del seguro que dejó en su trabajo, del Seguro Social, la niña que dejó de dos años y afortunadamente tiene una esposa inteligente y se está moviendo y realizando los papeles, y no sé si sea bueno expresarlo o no, tengo conflicto en eso y pues yo prefiero no escuchar y no sé, si será cobardía, no sé, no ayo porque no quiero hablar de eso y no sé, si es porque me hacen recordar a esos seres muy queridos y dañan más mis sentimientos (comienza a llorar), he llorado mucho, y a la iglesia porque ahí compre una cripta y ahí me voy solo y descargo, prefiero llorar solo, porque puedo llorar con soltura, trato de no llorar en la casa por los niños y principalmente el detalle es porque lloran y por alguna discusión y no es pelea<sup>34</sup>”*

“La muerte de una persona querida es el suceso más estresante en el cual puedo pensar y entre todas las muertes imaginables la pérdida de un hijo es, a mi entender, la peor”<sup>35</sup>

*“mi papá se suicido y mi mamá tiene cáncer, entonces me agrada mucho estar con ella, pero lo de mi papá siento que me afecto mucho, a veces he pensado en suicidarme también, pero solo lo he pensado”<sup>36</sup>*

*“tengo una hermana de cincuenta y ocho años, yo soy el mayor, ella y yo no es frecuente que nos veamos, aunque si telefónicamente. Yo vivo con mi esposa y mis dos hijas, pero también viven conmigo mi yerno con mis dos nietas, porque yo tuve en el año dos mil tres, perdí a una hija y en agosto perdí a mi hijo, cuatro hijos son los que tuve; mi hija murió de preclamia, a la edad de treinta y tres ó*

---

<sup>34</sup> Entrevistado 13

<sup>35</sup> Bucay, J., El camino de las lágrimas, México: Editorial Océano, 2002', pag: 174

<sup>36</sup> Entrevistado 19

*treinta y cuatro años y mi hijo falleció en agosto del dos mil cuatro y tenía treinta y un años, el falleció en un accidente automovilístico aquí en el Distrito Federal, ando muy mal y ando muy confundido, sentimentalmente estoy muy dañado, en el aspecto de mujer yo siento que es más difícil que uno (se carcajea), por ejemplo mi esposa, como tiene a sus dos nietecitos pues siento que eso le hace olvidarse un poquito, y yo no sé y no se como sacar esto, fue horrible, entonces en que nos quedamos, ah en que yo vivo con mis hijas y mi yerno con mis nietecitos”*<sup>37</sup>

“La muerte de un hermano no es un hecho aislado que los niños olvidan en poco tiempo. Al contrario, es un evento destacado que deja secuelas en su desarrollo posterior. Adultos que vivieron la muerte de un hermano en la infancia reportan que los efectos de la pérdida han sido más o menos permanentes a través de su vida adulta”<sup>38</sup> Es por ello de manera importante que todos aquellos duelos no resueltos, deben de ser sanados para no tener posteriormente repercusiones en el estado emocional y de salud.

*“Tengo cuatro hermanos dos viven y dos están muertos yo vendría siendo el intermedio porque tengo un hermano más grande que yo, mis hermanos murieron en accidentes, uno hace cuarenta años y el otro hace veinte años.”*<sup>39</sup>

*“Yo tengo diez hermanos y ya murieron los más grandes, también mi papá falleció el murió de diabetes, yo soy el séptimo, mi mamá todavía vive ella ya tiene sesenta y seis años y está mala del corazón”*<sup>40</sup>

La muerte de los hermanos es diferente para cada miembro de la familia dependiendo de el trato que hayan tenido, la cercanía pero sobre todo implica demasiado el lugar que ocupaba el hermano dentro de la familia.

---

<sup>37</sup> Entrevistado 13

<sup>38</sup> Fonnegra, I., De cara a la muerte, Colombia: Editorial Andrés Bello, 2001, pag: 185

<sup>39</sup> Entrevistado 04

<sup>40</sup> Entrevistado 03

*“sí, tengo seis hermanos o bueno mejor dicho somos seis, conmigo somos seis, porque éramos siete pero falleció el más chico (la voz se le quiebra) a la edad de cincuenta años de cáncer en el pulmón, entonces quedamos seis y yo soy el quinto por orden de edad, el mayor va a cumplir sesenta y nueve años, el otro sesenta y seis y hasta llegar a mi que voy a cumplir cincuenta y nueve, hay una hermana más chica que yo y tiene como cincuenta y dos años, ella es soltera debido a que nunca se caso, tuvo problemas de discapacidad por meningitis, ella y con otro hermano que es divorciado son con los que vivo, mi hermana se aboca a la cocina y darnos la atención. Al fallecer mi papá le heredo a mi mamá la casa y hace dos años falleció mi mamá y nos la heredó a los 6 (este dialogo lo dijo de forma muy rápida y sin pausas)”<sup>41</sup>*

Es común que se sientan culpables en ocasiones los hermanos de la muerte de sus hermanos, ya que en un momento de enojo seguramente desearon que se murieran o se fuera par siempre ese hermano. O pudieron sentir hacer algo heroico para salvarle la vida o, en caso de un accidente, sienten que son ellos quienes debieron haber muerto en lugar del otro. <sup>42</sup>

*“tengo seis hermanos y yo soy la tercera, mi madre esta viva y padece de los huesos, mi padre murió de cirrosis.”<sup>43</sup>*

*“mi hermano falleció de alcoholismo, ya tiene de muerto tres años soy el más chico de los tres y mi mamá falleció de diabética, tiene como catorce años y mi papá vive, el sufre de reumas en las piernas. El ya está grande, y como es gente de provincia no se preocuparon por registrarlo, y más o menos le calculo como unos setenta y ocho años y todavía vive, el no usa bastón, y ha sido una persona sana. El, al sufrir las reumas es por que trabajo con mucha humedad, el ayudante de albañil y de ahí surgió su reumatismo”<sup>44</sup>*

---

<sup>41</sup> Entrevistado 02

<sup>42</sup> O'Connor, N., *Déjalos ir con amor*, México: Editorial Trillas, 1990, pag: 103

<sup>43</sup> Entrevistado 20

<sup>44</sup> Entrevistado 01

El sufrimiento de duelo se agudiza alrededor de los dos meses posteriores al fallecimiento. Se vive la sensación de pérdida del sentimiento de la vida, todo gira en torno a quien murió.<sup>45</sup>

*“mis padres fallecieron ambos de diabetes, hace como unos diez años. Tengo diez hermanos, siete hombres y conmigo somos cuatro hermanas, yo soy la mediana, ellos me frecuentan en la casa porque piensan que me voy a morir luego, por lo del hígado”<sup>46</sup>*

En una ocasión me dijeron: tu mamá, tu papá, tus tías, tíos y primos es la familia que te toca, es la familia que desde nacimiento la tienes y la vas a tener hasta que mueras, si no es que mueren ellos primero, sin embargo, tu puedes escoger aquellas personas a las que confías, quieres, están contigo cuando lo necesitas, te apoyan, hasta son tus cómplices en muchas de las veces y esos son los amigos, aquella familia que escoges y quieres, y donde la muerte en muchos casos es más significativa que la muerte de un familiar.

Como lo menciona Nancy O'Connor la muerte de un amigo suele ser un acontecimiento muy significativo, una circunstancia que conduce a reconsiderar y reorganizarse personalmente, recordando lo vulnerable que somos y lo frágil que a veces resulta la vida.

*“cuando la gente que yo quiero en el grupo comienza a partir pues yo y todo el grupo se derrumba emocionalmente y nadie nos va a poder sacar, nadie, ni nosotros mismos porque no estamos, porque bueno nosotros te podemos decir en el grupo como levantar a una persona que se acaba de enterar que tiene hepatitis C y te podemos decir emocionalmente de que manera lo podemos levantar, pero*

---

<sup>45</sup> Reyes, A., Acercamientos tanatológicos al enfermo terminal y a su familia. México: Editorial Paidós, 1996, pag: 206-207

<sup>46</sup> Entrevistado 18

*si tu me dices ahorita ayudar a mis compañeros que van a morir y he estado buscando la ayuda de un tanatólogo”<sup>47</sup>*

*“en el grupo la mayoría son de hepáticos en específico son de hepatitis C, y mi tiempo, se divide entre la casa, el hospital, los compañeros, y por ejemplo el ir a un laboratorio, y pues nos dan el apoyo dando conferencias, ponencias. Dentro del grupo han pasado muchas situaciones de muerte, que una compañera que tiene dos años en consulta, se supone que estaba muy bien y ahora tiene cirrosis y el fin de semana pues le dijeron que necesitaba un transplante y hay otra compañera que está delicada desde que llego y actualmente tiene cáncer y está tomando morfina para controlar el dolor, de la parte frontal de la cabeza. Esto me hace sentir muy mal, me pega demasiado fuerte, me duele, de hecho he llorado, de hecho con la pequeña Hansel pues me dice porqué lloro y le digo, lloro porque no se cuando vas a partir, si en una semana o un años o no sé, pero ahora si vas a partir y me duele que ya no te voy a ver, entonces ahorita que te tengo conmigo pues lloro, ahora el grupo esta pasando por una crisis de depresión muy fuerte”<sup>48</sup>*

#### **4.7.2. La psoriasis: mi padecimiento.**

Esta categoría tiene cinco apartados a) Mis motivos y creencias del porque me dio psoriasis, b) De que manera la psoriasis a afectado mi vida familiar, social y laboral, c) Cuales son las situaciones que empeoran mi enfermedad. d) Las situaciones que aminoran mi enfermedad. y por último e) La medicina alópata de que forma me ha ayudado a mi padecimiento.

- **Mis motivos y creencias del porque me dio psoriasis.**

Es importante vislumbrar los motivos y creencias que tienen las personas respecto a su enfermedad, ya que muchos lo dirigen hacia un castigo divino, o por simplemente suerte, estos antecedentes nos dan mucho de que hablar al entender como se encuentran construyendo su enfermedad. Engel (1961) estudió las descripciones que hacen los pacientes acerca del escenario de sus vidas y de sus

---

<sup>47</sup> Entrevistado 18

<sup>48</sup> Entrevistado 18

sentimientos durante el periodo que precede al inicio de su enfermedad e identifica cinco características:

- a) Sentimiento de impotencia o desesperación. La persona expresa un sentimiento de “estar al final de la cuerda”, de pérdida de confusión, incertidumbre de encontrarse en un callejón sin salida.
- b) La imagen que tiene el paciente después de la pérdida (de un ser querido, estatus o bienes) no le permite funcionar en su forma acostumbrada aunque lo intenta.
- c) No se siente apoyado por personas que para él son importantes.
- d) El sentido de continuidad entre el pasado, el presente y el futuro se interrumpe.
- e) La situación actual hace que la persona recuerde otros pasajes pasados en los que se sintió desvalido, impotente y desesperado.

El síndrome del edificio enfermo, reconocido por la Organización Mundial de la Salud, entre cuyos síntomas se cuentan la fatiga, los dolores de cabeza, las reacciones cutáneas, la sequedad de garganta y el escozor de ojos. No existe una causa única para este síndrome, pero las personas que trabajan en despachos con aire acondicionado son, al parecer, más susceptibles... la investigación médica confirma lo que nuestro cuerpo sabe intuitivamente: los entornos agradables aceleran la recuperación del enfermo. Quizá desconozcamos que la presión sanguínea desciende buscando nos sentamos a contemplar la naturaleza, perol o notamos en nuestro cuerpo. (Mc Dermott, 1996)

*“me doy cuenta que cuando estoy preocupada y angustiada me empieza a picar la cabeza y me sale como caspa y me dice el doctor que es lo mismo de la psoriasis y ya cuando no tengo preocupaciones se me va aplacando esto, porque a veces hasta cuando estoy tranquila me da”<sup>49</sup>*

---

<sup>49</sup> Entrevistado 20

*“me angustio un poco, quizá mi carácter no me ayuda, porque soy muy temperamental, que todo me preocupa, todo me angustia y no reacciono como lo que soy (mantiene silencio) un adulto, por la forma en que me afectan algunas cosas, pues porque lloro, en lugar de ser fuerte y mi esposa no me considera adulto. La doctora Serrano, me dice que no me preocupe, según los estudios que me han hecho, dicen que estos no es nada grave, luego cuando me hagan los rayos X y ultrasonido, pues los resultados serán más certeros para ver si no tengo alguna implicación interna. Esta enfermedad a veces creo que es por desesperación”*<sup>50</sup>

*“los doctores con respecto a mi psoriasis me pregunta si hubo algún familiar con esto y les digo que no y ya hace cuatro años que se ha hecho crónico y de estar en el Siglo XXI. Pero yo creo que a lo mejor es por el estrés que en su momento no se reflejan y después se reflejan con el tiempo, pero con certeza no sé, pero ya me estoy acostumbrando a vivir con el problema. Antes le digo que moralmente uno se siente mal, entonces hasta muchas veces escondo mis manos y afortunadamente pues en el saludo no les pego esto, ya que esto no es pegajoso (comienza a reírse)”*<sup>51</sup>

En una investigación de Ulrich en 1984, (en Mc Dermott, 1996) del departamento de Geografía de la Universidad de Delaware, ha realizado un interesante estudio sobre el efecto del ambiente sobre 46 pacientes del hospital que se recuperaban de una intervención de vesícula. La mitad de los pacientes ocupaba habitaciones con vistas a un muro de ladrillo pardo. La otra mitad estaba en habitaciones con vistas a una hilera de árboles de abundante follaje. Los que tenían vistas a los árboles pasaron un tiempo apreciablemente menor en el hospital tras la intervención (como promedio, volvieron a sus casas un día y medio antes que los del otro grupo) y necesitaron dosis menores de analgésicos. También presentaron un número ligeramente menor de complicaciones post operatorias.

---

<sup>50</sup> Entrevistado 17

<sup>51</sup> Entrevistado 13

*“la enfermedad en piel ya va para cinco años, y fue como en el dos mil cuando tenía como treinta y uno ó treinta y dos años, esto me empezó a surgir como pequeñas manchitas en la piel, principalmente en el brazo derecho como de un centímetro y rojas, en el brazo y pierna derecha. Yo pienso que ocurrió por nerviosismo, bueno es lo que dicen y me tuvieron que hacer estudios de sistema nervioso, y dicen que es por los nervios, pero yo no creo que sea por eso; porque los nervios para mi son normales de mi, lo que si siento es una intolerancia desde hace dos años, es decir, muy desesperada y cuando me voy a hacer los estudios me dicen que tengo: lupus, psoriasis (comienza a toser desesperadamente), la enfermedad de Lan, entonces no sé”<sup>52</sup>*

Muchas de las ocasiones los pensamientos, las ideas tienen un gran poder de introyectarse en la palabra, que terminan por ser hechos, por ejemplo cuando “hablamos de las creencias como si fueran posesiones. El lenguaje es especialmente revelador. <tenemos> creencias. Las <adoptamos> o las <adquirimos> y podemos <heredarlas>. Decimos que la gente <defiende> creencias e incluso <se aferra> a ellas. Cuando dejamos de tener alguna, la <abandonamos>, <renunciamos> a ella, la <perdemos>.”<sup>53</sup>

*“soy muy nervioso, y yo no saco mis nervios no soy de esas personas, yo soy nervioso por dentro y yo creo que también afecta al problema de la piel, mejor me los guardo y dicen que eso es malo y a veces tiemblo, pero no lo saco. Yo digo que afectan los nervios porque hace tiempo visité a un dermatólogo por la caída del cabello y esa caída de cabello y por placas de psoriasis y el dermatólogo me dijo, sabe que, antes de venir con migo le voy a dar una tarjetita para que vaya a ver a un amigo mío, el es neurólogo y fui y me dieron tratamiento por treinta días y al regresar como me dijo el dermatólogo, pues me empezó a salir otra vez*

---

<sup>52</sup> Entrevistado 14

<sup>53</sup> Mc Demott, I., PNL para la salud., España: Editorial Urano,1996, pag: 60

*cabello y le platico esto por que me dijeron que eran los nervios, cuando se me compone esto no tengo ni grietas ni verrugas, estoy bien”*<sup>54</sup>

*“Pues a mi siempre me han dicho que la enfermedad es de nervios, y yo no soy nervioso, no entro en presión, ni en angustia, ni en temor ¿sí?, nada, siempre soy alegre y siempre me estoy riendo ¿sí?, cuando estoy falta de economía, no me considero, pero hay algo que no he podido descubrir que me afecta basándome en Javier Solís el payaso triste, tengo un careta y estoy sonriendo, pero me llegan las angustias de que vivo solo, o bueno vivo apartado, aunque esté riéndome y me pregunto ¿como vives? Y pues no dejo que me entre la angustia, no dejo que me entre la melancolía, no dejo que me entre nada, si llega la alegría bien, si no, salgo y platico con alguien, busco a alguien, no dejo que me afecte, así es.”*<sup>55</sup>

La depresión, la negación, son partes de el duelo, desde el momento en que se sabe que murió el ser querido, sentirá su yo de la persona que está viva un yo mutilado, existiendo dicha negación que consiste en no creer lo que se está viviendo Al principio se vive como entre nubes, poco a poco se entra a la realidad.<sup>56</sup> Sin embargo debemos entender que no solo la muerte es detonante de un seguimiento de un duelo, también cuando está latente la separación de la pareja y el divorcio, asimismo existe el duelo y conlleva las etapas de duelo como la negación, ira, pacto, depresión y aceptación, basándome en la Dra. Kubler Ross, iniciadora en el estudio tanatológico.

*“la enfermedad me dio más cuando se fue mi esposa fue aquí (señalándome su pie izquierdo), fíjese como una mordida de víbora y me digo: mañana se me quita porque tengo mi sangre limpia y lo único que me apura es la piel después subió, primero en el lado izquierdo y después se paso al lado derecho, después empezó a subir al tronco, a la cara y a la cabeza cuándo me estreso me pongo mal”*<sup>57</sup>

---

<sup>54</sup> Entrevistado 13

<sup>55</sup> Entrevistado 04

<sup>56</sup> Fonnegra, I., De cara a la muerte, Colombia: Editorial Andrés Bello, pag: 185

<sup>57</sup> Entrevistado 05

*“de lo que padezco más es de artritis psoriasica y lo que me da más son los dolores en las articulaciones en mis dedos, manos, mis pies yo tengo esta enfermedad desde hace unos 15 años porque la psoriasis tiene como 20 años y me ataca más a la pierna derecha. La verdad no sé porque me dieron estas enfermedades, los doctores me dicen que no saben de que proviene la psoriasis pero a parte dicen que es por el estrés que lleva uno y pues estuve hace 20 años estresado yo lo achaco a raíz de que mi papá comenzó a enfermarse, siempre me tenía mucha confianza y luego lo llevábamos al doctor y pues ora si que mi papá y yo siempre andábamos juntos, y yo sentí que a raíz de esto se me empezó hacer más esto de la piel y también porque nos teníamos que ir turnando en el hospital para cuidarlo y nos quedábamos para cuidarlo y hasta que falleció de diabetes y pues me siento mal al llegarme el recuerdo pero ahorita como tengo el problema de mi hija pues me siento uf y siento que mi problema de piel se ha empeorado yo quisiera tener un desahogo ahorita me siento vacío y deprimente, triste ya que por lo de mi hijo, pues ahorita esta como en coma o no sé, los doctores me dicen que es tardado la rehabilitación del niño, para mi es triste verlo ahí y pues también es cansado estar ahí, como tenemos que estar día y noche”* <sup>58</sup>

*“desde los ocho años he sido muy enfermizo, me da asma, dermatitis, alergias, pero esta última por la que estoy internado, ahora sí, que estuvo grave. Esta enfermedad me da mucho por los estados de ánimo y más con el estrés, preocupado o con angustia se me acentúa en el cuello del lado derecho y luego en la cara, el tórax y todo el cuerpo, porque cuando ando tranquilo nada de enfermedad”* <sup>59</sup>

*“me he dado cuenta que si llego a tomar alguna bebida alcohólica, en la piel me repercute, se me pone roja, roja la cara, y la piel roja, y por ende no puedo tomar o bueno si puedo, pero no en exceso porque es uno de los impactos que yo he*

---

<sup>58</sup> Entrevistado 03

<sup>59</sup> Entrevistado 19

*notado que se manifiesta en la piel, pero gran parte se debe a las preocupaciones de mis hijos, con la mala relación que tuve con la señora, que hasta la fecha todavía me sigo peleando con ella, yo al tener este problema en la piel, pues no me siento mal, porque es la enfermedad más sana del mundo según me dijo un doctor, además no le hago caso y lo más que pudiera ser es que es una molestia estética, pero de las enfermedades que tengo, parece que es una de las enfermedades menos dañinas no me siento acomplejado ni nada, yo no le pedí a Dios que me mandara esta enfermedad, pero no me siento mal debido a que si hago comparaciones con mi hermano mayor, que tiene la enfermedad de cáncer y que se la esta atendiendo, entonces considero que esta enfermedad no es nada con relación a la de él, ya que él esta desahuciado, en cambio esta enfermedad no me hace sentir preocupado en que me voy a morir mañana al contrario si me sigo atendiendo es cuestión de estética y molestia además pues a mi edad no puede repercutir como cuando tenía veinticinco años, cuando andaba buscando novia ya a mi edad no me afecta”<sup>60</sup>*

Si las creencias son posesiones, podemos ser posesivos. Puede que algunas sean herencia de gran valor; otras, objetos más cotidianos. Algunas las dejamos a la vista de todos y otras son demasiado valiosas para ser exhibidas a plena luz. Nosotros las escogemos de muchos modos y, como los muebles o los elementos decorativos, lo hacemos para que armonicen. Hay creencias que tal vez nos atraigan, pero no <encajan> en la decoración. Si las consideramos posesiones que pueden escogerse o descartarse a voluntad y no al azar.<sup>61</sup>

*“esta enfermedad yo siento que me dio por las presiones que había con mi pareja, debido a que era muy agresiva conmigo y me presionaba mucho, afortunadamente que bueno que nos separamos y no les hicimos tanto daño a mis hijos y además yo intenté suicidarme en alguna ocasión, cortándome las venas, por depresiones que era demasiada la presión que me hacía la señora y yo*

---

<sup>60</sup> Entrevistado 02

<sup>61</sup> McDermott, I., PNL para la salud, España: Editorial Urano, 1996, pag:60

*atribuyo a los problemas en los que llegaba a tener y las agresiones de parte de ella, que eran con palabra y físicamente, físicamente intento golpearme, mas sin embargo, no fue constante y la primera vez que paso eso le dije nada mas falta que tu me pegues, el día que tu me pegues tu me das uno y yo te doy dos, y sucedió ella me dio uno y yo le di dos y fuimos a la delegación, entonces ya no se podía vivir con ella, ahorita siento odio y cierto rencor por el maltrato que me dio la señora y más la exigencia de ella en cuestión económica, motivo por el cual le puse la casa a su nombre y me case bajo la separación de bienes, entonces me da coraje al grado tal que ahorita estoy con la tensión que la voy a demandar para quitarle el porcentaje actual que me está quitando, debido a que mis hijos ya son mayores de edad y tienen treinta y un años y ya no requieren de la ayuda económica ¿verdad?, pero sí, siento una molestia de hablar de esa vida que tuve con la señora, que llegaba del trabajo y le decía oye ese pollo, y no me daba de comer, o del pollo que estaba en la estufa que si me lo podía comer y me decía : si te lo puedes tragar ya tragaron mis perros, porque siempre le gustaron los perros y siempre tuvo dos o tres perros y ya era una situación que hizo que me afectara demasiado a mi enfermedad, y le recalco que por cuestiones económicas definitivamente siento que no me repercutió en la enfermedad”<sup>62</sup>*

Podemos leer claramente en las historias orales de los entrevistados, que los pensamientos claramente influyen en sobre manera en el cuerpo y viceversa, es decir, que podemos evitar cambios perjudiciales en el habla a partir de la cognición, para no afectar la propia salud y cultivarla con pensamientos óptimos para el cuerpo.

*“en mil novecientos ochenta y seis hace como dieciocho años, me inició esta enfermedad desde el principio fue con un puntito en la espalda y luego en la cabeza, a raíz de ahí yo vi una plaquita tipo con escamas en la cabeza, yo pensé que era caspa y no fue así hasta que ya me crecieron las placas, al grado tal que fue el noventa por ciento de todo mi cuerpo, la cual si no es por el medicamento*

---

<sup>62</sup> Entrevista 02

*constante me implica mucha molestia, es un padecimiento que yo me di cuenta que tuve a raíz tantos problemas, de mi matrimonio, he!, no es que yo trate de justificarme dentro de los problemas, porque quizá yo también tuve la culpa, porque dicen que dentro de un matrimonio la culpa es cincuenta y cincuenta por ciento, la señora (se refería a su primera esposa) tenía muy mal carácter, la señora era muy celosa, era muy agresiva, entonces los problemas eran que me presionaba demasiado, me presionaba en el sentido de si sales a las cuatro, debes estar a las cuatro y quince, si vamos al doctor y si llegas cinco minutos tarde, no entras a la casa, no obstante, que la casa yo la hice y se la puse a su favor, entonces ese tipo de tensiones yo siento que mi enfermedad se inició con las presiones por la persona con quien vivía. Yo tuve problemas con la señora, desde antes de casarme (comienza a reírse), pero yo realmente pensé que con ella iba a ser la vida como lo hicieron mis papas, hasta la muerte los separó, pero no fue así, por su carácter; después de diecinueve años de casado pues, desde antes de los diecinueve años y en los diecinueve años fueron presiones con ella, en el sentido que me case con una persona que no me quería, ahora con mi madurez puedo sacar por conclusión, no me quería no me quiso, entonces, pues yo enamorado de ella, tuve muchas tensiones derivado de una persona que pues yo llegaba cansado de trabajar y yo ni quería pelear, pero llegaba a pelear, y tenía que pelear y si llegaba con un amigo me lo corría y un vez que llegue temprano, le dije: oye llegue temprano (tose, con voz quebradiza) y me dijo ella: ¿por que llegaste temprano? Le dije que falleció mi papá, y me contesto que bueno, para que sufra tu madre y me empezó a insultar, cuando yo llegue, llegue todo destrozado y me sentía muy mal y con ese tipo de presiones yo lo atribuyo a que me afecto demasiado”<sup>63</sup>*

La enfermedad parece como una forma de suicidio orgánico. Como resultado de esta circunstancia el individuo parece hallarse en un estado de depresión y de rabia crónica secundaria, mantenida en suspenso por una conveniente relación de dependencia, cuando se interrumpe esta relación vital el

---

<sup>63</sup> Entrevistado 02

individuo se siente desamparado, contra el mundo, deprimido e invadido por su rabia primitiva. (en Wittkower y Cleghorn, 1966)

*“el doctor dijo que la psoriasis era por baja de alguna defensa, a veces si pensé que era una infección, pero me dijeron que no era y desde hace un año o año y medio y desde la primer consulta que me dieron aquí me recetaron permisona, se me quito a los tres días, después de tantos tratamientos pues se me desapareció y desde ahí ya no me ha vuelto a salir, pero el doctor dice que no me puede quitar el tratamiento porque dice que me puede regresar la emoción que experimente cuando me vi la piel sentí preocupación y luego me dio miedo, porque el doctor me mando hacer la prueba de lisa y como así se manifiesta el sida, recuerdo que cuando me lo iba hacer en el hospital, no fui porque tenía miedo, entonces fui al particular porque ahí me daban mi resultado confidencial, pero si me preocupo. Tenía mucho miedo y por mi esposo también y gracias que todo salió bien.”*<sup>64</sup>

Una investigación realizada en la Escuela de Medicina de Nuevo México puso de relieve que los individuos que tenían al menos una persona en la que podían confiar presentaban, en casi todos los casos, indicadores de actuación del sistema inmunitario significativamente superiores y niveles inferiores de sustancias, como el colesterol en suero, estrechamente relacionadas con el aumento del riesgo de enfermedades cardíacas. Thomas, 1985. (en Mc. Dermott, 1996) Siendo así que las personas con las que se desarrollan las personas con psoriasis no salen del mismo círculo de familiares o amistades, parece como si no vieran más allá de ellos y así solo realizar el rol que por género les corresponden a las mujeres dedicarse al quehacer doméstico, hacerse cargo de los hijos, guardarse sus sentimientos, ser abnegadas, sumisas y obedecer a sus esposas, teniendo un padrón de conducta de cuidados hacia los enfermos de la familia.

*“la diabetes la tengo desde hace cinco años y la psoriasis hace cuatro años (se le fue la voz), la primera vez que me salió fue en este (señalándome el dedo de en*

---

<sup>64</sup> Entrevistado 10

*medio, de la mano derecha) y de ahí fue subiendo en la mano derecha y después me ataco en la mano izquierda, también fue en las plantas de los pies le llaman palmo plantar a esta psoriasis y me ha dado hasta en las costillas, en las piernas y pantorrillas, me siento muy decaído y más por las manos ya que son la presentación para el ser humano y entonces cuando doy la mano pues con cierto recelo me la dan, pues todo eso afecta, y constantemente me las ando sobando, porque ahorita andan sanas, mi esposa pues me anima, y me dice: ve con ánimos porque mucho depende del médico y del medicamento y si algo falla de esas tres cosas, pues no caminan mal, y mi moral es la que muchas veces no anda bien y que lo limita a uno es su trabajo”<sup>65</sup>*

El cuerpo es vida, vida de la cual tiene la capacidad de sobrevivir y auto ayudarse, curándose a sí mismo de manera natural por ejemplo en la piel al recibir un daño exterior se repone y la herida sana, el cuerpo siempre intentará sanarse y curarse a si mismo. El cuerpo al darnos avisos y señales de que algo no anda bien y que necesariamente pide atención, debemos averiguar los avisos y señales que nos manda en síntomas de lo que está pasando con el cuerpo, en lugar de intentar de eliminar inmediatamente el síntoma con un medicamento alópata, ya que al investigar que pasa con el cuerpo de cada quien, se estará conociendo su propio ser.

*“tengo el este problema en la piel desde hace tres años, pero de repente me salio y creo que durante medio año no me hice caso y ya cuando acudí a mi médico familiar me hicieron muchos estudios, primero me dieron varios tratamientos para infección, hongos pero nada. Y no me trataba porque yo me estaba tratando y como no se me quito, fue como acudí a medicina familiar y ahí me trataron casi como un año o año y medio con tratamientos y tratamientos, me daban para la infección o ampicilina durante un mes o dos meses, después me dieron Ketoconazol para los hongos yo me imagino y me dieron como cuatro tratamientos. Con estos tratamientos no observe ningún mejoramiento, quedaba*

---

<sup>65</sup> Entrevistado 13

*igual, entonces me mandaron para acá, a siglo XXI y me dijeron con una biopsia que era psoriasis”* <sup>66</sup>

*“si supiera porque ocurrió esto ya le hubiera puesta un remedio, usted cree que es agradable o no es nada agradable que una mujer tenga las manos así, así como cuando se le hinchon las manos a uno y le salen burbujitas y ya, se van extendiendo y yo me fui poniendo niconazol y tomándome el esporanex, porque me dieron muchas cajas de esporanex, y eso no se me olvida esto primero me nació en la mano derecha y después en la mano izquierda, haciéndose un espejo, tal cual me salía en la derecha, exactamente me salía en el mismo lugar de la izquierda, yo tengo un niño de 9 años y cuando lo estaba chico como de un año, pues lo cargaba, una vez me caí y me raspe una rodilla y de ahí me empezó a salir psoriasis, por los nervios y de una lesión me sale psoriasis. En una ocasión me caí con mi hijo, y me raspé la rodilla, ah pues ahí me salió la psoriasis y fue una placa grande, también cuando me sacaron sangre del pie en vez de hacerme un moretón se me hizo una placa de psoriasis y después me sale en el codo derecho y me sale en el otro codo izquierdo, como todo paciente de psoriasis, que no se sabe porque y además que se sabe poco de la psoriasis y mi lado más afectado en el cuerpo por la psoriasis es el lado izquierdo”* <sup>67</sup>

*“en el noventa y dos, en agosto, empezaron a salir las burbujitas y después se empezó a extender y extender por todos lados y a salirme en el otro brazo y fui al doctor y me recetaron para la micosis, ahí ya tenía dos hijos, uno nació en el 84 y el otro en el ochenta y cinco, ahí ya tenían siete y ocho años y yo ahí tenía laborando 8 años en el Seguro social y yo estaba bien, no tenía nada después de ahí me salieron más y como en mi trabajo agarro mucho el jabón por los niños; mi problema me afecto las manos, sí, el área más afectada son las manos, y se me fueron irritando más y más, estuve tomando esporamex, niconazol y nada, hasta que se me fue haciendo más grande y más grande y más grande y ya hasta que me hicieron y me mandaron con: el médico familiar me mando a Gabriel Mancera*

---

<sup>66</sup> Entrevistado 10

<sup>67</sup> Entrevistado 11

*y de Gabriel Mancera al médico familiar y de el médico familiar me mandaban a medicina del trabajo y ya no sabían que hacer conmigo, hasta que me mandaron como un reacomodo laboral porque a mi me lo manejo el doctor como dermatitis atópica, y nunca me hicieron el reacomodo laboral, hasta que llegue al Siglo XXI y me dijeron que tenía Psoriasis y la causa me dijeron que era el jabón, el frio, el agua, todo me afecta y esto es desde mil novecientos noventa y dos, hasta ahorita dos mil cuatro”<sup>68</sup>*

*“me dio hemofilia a los cuatro años y tres operaciones a los cuatro años de una traqueotomía, esa misma operación fue a los diez y a los dieciocho años, en la adolescencia pues otra vez la hemofilia y hepatitis C, ahora de adulto es la hemofilia y la psoriasis, pero según esto la psoriasis es pasajera porque me dieron un medicamento que estuve en tratamiento, el interferón ya que llevo tres tratamientos de interferón y siempre me da resequedad en la piel y no pasaba de que me pusiera crema, pero ahora se presento más fuerte con resequedad y con mucha picazón. He consultado otras formas de tratamiento la loción de agua de rosas, filtro solar y después hidrocortisona, yo siento que si tomara más interferón me aumentaría la enfermedad”<sup>69</sup>*

Retomándolo del primer capítulo Fry (1977) comenta que un brote de psoriasis puede desencadenarse por un traumatismo (heridas, golpes, quemaduras solares, etc.), el estrés psicológico, cambios hormonales (menstruación, embarazo, menopausia), procesos infecciosos de piel o vías respiratorias, y ciertos fármacos contraindicados como: sales de litio, Aines (indometacina), cloroquina, interferón alfa, betabloqueantes y antagonistas del calcio. En algunas personas los cambios hormonales pueden provocar mejorías. El exceso de alcohol y de peso perjudican. Además las condiciones ambientales (temperaturas extremas, polvo de cemento, entre otras) pueden agravar el estado del afectado.

---

<sup>68</sup> Entrevistado 11

<sup>69</sup> Entrevistado 07

*“esto me salio desde que me alivie de mi hijo y empezó esto en febrero y va hacer dos años y yo siento que agarre alguna infección en quirófano, porque despucito me salió lo del oído y empecé con este problema y ya no trabajaba, yo me alivíé por parte de mi seguro social, porque mi esposo tiene también su seguro social y yo por mi parte pues me alivie normal, ya vez que te pagan 40 días antes de que te alivies y 40 días después que te alivies y ahí me di cuenta que tenía el problema de mi oído tres meses y mi hijo tenía tres meses”*<sup>70</sup>

*“ya voy para los veinte años con lo de la piel, fíjese que primero me salió en la pierna derecha y luego en la otra pierna, también mis pies no los soporto en especial entre los dedos y la planta de los pies, por eso yo sufro cuando salgo a la calle o me tienen que comprar zapatos, soy muy especial para los zapatos. Primero se me empezó a hinchar la pierna derecha y pensé que era ácido úrico, me hacían estudios y nada, no salía nada, salía que estaba bien, luego me empezaba a dar bastante comezón y a empezarme a descarapelar la piel, y me ponía mucha crema pero nada me hacía, cuando vine al dermatólogo me empezaron hacer estudios y no sabían que tenía, hasta que me hicieron una biopsia, pero para esto yo ya tenía las dos piernas y los dedos de los pies descarapelados, hinchados, con bastante picazón y me asuste mucho, luego me dijeron que tenía principios de psoriasis, de ahí me dieron medicamentos, entonces pues que le puedo decir, que a veces me hacen y luego hay veces que no tanto”*<sup>71</sup>

*“mi problema en la piel empezó hace unos diez días, y pensé que era una resequedad nada más, empezó en el pómulo izquierdo y luego fue avanzando en esa área de la cara y luego se fue al pómulo derecho y luego empezó a irse al cuello y llego al abdomen, la semana pasada tuve cita con la nefróloga y me receto cortisona en crema, dos veces al día y que al terminar un tubo, de esto fuera con el dermatólogo ya tenía mucha resequedad, ronchitas rojas, de hecho*

---

<sup>70</sup> Entrevistado 12

<sup>71</sup> Entrevistado 15

*empezaron a salir ronchitas rojas de agua, ahorita que me están dando la crema de cortisona pues ya no, y pues lo que hago es ponerme crema cada rato, y que no se vea la resequedad, siento la piel tan seca que tengo la necesidad de estarla lubricando constantemente”* <sup>72</sup>

*“las enfermedades que he tenido desde chica muy frecuente ha sido gripa, de hecho a los veinte días que nací lo primero que me dio fue gripa, y es muy frecuente la gripe y tos me dan casi cada mes. Mi problema de la piel pues fue aumentado y empeorado de hecho cuando se me viene mi periodo menstrual se agudiza más mi problema, es una semana antes como cinco días antes y cuando termina mi periodo baja el problema de la piel. Antes me ponía mascarillas de gel, las que venden en Avón, que te las pegas y pasa el tiempo y se despegan para supuestamente quitar lo de la piel”* <sup>73</sup>

Fry (1997), comenta que la psoriasis parece ser un trastorno hereditario, ya que puede estar relacionado con una respuesta inflamatoria en la cual el sistema inmune accidentalmente ataca las células del propio cuerpo. Se puede presentar con más frecuencia en el tronco, los codos, las rodillas, el cuero cabelludo, los pliegues de la piel o las uñas de las manos, pero puede afectar cualquiera o todas las partes de la piel.

*“el problema de la piel, me empezó hace tres años, desde que empezó mi regla, ahorita como me vez está calmado porque me dieron tetrasiprina, pero hay veces que esta mal y me vuelve a salir, esto solo me ha salido en la cara y a veces la tengo hinchada de un lado y a veces de otro. Yo creo que es hereditario porque mi papá lo tiene y mi abuelo también, cuando fueron los problemas con mi papá yo siento que me perjudico un poco, mi problema en piel se agudiza cuando estoy estresada, mi piel se enrojece y mis lesiones también se enrojecen, por ejemplo mi trabajo es muy estresante ya que te hacen que hagas de todo, como el corte de*

---

<sup>72</sup> Entrevistado 18

<sup>73</sup> Entrevistado 09

*caja, la cocina, etc., ahorita ya me acostumbre, antes era muy estresante, ya tengo un año con ocho meses”<sup>74</sup>*

Otros tratamientos pueden comprender la exposición moderada a la luz solar o la fototerapia. La piel se sensibiliza aplicando un ungüento a base de alquitrán de hulla o administrando psoralenos orales (un medicamento que hace que la piel se torne sensible a la luz). Luego, la persona es expuesta a la luz ultravioleta. Se debe evitar la quemadura solar que puede empeorar la condición. (Fry, 1997) Pareciendo que de entrada la piel de la persona con psoriasis es delicada y demasiado sensible igual como lo es emocionalmente la persona, como si los cambios climáticos avisaran y dieran un vistazo a la personalidad de el individuo, ya que comentan que con el sol es un detonante de su padecimiento.

*“mi mamá es diabética y en cualquier momento sabía que la iba a padecer, además este padecimiento se me aceleró más, cuando yo trabajaba en un taxi y me asaltaron cuatro veces, esto me aceleró mi diabetes. Pero bueno la psoriasis aparentemente me aparece como una dermatitis solar en la cual empezó en el cuero cabelludo, en específico en el centro del cráneo, me empezó como una descamación y se me fue regando hacia la cara y me salió como una especie de salpullido y en los brazos me pareció ser una dermatitis solar y acudí al dermatológico en el Pascua y ahí me atendieron muy bien y me vieron en el estado en que llegué y me recetaron inmediatamente y me hicieron una biopsia y hasta julio, que ellos me dijeron que no podían seguir con mi estudios y me indicaron que si tenía IMSS o ISSSTE, pues que ellos me hacían una historia hasta donde llegaron, para que se las entregara a los médicos correspondientes de mi clínica. Pero en realidad no tengo idea el porque me sucedió esto, más bien al estar recordando este padecimiento pues ya lo tenía desde hace cinco años pero era una descamación solamente en el cuero cabelludo y que al tratarme con shampoo pues se me quitaba o se me calmaba, había en ocasiones que se me caía el cabello y que lo tenía sin raíz como ahorita lo tengo y volvía a salir nuevamente el pelo. Pero me alarmé porque esta última vez me salió en la cara*

---

<sup>74</sup> Entrevistado 09

*(comienza a llorar) como si me hubiera quemado y me dio angustia y al verme los brazos también, es que tenía un cuadro muy preocupante, claro que a mi familia no les mostré esta preocupación, porque pensé que no debería de preocuparlos y por eso, hasta la fecha le he tomado mucho interés a mi padecimiento, porque los médicos del centro dermatológico me dijeron que me podía afectar hasta la vista y que sería incurable y que no me angustiara (comenzó a llorar aún más) pero si me alarma y me angustia”*<sup>75</sup>

*“dicen que es de nervios, pero yo conozco a un dermatólogo que es del internado donde estoy y estuve yendo cerca de tres años y dice: es mala suerte que te toco y me dijo nosotros los médicos, estudiamos y estudiamos y no mija, es falta de pigmentación en la piel, pero no te preocupes, no pasa nada. También creo que es por el clima, cuando hace mucho sol o mucho frío, lo malo es que ha ido empeorando, porque es chistoso de repente se quitan y luego aparecen otra vez, como que no le doy tanta razón al doctor Sta Maria, que sea de suerte; todo mundo está aferrado a que la enfermedad es de nervios y luego digo yo tengo todas las enfermedades porque soy muy nerviosa y yo sola me regaño, por lo del asma, artritis reumatoide, esclerodermia, anemia y luego me daba por vomitar, porque me dan complejos por estar gordita y a veces no como o como poquito y luego si como mucho pues vomito”*<sup>76</sup>

*“me dio hepatitis cuando era niño y pues me daba gripe seguido, en la adolescencia, tuve lo de la piel desde hace ocho años, pero es raro porque aparece y desaparece, estuve yendo con una Psicóloga porque eran cuestiones que traes y has de cuenta que me enseñaba a relajar y sacar todo lo que traía y los dermatólogos cuando iba me decían que estaba enfermo, yo siento que también me dio por el sol, porque hay veces que desaparece y luego aparecen o se intensifican mucho o luego se desaparece y tengo que usar manga larga para que no me de el sol. La piel se empeora con el estrés y con el sol y cuando estoy relajado no me aparece”*<sup>77</sup>

---

<sup>75</sup> Entrevistado 07

<sup>76</sup> Entrevistado 16

<sup>77</sup> Entrevistado 08

*“la enfermedad no se me desató hace un año, la enfermedad la tengo desde chico pero hace un año se me complicó, y nunca se me había complicado, y por eso dejé de tomar ya que tomaba cada semana y lo deje el alcohol porque primero porque me internaron y después por tomar medicamentos, y deje de ir a la escuela y deje de ver a mis amigos y deje de tomar porque me hacía daño ¿no? y sabía que me hacía daño. Mi mamá me dijo que me iba aliviar y que estaban preocupados, pero como no sabían lo que tenía en la piel, y como no sabían que me estaba pasando y pues como yo no sabía lo que estaba pasando y a lo mejor no estaba asimilando lo que estaba pasando, pues el doctor le dijo a mis familiares que tenía cáncer y se espantaron, porque estaba muy mal, y no solo en los pliegues, sino en todo el cuerpo hasta en la cabeza, igual las manos y mi piel era roja y mis familiares al decirle que tenía cáncer se espantaron y me dijeron que no era posible. Después me trajeron acá (la entrevista se efectuó en el Hospital Siglo XXI, en el servicio de dermatología) al hospital, y aquí me dieron otro diagnóstico y pues se preocuparon mucho, yo me acuerdo cuando era chico se me ponía la piel roja y me daba comezón fue como a los ocho años pero eran por periodos, y eran cada vez que eran cambios climáticos y en cada estación del año como primavera, me salían manchas rojas en los pliegues de los brazos y atrás de las rodillas, ah! también en el cuello”<sup>78</sup>*

*“tengo cuatro hermanos, yo soy la mayor; le platicaba al doctor que cuando mi mamá no estaba con nosotros y ahora que apareció, ella también tiene el problema de psoriasis, o sea, ella se fue a vivir a Michoacán y ni ella ni yo sabíamos que teníamos lo mismo, de hecho ella pensó que le habían hecho brujería, que mi papá le había hecho brujería, pero casi al parejo, a ella y a mi nos empezó a salir la enfermedad al mismo tiempo pero no sabíamos porque ella se fue y se olvido de sus hijos y de todo. Yo en vez de ir con un brujo fui al dermatológico de Pascua y me dijeron que era psoriasis y es lo mismo que me dicen aquí (Siglo XXI), y mejor me quedo aquí; fui hace un tiempo a un leprosario*

---

<sup>78</sup> Entrevistado 06

*y tampoco sabían que tenía y me pasaron con el director y me vio la directora y me dijeron que no sabían y mejor me quedo aquí, con respecto a la brujería no creo en eso (bajo la voz), o sea, si creyera pues a la mejor ya hubiera ido y eso me da risa”<sup>79</sup>*

*“El problema de psoriasis lo tengo desde hace quince años y si ha aumentado, pues empecé con una como la moneda de un peso de ahora y nunca me la pudieron curar y esta apareció en la mano izquierda y luego a los dos o tres años todo fue subiendo tras, tras, tras (tocándose el brazo izquierdo, el pecho, la espalda) en todo el tronco y eso fue en la clínica ocho y ahí yo reclamé porque nunca me recuperé y ahí fue adonde me mandaron y tuve relación con el doctor Arévalo y el me quitó la mayoría, pero esta enfermedad también bajo a la espalda, las nailons, las piernas, el estómago, los brazos y el doctor Arévalo me limpió todo y siempre me quedo el de las manos, pero vamos a decir que con el siempre desde once u doce años siempre he estado con él y bajo, subo, por ejemplo ahorita hace una semana empezó a declarármeme y ya estaba casi invadido y fue de la noche a la mañana, fue en brazos y estómago nada más, voy a tomar de escala del uno al diez y yo estaba en un tres en la escala, y digo ya voy ganando y después la enfermedad comienza a subir al seis y comienzo a enfermar y trate de ir a San Luis Potosí con unas personas que les dicen brujos y le dicen medicinas de hierbas ¿no?, hasta me comí la víbora de cascabel siempre estaba en la escala del cinco, y cinco y nada, él único que me ha recuperado es el doctor Arévalo”<sup>80</sup>*

*“cuando me empezó a salir la psoriasis y cuando iba en el pesero o en el metro y pues se me acercaba la gente y me veían que tenía esto en la piel y me hacían a un lado, hubo un tiempo en que me sentía mal hasta con mi pareja porque cuando me empezó a salir este problema me dije, pues a lo mejor agarre esta enfermedad en el hospital donde trabajaba, en oncología he ido con chocheros hasta*

---

<sup>79</sup> Entrevistado 11

<sup>80</sup> Entrevistado 04

*medicamentos de herbolaria y naturistas y no he visto mejoría, <y fui a dermatología del Pasqua y ahí sí, sentí mejoría y me dijeron que tenía psoriasis y ahí hay que llegar a las 5 de la mañana y haber si uno alcanza ficha y aquí desde que inicié con el seguro en el siglo XXI, me ha dado buenos resultados.”*<sup>81</sup>

- **De que manera la psoriasis a afectado mi vida familiar, social y laboral.**

A continuación enumeraré causas tanto familiares, sociales y laborales, que conllevan estados emocionales y que estos han sido externamente tocados por el padecimiento de la psoriasis, pero en las personas son tomados de manera aprehensiva. Recordando que la psoriasis traduce fracasos o una incapacidad de afrontar directamente el conflicto psíquico de cada individuo; de esta manera, la psoriasis es una respuesta a los conflictos, que cada entrevistado expresa en su sufrimiento por medio de su propio lenguaje corporal, aunado con la imagen y construcción de su padecimiento que ha sido elaborado durante todo el transcurso de su vida.

### **Familiar**

El apoyo familiar es importante siempre que se tenga un desequilibrio interno como las enfermedades, ya que al tener un soporte moral la saneación del cuerpo tendrá rápidamente una rápida recuperación. Ya que al interactuar en los momentos de la comida, se incrementa el calor en las relaciones humanas, ejerciéndose a la vez la comunicación y diálogos de los aconteceres significativos para las personas, así como aquellos sucesos desagradables que pasaron en el día ó a lo largo de su vida.

*“cuando me veo en el espejo y me veo la cara, a veces me siento bien o sino hasta un mounstro depende, mi mamá no me dice nada, o me observa y me dice que vayamos al doctor, ella me insiste mucho ir al doctor, mi papá pues a veces se preocupa, y cuando me ve me dice has sacado lo mejor de mi, ya que él y mi*

---

<sup>81</sup> Entrevistado 03

*abuelo tienen el mismo problema en la piel, de hecho él ya tiene muy poco en la cara y se trata con tetrasilina”<sup>82</sup>*

*“en mi familia me miman: saben de mi problema de enfermedad, saben que soy nervioso, entonces me tienen cuidados, no son groseros conmigo, son atentos, y muchas veces si los llevo a frenar y les digo que hay cosas que puedo hacer para que no me hagan inútil, aunque a veces si les digo que me partan un limón o me expriman un limón, porque si me cae en las grietas, pues me duelen hasta lo que no”<sup>83</sup>*

Los individuos con relaciones afectivas de apoyo y con una fuerte vinculación social enferman con menos frecuencia, se recuperan más deprisa y tienen un índice de mortalidad menor, la soledad y que nadie tenga la preocupación en la persona, afecta de manera profunda en el momento de la recuperación de enfermedades. (Ian Dermott, pag: 26) por ello es importante la vinculación con la familia, además como la siguiente entrevistada el apoyo de los hijos y la comunicación con ellos son fuerte apoyos que a la larga tendrá resultados en salud para la persona, siempre y cuando recordando que la enfermedad también es parte del reconocimiento de la persona, ya que sin dicho padecimiento la persona no tendría los cuidados y la atención que demanda, por ello las enfermedades son buenos pretextos como medios de obtención de amor y cuidados.

*“por la enfermedad me da pena ir por mis hijos a la escuela no me gusta que me vean la cara así, tampoco salgo a la tienda porque si necesito algo de la tienda me espero hasta que lleguen mis hijos de la escuela”<sup>84</sup>*

## **Social**

---

<sup>82</sup> Entrevistado 09

<sup>83</sup> Entrevistado 13

<sup>84</sup> Entrevistado 20

En un estudio que realizaron en Alameda County, California en 1979, por Berkman y Syme, fue un estudio longitudinal de once años “en el que se llevo a cabo un sencillo registro de vínculos sociales de cada residente, que recogía el número de parientes y amigos íntimos que tenía cada uno, si estaban casados o no y su participación en grupos, formales o informales. Los que tenían pocos vínculos presentaban un índice de mortalidad entre dos y cinco veces superior al resto, y por ello con independencia de otros factores de riesgo como la bebida, el tabaco, el ejercicio físico y la obesidad. Esta característica se mantenía en ambos sexos y en todos los grupos socioeconómicos . Las personas que cuentan con un buen conjunto de amigos que las apoyan y en quienes pueden confiar muestran también una tendencia a gozar de mejor salud en general. Tener buenos amigos es un indicador bastante fiable de buena salud y de longevidad” (en Mc Dermott, 1996) Es importante tomar en cuenta que los entrevistados son personas aisladas, personas que no conviven o antisociales, es decir, los entrevistados tienden a ser reservados y no tener muchas amistades, por ello me pareció importante el retomar el mundo social de dichas personas. Además como su padecimiento es en piel, este tiende a ser mal visto por las personas, además de tener comentarios erróneos del padecimiento de la psoriasis.

*“La enfermedad de la piel me afecta, incluso en mi trabajo, me dicen ¿qué tienes? ¿qué te pasa? ¿te veo mal? Y la primer pregunta que me hacen es ¿es contagioso?, y pues esto me afecta, me afecta, me afecta mucho estar así. En el ego me afecta mucho más porque yo siempre he sido muy sano, ya que me gusta el deporte, convivir con la gente, platicar, leer y echarle ganas a la vida, siempre buscarle el lado positivo. Ya que para mi fue un cambio y digo, no se que me paso, o sea, este proceso si me a afectado y me sigue afectando; psicológicamente también. Ya que pues bueno, los doctores me dicen que asimile la enfermedad, su enfermedad no es curable es controlable y cuando usted vea que le sale la ronchita acuda inmediatamente al médico y ese fue mi error, ya que por mi trabajo, no tenía tiempo de andar viniendo, como dicen hasta no ver al niño ahogado no actuamos, es decir, hasta que el paciente esta*

*totalmente enfermo es cuando acude al médico y por que no antes y ese es el error de los pacientes.”*<sup>85</sup>

*“en el aspecto social, obviamente le han preguntado a mi esposa: oye ¿qué tiene tu esposo? Y les dice una enfermedad de la piel, ¿y se está tratando?, entonces, usted sabe que la gente de allá afuera no está preparada para la enfermedad, ya que dicen: oye ¿qué tienes? ¿es contagioso?”*<sup>86</sup>

El ideal de belleza está marcado y bien manejado por los modelos que utilizan los medios informativos y publicitarios para dar estatus y poder a la cultura y así obtener personas “borregos” siguiendo solo lo que les marcan, no teniendo un pensamiento crítico, solo dejándose mangonear por los discursos de la mercadotecnia, manejando mentes y cuerpos, y si no se cumple con la norma estipulada eres rechazado y no aceptado por el medio donde te desenvuelves.

*“en mi trabajo al principio sí, sentía el rechazo o que pensaban que tenía roña o enfermedades en la piel y trataba de tapar mi piel, pues se siente uno mal como que lo rechaza la gente y sentía que los contagiaba y hubo un tiempo que me empecé aislar de muchas amistades, dejé mi vida social, las fiestas y el alcohol, ya que, pues el alcohol me repercute porque me di cuenta que las últimas veces que tomaba cerveza amanecía muy reseco de mi piel y con malestares, junto con los dolores de la artritis y se me inflamaban las manos y los dolores”*<sup>87</sup>

*“amo a mi enfermedad, no escondo mi enfermedad ¿sí?, lo que si me limito es cuando me invitan a comer a un restaurante les digo que no puedo mano ¿sí?, en cierto momento cuando me llega a sangrar me pongo los guantes, porque la gente no sabe de mi enfermedad, por ejemplo cuando paso el pasaje y digo: puede pasar mi pasaje y le hacen así (el señor imita a las personas, colocando su cuerpo erguido y alejado,) esto me da risa, todo me da risa, aunque, detrás de la risa del*

---

<sup>85</sup> Entrevistado 01

<sup>86</sup> Entrevistado 01

<sup>87</sup> Entrevistado 03

*payaso triste no hay nada, aunque hay cosas profundas que si me duelen, pero eso de que mi mano me la vean, pues no y cuando me preguntan ¿qué tiene en su mano? Le contesto psoriasis, y me dicen es que si usted va con tal persona, y yo les digo ustedes ni saben mejor atiendan a su marido o les pregunto saben que es la psoriasis y la gente no saben lo que dicen, esto me molesta, me molesta la ignorancia y lo curioso y no les da pena, se supone que yo soy hijo del Señor, estoy recurriendo a Dios a través de usted y a través de los doctores y en mi oración, para que me de la fortaleza, yo se que mi enfermedad es incurable, yo no puedo decirle alíviame, no, mejor dame fortaleza para soportar, porque es mía”<sup>88</sup>*

Desear tapar las marcas de la psoriasis en la piel, es tapar síntomas de aviso de problemas internos, provocando más tensión en las mujeres, mayor estreñimiento ya que no cumplen con el estereotipo marcado, probando productos supuestamente milagrosos cayendo en la frustración y decaimiento de los ánimos, coraje e impotencia al no conseguir lo que prometieron dañando aún más la piel, haciéndose sentir con ansiedad, mayor inseguridad y con la famosa autoestima baja, colocándose etiquetas como feas o feos.

*“en mi vida social pues hay veces que no me dan ganas de salir y más por lo que nos han pasado, por mis manos y por las tragedias.”<sup>89</sup>*

*“procuro usar ropa de manga larga por las manchas y la verdad ya me acostumbre y cuando las personas ven mis manchas pues de repente pues si, me siento media extraña y con pena, hay personas que me preguntan y les tengo que decir y explicar, aunque no se les voy a explicar todo, por ejemplo en el banco o el supermercado cuando me preguntan, les digo que no tengo el tiempo suficiente para poder explicarles”<sup>90</sup>*

*“antes no me ponía maquillaje pero ahora sí, porque el doctor dice que no me afecta ponerme maquillaje, lo de mi piel es muy molesto y me da pena porque*

---

<sup>88</sup> Entrevistado 04

<sup>89</sup> Entrevistado 13

<sup>90</sup> Entrevistado 14

*todos se me quedan viendo en la calle más que nada, no tengo nada en el resto del cuerpo, esa pregunta ya me la han preguntado aquí (en dermatología del Siglo XXI) pero no es tan grave lo que tengo, no acostumbro vestirme con ropa holgada solo cuando voy a fiestas me voy algo escotada, casi siempre uso ropa que me tape”*<sup>91</sup>

*“la psoriasis me afectado porque no salgo a las fiestas, trato de no salir, cuando me invitan a que vayamos algún lugar pues prefiero no ir y quedarme en la casa y fíjese que ya a mis últimos días de estar trabajando, pues tenía dolores y con mucha inflamación en la pierna derecha y cuando me jubilo, se desata más mi problema, los doctores no me dicen porque es, pero yo creo que era también por el tiempo que permanecía parada por mi trabajo. Ya que se me agudiza el problema cuando permanezco mucho tiempo parada o estoy molesta y se aminora cuando estoy en casa descansada y no ando caminando o no tengo problemas con mi esposo”*<sup>92</sup> E15

*“me da coraje esta enfermedad de la piel, pues digo chin, porque me salieron, si yo fuera como las otras muchachas hújule, como las del internado, pero ahí nadie te critica, pero no, yo quisiera en los camiones enseñar mis manos y pues me da pena enseñar mis manos”*<sup>93</sup>

*“cuando estaba en tratamiento en la clínica, yo comía en el comedor del trabajo o sino calentábamos en el microondas y comíamos y mi compañera y yo compartíamos la comida, me decía traje esto, entonces yo como no sabía si esto se pegaba yo tenía cuidado de tener mi cuchara, mi plato y mi vaso, no quería que mis hijos ni nadie compartiera mi plato, entonces les decía no quiero que nadie toque mi plato ni mi vaso, ya que me salió esto cerca de la boca y que tal si les pegaba esto, me daba miedo y me sentía mal que se les pegara. En el trabajo me daba pena comentar y compartir los alimentos, y yo no les decía nada, entonces opte por llevar mi plato y mi cuchara y no dejaba que agarraran mis platos y si, me*

---

<sup>91</sup> Entrevistado 09

<sup>92</sup> Entrevistado 15

<sup>93</sup> Entrevistado 16

*sentía mal a veces me sentía tan mal, que cuando salíamos a comer, ya no salía porque tenía miedo que vieran mi boca o cuando agarran mi cuchara se les pegara, pero el doctor me dijo que no se pegaba, pero me daba miedo por ellas y con mis hijos, a pesar de que el doctor me dijo que no se pegaba seguí no compartiendo mis platos; y con mi esposo la relación era más distante, ya ni le daba beso ni nada, me sentía mal.”*<sup>94</sup>

*“la gente que se fija que mi piel esta muy reseca y pues les digo que tengo hepatitis crónica y que acabo de tener un tratamiento, que soy delgada y me dicen es que a parte de que estás muy delgada, tú piel se ve muy reseca, inclusive te ves muy mal; con esto yo les digo que no se preocupen que tengo esto de mi piel, pero que nada tiene que ver con mi problema de hígado, a parte mi familia cree que voy a partir muy pronto por la cuestión de mi hígado”*<sup>95</sup>

*“desde chica siempre he sido muy enfermiza de la gripa y ahora con las reumas en las manos me siento inútil, porque todavía me sigue dando mucha gripa, además con esta enfermedad que me dio en la piel de la cara y el cuello ya ni quiero salir de mi casa”*<sup>96</sup>

## **Laboral**

El área laboral es uno de los lugares importantes en la vida de los entrevistados, ya que más de la mitad del tiempo del día lo pasan en este espacio, el cual es un lugar de interacciones sociales e igualmente proclive a crisis psoriasicas, ya que si la o él entrevistado no se siente satisfecho o a gusto en su lugar de trabajo, esto repercutirá de manera sistemática en su cuerpo, por ello catorce entrevistados tienen horario de descanso sábado y domingo, mientras que para cinco entrevistados no tienen horario fijo y solo un entrevistado descansa los domingos. Como si no fuera importante el descanso y tomándose muy en cuenta que el cuerpo humano es una máquina que puede ser aguantadora, que bien se

---

<sup>94</sup> Entrevistado 10

<sup>95</sup> Entrevistado 18

<sup>96</sup> Entrevistado 20

tienen metido en la cabeza el pensamiento de Descartes al creerse máquina y esto pasa con lo entrevistados.

*“bueno en la empresa tengo un año con ocho meses y de tres meses para acá, solicite mi cambio de horario por mi enfermedad, ya que tenía la necesidad de asistir a mis citas con el dermatólogo. Entonces al autorizarme mi cambio, lo obtuve hace un mes y ahorita estoy trabajando de noche de siete de la noche a siete de la mañana, yo trabajo de doce por treinta y seis,, es decir, trabajo doce horas y descanso treinta y seis horas y después vuelvo a incorporarme al trabajo y así es el rol”<sup>97</sup>*

*“tengo en todo el cuerpo las marcas de la psoriasis, y en función a la ropa que uso de manga larga y con las personas sabedoras de mi problema se hizo costumbre que yo estaba enfermo, al entrar a la compañía de luz no estaba enfermo y después de quince años empecé a estar enfermo y ellos conocieron mi enfermedad, e intenté por medio de compañía de luz que me incapacitaran pero no fue posible en medicina de trabajo porque no lo requería puesto que mi trabajo era desempeñado al 100 por ciento como profesionalista, entonces no era mi trabajo de tensiones y me hicieron un estudio a que mi trabajo no era que me estuviera subiendo a los postes de luz o de alta tensión, entonces, pues no me incapacitaron”<sup>98</sup>*

El querer buscar culpables respecto a la enfermedad no lo hay, ya que simplemente la forma en que se haya cuidado uno es la forma en que el cuerpo también, los entrevistados tienen la firme creencia que la psoriasis ha estancado su vida, la ha hasta en muchos casos inútil y con ganas de hasta no desear salir a trabajar o a la calle, sabiendo que la psoriasis es simplemente un síntoma, un aviso y no por ello se tenga pena y ocultarla, ya que solo es consecuencia del maltrato que se le ha hecho al cuerpo.

---

<sup>97</sup> Entrevistado 01

<sup>98</sup> Entrevistado 02

*“esta enfermedad me repercute porque hay un cansancio desde hace cinco años, es un cansancio que ya no rindo lo mismo y por eso también dejé al otro trabajo, hay días que amanezco y me levanto como si hubiera caminado durante toda la noche y amanezco muy cansado y lo único que hago para no sentirme así es bañarme con agua lo más calentito en la mañana y después hago mis ejercicios y yo creo que mi cuerpo ya se adapto porque hago eso diario”<sup>99</sup>*

*“cuando me empezó a salir esto en la piel, pues al principio tuve pena, porque yo trabajo con niños y sus mamas me veían mal y pues sentiría igual, porque si yo dejara a mis hijos o a mi bebe con gente enferma pues también desconfiaría viéndole las manos a las personas que lo atienden; y yo pensando que los voy a contagiar y lo hacen sentir a uno mal, la otra vez estaba un niño con dermatitis atópica pero no paso nada y lo que si me hace sentirme mal es revisarle las uñas a los niños o a los bebes que pasan por el filtro y luego me desespero porque no puedo hacer las cosas y se me hace el dolor y el no saber hacer las cosas pues me siento mal, porque mejor extendiendo las manos y no hago las cosas, porque a mí me gustan hacer muchas cosas o luego unos parches que me pongo de ocho días, que son el esteroide abajo y el parche encima y el estar así con las manos estiradas, viendo televisión o leyendo pues no, porque ni cocer ni nada, servir la comida en vasos de unicel porque no puedo lavar”<sup>100</sup>*

Otra de las cuestiones que son importantes es el lugar físico donde se trabaja, si tiene luz, de que material esta construida la oficina o el lugar donde se trabaja, todo ello conlleva un bienestar en la salud del cuerpo, ya que si es en un lugar frío y húmedo tendrá repercusiones en los huesos teniendo aparte de la enfermedad de la piel, reumas o padecimiento en los huesos. La vista que se tenga también es un factor importante en el estado emocional, ya que si mientras tenemos una vista llena de coches que van a velocidades rápidas o mucho ruido,

---

<sup>99</sup> Entrevistado 03

<sup>100</sup> Entrevistado 11

tendremos seguramente irritabilidad e intolerancia y al contrario si tenemos como vista árboles que armoniosamente sus hojas se mueven con el viento, hasta la tensión arterial baja, volviéndose armoniosa.

El lugar físico donde laboran los entrevistados, para cinco personas son en escuelas, donde solo una mujer y un hombre imparten clases, los otros realizan otras actividades como de vigilancia, reparando computadoras y cuidadora de niños. Dos hombres trabajan encerrados en una oficina; un hombre y una mujer su lugar físico es la cocina; para dos hombres ya jubilados su lugar fue en una fábrica, mientras que para una mujer es trabajar afuera de una fábrica; dos hombres son mensajeros, uno trabaja con su medio de transporte el carro y el otro a pie. Una mujer jubilada laboraba en el laboratorio de el hospital Siglo XXI, en cambio otra mujer labora en el hospital como administrativo. A otra entrevistada que es Lic. en Trabajo Social labora en un internado realizando actividades de terapia física. Y un hombre tiene una vulcanizadora y vende llantas.

*“yo manejo muchas cosas de papeles y por desgracia cuando hay grietas en mis manos, pues el canijo papel se mete y muchos ardores o al escribir a máquina me duele, y llegan a molestar mucho. La enfermedad me minimiza al agarrar las cosas, me lastimo, las cosas sólidas como por ejemplo: al tener muestras físicas en el trabajo de cerámica, piedra, accesorio de baño pues me llego a lastimar o me causa ardor, así es”<sup>101</sup>*

- **Cuales son las situaciones que empeoran mi enfermedad.**

Para cada persona, cada entrevistado, tienen sus crisis detonantes, las cuales serán dependiendo de las actividades de la persona, su alimentación, su lugar de trabajo, sus emociones, entre otras cosas, por ello busque un apartado referido a las crisis psoriasisicas de los entrevistados, ya que son seres humanos diferentes y únicos, los cuales no pueden ser generalizados, “la salud y la enfermedad son experiencias subjetivas. Cada cual las define como quiere, sobre

---

<sup>101</sup> Entrevistado 13

todo a partir de sus propias sensaciones. No existe un <salutómetro> que mida objetivamente la salud, ni <dolorómetro> que mida objetivamente el dolor.”<sup>102</sup> Y la pregunta forzada es ¿porque seguimos encasillando y generalizando enfermedades queriendo dar diagnósticos a la población, y generalizando padecimientos?, por favor, entendamos que las personas son diferentes y todas ellas tienen su propia construcción de su enfermedad ya que cada individuo puede influir en su salud física; y que su cuerpo es una parte integrante de cada quien, no algo que falla en ocasiones, además tiene una capacidad impresionante para aprehender y para sanar, es decir, cada persona es única y no existe tales recetas de salud para todo el mundo, ya que cada quien la tiene que encontrar en su interior y en los cuidados que se le haga al cuerpo.

Por ello existen tres grandes modos de medir la salud general de la población. En primer lugar, la mera supervivencia: la mortalidad infantil. En segundo lugar, lo bien que uno vive; esto puede saberse, más o menos, por los días de trabajo perdidos por enfermedad. En tercer lugar, el tiempo que uno vive: la mortalidad adulta y la esperanza de vida. La práctica médica moderna, los sistemas de prescripción facultativa y de hospitalización tienen una influencia de menos de un diez por ciento en estos índices estándar. El resto viene determinado por factores sobre los cuales el médico tienen muy poco o ningún control: cantidad de ejercicio, condiciones sociales, hábitos alimentarios, calidad del aire... En otras palabras, por condiciones sociales y ambientales y por el modo de vida individual.( Mc Demott,1996,)

*“Esta enfermedad se me hace más fuerte en los exámenes y cuando estoy con un poco de presión y tensión, a veces es difícil manejar esto y por la carrera en la que estoy química es pesada, a veces en los exámenes estudio lo mínimo para no preocuparme, por que si no paso el examen es peor y le hecho todas las ganas y luego me da comezón la piel, por eso trato lo menos de estresarme porque me da*

---

<sup>102</sup> Mc Demott, I., PNL para la salud, España: Editorial Urano, 1996, pag: 16

*comezón la piel y en las noches, pero cuando estudio más se me olvida lo del examen y cuando me quedo pensando me da comezón y cuando me distraigo se me quita lo de la piel. Ahora a partir de la hospitalización veo las cosas de manera diferente me dan ganas de hacer más cosas, el mes pasado que estuve en el hospital sentía que no iba a salir y cuando salí fue como otra oportunidad y sentía que era tiempo perdido yo me sentía triste y decía porque me pasa esto a mí”*<sup>103</sup>

*“cuando estoy de nervios se me hincha la oreja como si tuviera una bola y ahorita le voy a decir al doctor ¿por qué me pasa esto?. Hace poco fuimos de paseo con los familiares y tu sabes que entre familiares tienes problemas económicos o de la comida, por decir, y eso me altera y me preocupo y me aparece lo de la oreja, mi problema lo relaciono con la preocupación también de que tengo que llegar a ver a mi hijo y cuando vaya a vender a la fábrica cada viernes; ya que en la fábrica vendo playeras, ropa interior de caballero y me preocupa no llegar a cobrarles por que ellos salen a la una”*<sup>104</sup>

*“mi mamá me dice del problema en mi piel que está muy preocupada, de hecho no le comento muchas cosas, ni del todo porque ella ya es de edad muy avanzada y con algunos padecimientos y ella es demasiado nerviosa, sus nervios me desesperan, se le sube la presión, le falta el aire. Yo por ejemplo s, he tenido ciertos problemas con la presión baja, pero no es constante que se me baje, esto me pasa cuando tengo carga de trabajo, cuando tengo preocupación y en los extremos de los climas porque cuando hace calor se me ponen rojas y me pican y cuando hace frío la piel se me seca demasiado yo espero que ojalá haya solución, porque cada día me acostumbro más y si me preocupa que tenga otros síntomas como insomnio o luego mucho sueño o subo de peso, siempre e sido de complejión robusta y pues no me gusta hacer ejercicio, trato pero no me gusta. Cuando me veo en el espejo me da desesperación y me enoja; no tengo bien*

---

<sup>103</sup> Entrevistado 06

<sup>104</sup> Entrevista 12

*definido con quien estoy molesta, aunque me molesta que no encuentren la cura y no es con los doctores, pero no se porque no pueden encontrar la cura”* <sup>105</sup>

*“cuando estoy preocupada por mi tía, mi esposo o por la nieta, pues ni me puedo parar porque las plantas de los pies no las tolero, ni mucho menos entre los dedos, hasta me sangran, por eso ni me pongo zapatos, tengo zapatos pero tienen que estar muy aguaditos y la plantilla tiene que ser suave, para que no se me irriten y me sangren los pies. Al principio me ponía cremas de almendras y luego fui a bañarme aguas azufradas y no vi mucha mejoría, entonces pues deje de ir, aparte como son hasta por Michoacán, pues tampoco podía estar yendo hasta allá, entonces se mejoraba cuando estaba allá, pero cuando regresaba volvían los mismos síntomas; mi esposo dice que soy exagerada y no me cree”*  
<sup>106</sup>

*“mi estado anímico baja, me entristezco cuando tengo esto en la piel y me aísto de la gente, a veces agacho la cara ante la gente y en el trabajo me aísto de mis compañeros para que no me pregunten de mi enfermedad”* <sup>107</sup>

- **¿Qué situaciones aminoran mi enfermedad?**

El principal efecto de muchos avances médicos es que, hoy, las personas son capaces de vivir más tiempo con sus enfermedades.(Mac Demott, 1991) Parece como si la población estuviera viviendo más tiempo y que esto en realidad está sobreviviendo junto con los medicamentos alópatas más que con una cultura de la prevención en cuanto a la alimentación como forma de hacer más longeva la vida. Pero ¿Qué situaciones aminoran mi enfermedad?, los entrevistados parecieran como si su psoriasis que está demandando atención y al mismo tiempo gritando que existe un desequilibrio endógeno o externo, parece como si la solución solo es de un mal pasajero, teniendo una actitud conformista al tener visitas con el dermatólogo, delegándole responsabilidad de la piel a él, ya que si

---

<sup>105</sup> Entrevista 14

<sup>106</sup> Entrevista 15

<sup>107</sup> Entrevista 19

no la es curada, etiquetándolo como mal médico; ya basta es necesario el responsabilizarse por su enfermedad y tomar cartas en el asunto a partir de una correcta rutina de alimentos, ejercicio, teniendo mayores redes sociales, realizando trabajos emocionales, entre muchas más actividades por cada quien, es decir, amarse.

*“no ha causado un grave conflicto la psoriasis, en estos seis meses que apenas la tengo, porque ha sido en las partes que se cubren con la ropa no hay problema, cuando me empezó a salir en la frente pues usaba crema y con la crema se desaparecía un poco y cuando se iba secando la crema pues me empezaba a salir y lo que usaba era una gorra y ya no se veía”* <sup>108</sup>

*“pues ha ido mejorando esta enfermedad, porque al principio se me reventaban hasta las yemas de los dedos, y como que uno se acostumbra al dolor y de repente me duelen pero tengo que hacer las cosas o pasar ciertas cosas al otro lado y estar agarrándolas, por ejemplo yo paso lista y los niños luego están llorando en mi trabajo y pues levanto a los niños y pues ni modo uno se acostumbra y les digo a los compañeros que están en incapacidad les regalo mi enfermedad y yo me vengo a trabajar y ahí es cuando uno dice: me duele, porque a veces ni me puedo limpiar cuando voy al baño, porque ni agarrar el papel para hacerlo cuarteadito para limpiarse, pues ni eso”* <sup>109</sup>

*“antes si me deprimía, antes era de llorar e ir aun lado y llorar e ir a otro y llorar, y a uno lo tratan y me dicen: ah por eso va a pedir incapacidad, y uno se llega a desesperar y estar yendo a trabajar con las manos horribles y pues de que me voy a deprimir y la depresión tengo ganas de estarlo pero hay algo que no me deja deprimirme y digo no tengo porque deprimirle, yo soy muy bromista, me gusta reírme y salir, todo ¿no?, dice una compañera que soy una niñota, yo trabajo con niños y mis hijos también me dicen que soy una niñota me gusta agradecerle a los*

---

<sup>108</sup> Entrevista 07

<sup>109</sup> Entrevistado 11

*niños y jugar con ellos, y si traen un patín pues juego con ellos, mis hijos me dicen: mamá vamos a jugar pues de repente juego con mis hijos los grandes y mi hijo el más grande estudia educación física y me dice que cuando estaba cantando con los niños, me dice: me acorde de una vieja loca”* <sup>110</sup>

*“las manchas se me mejoran cuando no estoy desesperada o nerviosa, aunque me incomoda en las reuniones o en las fiestas o cuando voy a cenar fuera, pero muy constante no es que me sienta mal.”* <sup>111</sup>

- **La medicina alópata de que forma me ha ayudado**

Es impresionante cuantos tratamientos alópatas funcionan rápido en diversas personas, pero en otras no. Jores (1961), habla acerca de este enigma y que es aclarado en un experimento, donde se probó un medicamento llamado placebo, con esto tuvo un gran encuentro ante la famosa poder del pensamiento. El emplea administrando una sustancia indiferente con la misma presentación exterior que el medicamento, de forma que ni el paciente ni el médico que da el medicamento, de forma que ni el paciente ni el médico que da el medicamento, de forma que ni el paciente ni el médico que da el medicamento a los pacientes saben qué es lo que toma o lo que tiene en la mano. En una serie de pruebas que un grupo de investigadores americanos llevó a cabo en pacientes con dolor de cabeza, resultó que aproximadamente el 40% del total de pacientes respondieron al falso preparado exactamente igual que al efectivo. Y con respecto al as tabletas que se daban en el dolor de cabeza se llegó incluso al 60%.

El transfondo psicológico de esta acción placebo en el grupo de pacientes que siempre responde al placebo y el otro grupo que no lo hacía nunca, descubrieron que los pacientes del primer grupo eran abiertos, abnegados y llenos de confianza, estaban habituados a tomar ocasionalmente tabletas y mostraban una actitud positivamente religiosa. Los otros eran reservados tenían su vida

---

<sup>110</sup> Entrevistado 11

<sup>111</sup> Entrevistado14

emocional bajo un control más fuerte, eran más críticos y menos abiertos y abnegados.

Otro punto importante a considerar aquí es la sugestión que es la influencia adquirida por un hombre sobre otro por medio de la palabra y de su actitud total; también está la actitud de la fe, en la cual si el médico cree en la eficacia de los medios prescritos por él y transmite su fe, mediante su actitud y diferentes manifestaciones inconscientes al paciente, éste cree en la capacidad de su médico y en la exactitud de sus prescripciones.

Diez (1976), comenta que el temor al fracaso por parte del médico que se deriva de sentimientos de inseguridad si se trata de un médico joven ó por la ambición de hacer pacientes por el éxito obtenido en ellos. La vanidad, el deseo de experimentar el poder y el dominio de uno mismo contribuyen a esta ambición y estos motivos ocultos son los que dan lugar al temor de encontrarse desenmascarado y expuesto por ser incapaz de llevar a cabo tan brillantes planes. Por eso cuando el paciente le pregunta porqué no ha funcionado tal o cual tratamiento el médico no puede responder “no estoy seguro” ó “no sé” y puede estar en peligro de tomar decisiones erróneas diagnosticando otra cosa. De esta manera cuanto mayores sean las defensas del médico contra su temor al fracaso, mayor la distancia que se establece en él y sus pacientes por su conducta autosuficiente y pomposa. Muchos pacientes se sienten intimidados y a merced del médico que se oculta tras una actitud altiva y rígida, con lo cual las relaciones francas y abiertas se hacen totalmente imposibles.

Por ellos los pacientes van en búsqueda de otros médicos, buscando siempre la respuesta, la solución, afuera de ellos mismos y así tomar la enfermedad como un escudo, haciendo de su padecimiento un refugio, es decir, a pesar de que las enfermedades son causantes de dolores físicos y decaídas emocionales, también tienen ganancias los enfermos como aquellas atenciones especiales, atenciones de amor y cuidados, por lo tanto, podemos decir que la

enfermedad despierta en los familiares aquello en lo que el paciente, quizá en su vida normal no hubiera podido obtener sino hasta que tuviera dicha enfermedad.

Así, él enfermo tiene un reconocimiento y un status ante el médico, los familiares y amistades, teniendo protección e importancia; al igual el paciente puede retirarse del mundo de los compromisos y enfocarse a él, teniendo mayor calidad de atención en sus sensaciones y emociones.

“La mayor parte de las dolencias se auto limitan –ciertas investigaciones sitúan la cifra en un 80 por ciento- es decir, la persona se cura a si misma tanto si hay intervención médica como si no. En muchos de los casos restantes, el tratamiento médico tendrá éxito (a menudo, espectacular). Sin embargo, en casos, un diagnóstico erróneo, un tratamiento inadecuado, los efectos secundarios perjudiciales de algún fármaco o las complicaciones posquirúrgicas pueden derivar en problemas iatrogénicos –es decir, causados por la intervención médica- en algunos pacientes.”<sup>112</sup>

La medicina tiene menos repercusión sobre nuestra salud de la que le atribuimos y nosotros, más de la que pensamos. Así se observa cuando no se puede acceder a un médico. En 1973, cuando los médicos de Israel estuvieron un mes en huelga, los ingresos hospitalarios descendieron en un 85 por ciento. El número de fallecimientos bajó en un 50 por ciento y alcanzó el nivel más bajo registrado. La anterior marca se había establecido veinte años antes, durante otra huelga e médicos. Durante un paro médico en el condado de Los Ángeles, en 1976, para protestar contra las elevadas primas de seguro por errores médicos, la tasa de mortalidad cayó casi un 20 por ciento y el número de intervenciones de cirugía, en un 60 por ciento. Al término de la huelga, la tasa de mortalidad se elevó rápidamente hasta niveles normales. Tales huelgas ponen de relieve que la

---

<sup>112</sup> Inglefinger, F., Heath: a matter of statistics or feeling?, New England Journal of Medicine 296, 1977, pag: 448 - 449

longevidad individual y la salud individual son responsabilidad de cada cual. (Mc Dermott, 1996)

Muchos síntomas son intentos del cuerpo para curarse. La inflamación ayuda a que llegue más sangre y líquido linfático a la zona afectada. La fiebre permite que el sistema inmunitario trabaje más deprisa. Cuando tenemos una infección, nuestro cuerpo produce sustancias químicas que elevan el nivel del <termostato> que controla nuestra temperatura, situado en el hipotálamo cerebral. Cuando el sistema inmunitario ha vencido la infección, esos agentes químicos dejando de producirse y el cuerpo suda en un intento de enfriarse. (Mc. Dermott, 1996)

*“siento que con el metrotexate, me ha ayudado bastante, es el que estoy recibiendo por parte de doctor en dermatología y esa me la ha controlado, de lo contrario me avivan mis placas y produce que se me agriete la piel, me produce escamas, comezón y desesperación, entonces con el medicamento se aligera y se me alivia bastante, al grado tal que en algunas ocasiones no se me llegan a notar, pudiéndome meter alguna alberca, porque luego no me meto en la alberca porque se me llegan a notan, y son altibajas, descuido, cuando tengo preocupaciones se me activan y las preocupaciones se puede decir que son sentimentales, de la relación que existe con mis hijos”<sup>113</sup>*

*“a veces es a una hora el desayuno y muchas veces no tengo nada que desayunar, y como tomo doce pastillas al día y sobre todo que me tomo el metrotexate para la psoriasis que es un proceso cada semana, y siempre amanezco con nauseas y me vomito y me hago un tesito de manzanilla y luego me inyecto la insulina y como esta no me la puedo inyectar en ayunas, me parto un pedazo de melón o papaya o plátano con yogurt y me tomo mi café con leche que me gusta mucho, con poco café nada más que se pinte y casi no consumo azúcar, ahora cuando como, procuro que no comer de un golpe ¿sí?, yo voy y*

---

<sup>113</sup> Entrevistado 02

*compro mi comida, a mi lo que me encanta es la sopa, psicológicamente siento que lo caliente me cae bien, entonces compro unas galletas de arroz que me gustan mucho y ya en la cena lo que den en el guisado, lo que sea carne de la que sea y pues la verdura la como en la sopa de verduras y esa es una vez por semana, me gusta mucho que sea picante mi comida”* <sup>114</sup>

*“fui con un doctor que trabajaba con medicina nuclear y también fui al acupunturista pues no me sirvieron, según el acupunturista me dijo que iba a ser un tratamiento muy tardado y me desesperé y ya no fui , pero para mi ya no fue suficiente, ahora con el doctor de medicina nuclear me empecé a sentir más mal y se empeoraron las cosas y me empecé a sentir más mal, yo le he preguntado al doctor por que tengo esta enfermedad y no saben me dicen que fue lo que tuve pero no me dicen cual fue la causa”*<sup>115</sup>

*“El doctor cuando me dijo que me iba a echar la permisona, me dijo que se me iba a hinchar la cara a subir de peso y que no me alarmara porque iba a ser consecuencia del mismo tratamiento y sí, eh subido de peso, pero me siento bien.”*<sup>116</sup>

*“me dan una crisis que se me descama todo, la piel se hace como cartón, yo le digo al doctor que la piel se descose, y aunque se ponga uno la pomada maravillosa que el manda, yo me pongo el promoglicato de clobetasol pues aunque me eche eso solo cuando me empiezo a poner mal, pero viendo que me compongo pues lo dejo, porque sé que es un esteroide de muy alta potencia y lo uso poco”* <sup>117</sup>

*“de mi problema pienso por que a mi, porque yo, y buscaba para ver con que me mejoraba como esencias de hierbas tara humaras, pero igual no me ayudo mucho*

---

<sup>114</sup> Entrevistado 04

<sup>115</sup> Entrevistado 06

<sup>116</sup> Entrevistado 10

<sup>117</sup> Entrevistado 11

*y ahora se que no, porque con esas la piel se me ponía roja, roja; lo único que hago es lo que me de el doctor, y que pienso que es una reproducción de células muy rápidas y que la producción de células en una persona normal es de 28 días y en cambio una persona con psoriasis es de una semana y que no hay muchos estudios en eso, y que no podemos agarrar jabón con agua, y ni el cigarro”<sup>118</sup>*

*“aquí en el siglo XXI estuve a punto que me cortaran mi oreja, porque dicen que ya no me sirve esta oreja, pero les digo que escucho, pero me dicen que el cirujano plástico me va a cortar la mitad de la oreja, porque ya no se puede, ni tampoco te podemos reconstruir otra oreja, entonces usted dice si se la quitamos y no me deje, entonces fui con este doctor de derma y me dijo, como crees, están mal, ahorita espere tres meses para ver si avanzaba pero no, lo siento igual, no avanzó pero lo que si tengo es la comezón en las noches y más cuando ya no estoy haciendo nada, me empieza a picar (comienza a reírse) porque cuando estoy ocupada, ni en cuenta, ni le hago caso”<sup>119</sup>*

*“tengo una vecina que me dice que me están haciendo brujería, porque me dice que si fuera mal del doctor ya se me hubiera curado y me han querido llevar con personas para que me echen las cartas pero como yo no creo en eso y no voy, y como el patrón donde trabajaba antes que era por aquí pues me mando con una señora que es naturista, pero la verdad como no cuento con dinero, la vez pasada que fui me dijeron que tenían que vacunarme para que se me desinflamara la oreja y pues dije a lo mejor con esto si me quitan y también que tenía que tener análisis de sangre y orina, entonces como cada consulta cuesta 150 pues la verdad no cuento con dinero y por eso no fui, pero parecen que es bueno”<sup>120</sup>*

*“pues siempre he sido enfermiza y a veces me daba gastritis y yo siento que de chica no asimilaba bien los alimentos, porque estaba exageradamente delgada, y pues tuve anemia por falta de hierro, después de grande como tuve bastantes*

---

<sup>118</sup> Entrevistado 11

<sup>119</sup> Entrevistado 12

<sup>120</sup> Entrevistado 12

*hemorragias por lo ginecológico, pues también me detectaron anemia y pues me tuvieron que hacer histerectomía y me quitaron también los ovarios y me los quitaron, estuvo muy mal, pero me dijeron que me podría dar cáncer de ovario (comienza a reírse) y me los quitaron y no me afecto mucho, ya que estaba en la menopausia, me faltan hormonas y pues estoy en andrología y con estrógenos y pues soy una fichita, ya hasta me dieron calendario en el hospital, porque también tengo hipertensión desde hace más de quince años y me ha aumentado el colesterol por eso trato de llevar una alimentación adecuada, comer verduras, frutas, etc.”<sup>121</sup>*

#### **4.7.3. Una forma de no estar con los problemas que me causan dolor**

- **Mis fugas**

Esta categoría trata de aquellas formas de permanecer aislado de los conflictos que dañan el estado emocional de las personas con el padecimiento de la psoriasis, ya que al permanecer distante de el estado de malestar, lo único que hacen es tratar de esconder algo que no se desea ver con drogas legales como: alcohol y tabaco; o las drogas ilegales como la marihuana, cocaína, crack, etc., sin embargo, los problemas están ahí y son presentes en la vida de las personas y estas a largo plazo tendrán repercusiones a nivel corporal, ya que dichos malestares tienen su importancia y necesariamente tendrán que salir por alguna parte de el cuerpo, en este caso: la piel.

Las creencias tienen también un efecto más penetrante. Por ejemplo, el individuo que cree que existe un fármaco para cada dolencia, es probable que se comporte de forma diferente de quien cree que su salud está predeterminada por la herencia genética. (Mc. Dermott, 1996)

*“Por parte de mi padre por la distinción que había entre mi hermano y yo, que era muy educado, muy tranquilo y yo era muy guerroso y mi mamá, por que mi papá siempre me ha apapachado y eso me fue formando el complejo de envidia*

---

<sup>121</sup> Entrevistado 15

*pero también que mi hermano sacaba diéeses y yo sietes aunque no reprobaba pero mi hermano siempre llegaba y estudiaba y yo nunca estudiaba y me fui acomplejando por él, le tenía envidia y por eso luego le hacía maldades. Yo tomaba desde hace veinticuatro o veinticinco años y los último cuatro me convertí en alcohólico, entonces una persona que bebe hace daño a la familia, y por mi alcoholismo le hice daño a mi esposa en el proceso y dejé de beber por mi hermano, tengo 25 años en el programa y he trabajado todos estos problemas: desviaciones, defectos y la relación con mi hermano, a él lo quiero como mi hermano más bien a los dos porque yo soy el de en medio y ellos dos hermanos viven juntos en Querétaro y yo siempre los ando controlando porque se pelean y llevo muy buena relación con los dos, más allá de ser humano, los amo los quiero mucho”* <sup>122</sup>

*“en la agrupación AA nos dicen que somos enfermos de nuestras emociones y yo me he dado a la tarea de investigar y sí, las emociones son las que nos mueven, o sea o puedes estar muy alegre o muy deprimido y hay veces que me gana y yo siento que no me considero una personas normal, soy muy extremoso en mis emociones o estoy muy contento o muy triste y es lo que estoy tratando de corregir dentro de la agrupación, se maneja dentro del grupo algo que se llama consciencia y al llegar al grupo, te dicen despertamos tu consciencia y las cosas que hacías talvez lo estabas haciendo inconsciente porque no sabías, entonces ahorita que ya tengo programa me dicen que no puedo hacerme mucho tiempo tonto, porque con la consciencia tu ya sabes cuando a la gente le estás haciendo daño o te están haciendo daño”* <sup>123</sup>

A menudo actuamos bajo el principio de <ver es creer>. Sin embargo, por desgracia, cuando una persona constata las consecuencias de un hábito nocivo,

---

<sup>122</sup> Entrevistado 04

<sup>123</sup> Entrevistado 08

ya es demasiado tarde y ha enfermado. La evidencia tangible que la persona necesita para creer es precisamente lo que se busca evitar (Mc. Dermott, 1996)

*“con mi papá, cuando se enoja pienso que es su problema, es su bronca, que finalmente no es muy fácil, te enganchan, porque te manejan en el grupo que te enganchas en el problema o en la enfermedad o por ejemplo, yo antes de llegar a la agrupación quería que si estaba enojado, quería que todos estuvieran enojados y si estaba contento con el alcohol pues yo quería que todos chuparan conmigo, a partir de que llegue a la agrupación deje el alcohol y cocaína”* <sup>124</sup>

*“yo fumo, como cinco o seis cigarros al día, ahorita ya no tomo desde hace tres años ya que lo hacía con frecuencia cada ocho días y lo deje porque me hacía daño, mi mamá me llevo con brujos porque ya no querían que tomara, ya que lo hago desde los 15 años, pero en realidad lo deje porque un amigo me llevo a un grupo de AA, pero nada más dure un año y me fui a probar la droga, la piedra y el crack, este lo estuve consumiendo un año y medio, entonces deje a AA, pero después otra vez que me fui a reventar con droga regrese al grupo y ahorita estoy en AA, me siento apoyado y no me siento solo”* <sup>125</sup>

*“antes si tomaba hace unos siete años, pues era regular y no tomaba mucho, y solo cuando iba a las fiestas o al cotorreo cada ocho días, actualmente fumo a veces uno o dos cigarros al día”* <sup>126</sup>

*“si fumo, me fumo una cajetilla diaria, me gustan mucho los malboro y se que es un error tratar de que se me quiten los nervios con fumar, yo deje de fumar cuando me operaron en el dos mil, de un calculo, como todavía llegué al hospital fumando y ya ve que no se puede fumar dentro del hospital, pues cuando me terminaron de operar pues tosía y pues sentía que se me abría y dije adiós y pues con cuatro días de hospitalización pues me sirvieron mucho en no tocar un cigarro, luego se*

---

<sup>124</sup> Entrevistado 08

<sup>125</sup> Entrevistado 08

<sup>126</sup> Entrevistado 12

*viene la muerte de mi hija y lo primero que agarre fue un cigarro y de ahí pal real. En cambio cuando tomo es con tranquilidad como unas cuatro copas, no hago ejercicio ni para caminar ya que tengo coche, mi pasatiempo desde hace tres años son mis carritos y motos, tengo sesenta piezas”* <sup>127</sup>

*Si se desea vivir de una manera sana y con éxito, se debe buscar la expresión sana, creativa y constructiva hasta que se consiga la realización. mostrando un sano interés no sólo en cada quien, sino en los demás también, en el mundo, en la gran vida que nos rodea. Dándose cuenta que nadie puede dar algo que no posee (Custer, 1985)*

*“antes si fumaba cuando tenía como veinte años, pero pues era un cigarro a la semana, no era adicta, no soy adicta; tengo como seis ó siete meses que no fumo, no era constante que fumara, si se me antojaba después de comer pues fumaba, si no, no. Con el alcohol también tengo el mismo tiempo que lo dejé como al cigarro.”* <sup>128</sup>

*“antes fumaba y tomaba bastante, pero no lo hago porque se me altera mi enfermedad de la piel con esto, por eso ya no tomo y no hago ningún ejercicio”* <sup>129</sup>

*“sí, si fumo a veces uno ó dos cigarros al día y cuando se me antoja es entre comidas pero a veces no se me antoja, así que luego es raro y el alcohol no puedo por mi hígado”* <sup>130</sup>

*Existe el método científico, que es el método de la experiencia y de la experimentación; está también, el método filosófico, que consiste en el método de la razón; y tenemos el método místico intuitivo, que es la forma del conocimiento interior. Estos métodos son válidos, pero es fácil comprender que ninguno de*

---

<sup>127</sup> Entrevistado 13

<sup>128</sup> Entrevistado 14

<sup>129</sup> Entrevistado 17

<sup>130</sup> Entrevistado 18

*estos métodos, por sí solo, pueden ser utilizado con exclusión de los otros dos (Custer,1985) Me parece que estos entrevistados no colocan su conocimiento interno sino al contrario es destruido para ser callado y dormido ante los sentimientos y emociones dolorosas, prefiriendo taparlo con adicciones con drogas legales como el alcohol o el tabaco o drogas ilegales como la cocaína y el crack*

*“yo me fumo un cigarro a la semana pero cuando hay fiestas, me compro mi cajetilla, porque me la acabo y con el alcohol solo me tomo una o dos copas, porque me he dado cuenta que me afecta demasiado a mi piel, se me reseca mucho la piel”* <sup>131</sup>

*“me fumo cuatro o cinco cigarros al día, a veces la cajetilla, en cuanto al alcohol en fiestas tomo dos o tres copas”* <sup>132</sup>

- **Vacíos emocionales**

Los entrevistados creen que sus emociones no son ellos mismos: amor, odio, temor, etc., es más, muchos de ellos siquiera detectan la emoción que domina en situaciones de enojo o llanto, sin embargo, ellos se encuentran sujetos bajo la dirección de sus emociones o sentimientos. “Sabemos que nuestros cuerpos responden a nuestros sentimientos y, al creer que nuestras emociones son nosotros mismos, no reconocemos el poder que tenemos para controlar y dirigir nuestras emociones. Creyendo erróneamente que nuestras emociones son nosotros mismos, hacemos nuestras estimaciones y decisiones desde el punto de vista de los sentimientos; así, somos esclavos de nuestras emociones- <sup>133</sup> Tendiendo a presentar un estado de desequilibrio al no poder hablarlas, por ejemplo, cuando una persona se encuentra en depresión: puede ser muy activa o muy pasiva, entendiendo su desequilibrio y esto como resultado a no ver su depresión, es decir, estar realizando otras actividades, sin darse cuenta que lo único que necesita es darse cuenta de lo que le está pasando y trabajarlo.

---

<sup>131</sup> Entrevistado 19

<sup>132</sup> Entrevistado 20

<sup>133</sup> Mc Demott,I., PNL para la salud., España: Editorial Urano, 1996, pag: 62

*“en las tardes después de la escuela me quedaba en voley, y los fines de semana voy a los antros y eso por temporadas por que a veces voy cada semana y luego ya dejo de ir”* <sup>134</sup>

*“con las personas de mi trabajo, con los gerentes y mis compañeros es buena la relación y con los compañeros no con todos me llevo bien, ahí en burger king de no estar bien ya me hubiera salido, no tengo porque estar en un lugar que no me agrada, ya que con el sueldo me compro mi ropa y mis zapatos, el dinero lo guardo para una meta, por ejemplo comprarme algo caro y pues voy guardando el dinero, no es para cualquier cosa. Pienso seguir estudiando yo creo para el siguiente año hago el examen a la UNAM para medicina”* <sup>135</sup>

Las cosas suceden de acuerdo a las creencias que tenga las personas, al cambiar las creencias se cambiará inmediatamente las experiencias (Custer, 1985)

*“he tenido sentimientos de soledad muy seguido, cuando me siento así me pongo a escuchar música y me encierro en mi cuarto y me quedo las horas, en el cuarto pues tengo un cuaderno de poemas y me pongo a verlos o también tengo un cuaderno donde mis amigos me dedicaron cosas y me pongo a leerlas”* <sup>136</sup>

*“soy jubilada, estuve trabajando mucho tiempo en el laboratorio de el IMSS, y estuve en este hospital (Siglo XXI) trabajando antes de que se cayera y estuve en pediatría y luego me fui a la raza y ahí estuve en oncología, el trabajo estaba bien aunque era un poco estresante y tedioso”* <sup>137</sup>

---

<sup>134</sup> Entrevista 06

<sup>135</sup> Entrevista 09

<sup>136</sup> Entrevista 09

<sup>137</sup> Entrevista 15

*“yo trabajo con niños con discapacidad por aquí cerca del hospital siglo XXI y pues no sé porque decidí a trabajar de esto creo que es por lo que estudie”* <sup>138</sup>

*“el problema de mi piel disminuye cuando estoy tranquilo y aumenta cuando estoy con preocupaciones. Siento rechazo por mi esposa,, es muy fría (traga saliva y se le hace un nudo en la garganta) es muy fría, muy certera, me dice que haces aquí, sí, ya no te quiero y no porque no me quiera le voy hacer indiferente en mi salud, ella me dice te puedes buscar otra mujer, por mi no hay ningún problema, puedes actuar de la manera que quiera, pero le digo eso no puede ser, porque no soy hombre de andar con una y con otra mujer y si fuera eso, pues mujeres hay muchas y hubiera andado con muchas estando contigo, pero jamás con ninguna otra mujer, pues yo le he dicho que tiene mucha razón de no quererme, pues yo he sido un marido hacia ella malo, y todos mis errores los considero malos y ella me dice a mi no se me va a olvidar todo el daño que me has hecho y yo no puedo pedirle más, ella me dice te di mi último amor, mi cariño, pero ya no siente nada por mi y no por eso voy a tener otra mujer (comienza a llorar, es un llanto con síntomas de ansiedad ) sí, si, me duele, es el producto de mi comportamiento, ella se da cuenta que me duele su indiferencia, me dice esto es para que sufras lo que yo sufrí, yo te quise y tu me hiciste lo mismo que yo te estoy haciendo y pues me causa pena”* <sup>139</sup>

*“yo colecciono los comics, las caricaturas Japón esas, los caballeros del zodiaco y la música japonesa, me gusta bastante”* <sup>140</sup>

#### **4.7.4. Los alimentos**

Esta categoría se encuentra enfocada en los alimentos de los entrevistados, como medio importante en la construcción de la psoriasis, ya que como lo he estado mencionando el ser humano es un ser conformado de todo a su alrededor y que mejor lo que se lleva a la boca. “Los alimentos” denotan la importancia, de lo

---

<sup>138</sup> Entrevista 16

<sup>139</sup> Entrevista 17

<sup>140</sup> Entrevista 19

que están comiendo los entrevistados para su cuerpo y que beneficios o en que les está perjudicando al mismo, es decir, a que conlleva lo que consumen, ya que supuestamente para tener salud, se necesita el placer de degustar la comida en la lengua, además que tenga rapidez, dejándose de comer a una hora determinada, engullendo lo primero que se antoje, pero sobre todo dando cabida a los fuertes platos carnívoros, que solamente dejan entrever que nos han hecho creer que de alguna u otra forma somos individuos a comer carroña o nuestra única fuente de proteína es la carne, vendiéndonos una educación que entre más grande sea un refrigerador y con cadáveres tanto de vegetales como de carne tenemos una buena alimentación, bien ha existido un refrán por muchos años y que si lo tomamos de manera aprehensiva a los alimentos, mucho aprehenderemos: <por la boca muere el pez> ó <el que por su gusto muere, hasta la muerte le sabe>.

Podemos comer mucha fruta para asegurarnos la ingestión diaria recomendada de vitaminas, pero puede que esta fruta no sólo haya tardado tanto en llegar a la tienda que el contenido de vitaminas haya disminuido, sino también que contenga altas cantidades de pesticidas como resultado de los métodos de cultivo modernos. Un factor ambiental externo que puede representar un riesgo para la salud son los elevados niveles de radiación electromagnética producidos por las conducciones eléctricas de alta tensión. (Mc. Dermott, 1996) Esto aunado a todos los embutidos y comidas refinadas que le depositamos al cuerpo, me parece que estamos directo para el matadero hospitalario, ya que en vez de ayudar, perjudican ampliamente a los demás órganos por los medicamentos.

*“en la hora de comida acostumbro llevarme en toppers comida, el guisado por ejemplo: caldo de pollo, pollo, en ocasiones caldo de res, una hamburguesa, bistec con salsa, preparada y agua de limón. Ya que a la semana una vez consumo carne de bistec, pollo, puerco y los demás días consumo un plato de frijol o lentejas, mi desayuno es a las seis de la mañana y a las dos de la tarde la comida y cuando llego a mi casa cenó, ya que salgo de trabajar a las 7 y a las 8 llego a la casa y en la cena otra vez el guisado, arroz, lentejas, frijol, carne de*

*puerco, carne de res, es decir que en un día como 2 veces carne y lo mismo de la comida y ya en la cena si hace mucho frío, acostumbro a tomarme un té de canela o manzanilla, por que el café no tomo mucho, además así siento que se me calienta el cuerpo; cuando está el clima templado al llegar a mi casa, me preparo un vaso de agua de limón y con esa se me quita la sed, para acompañar la cena”<sup>141</sup>*

Podremos decir que el comer fruta en el desayuno, lo podemos entender como un fuerte desintoxicador del cuerpo, entendiendo que es el alimento más completo y perfecto de la naturaleza, es decir, son carbohidratos simples, el cuerpo antes que necesitar proteínas necesita alimentos catalíticos y energizantes como la fruta. La fruta contiene del 90 a 95% de agua con un ph de diez o superior a diez, entonces porque el mentir y decir que es necesario consumir de dos a tres litros de agua, inundando al cuerpo con tanta agua, siendo que puede ser obtenida de la fruta por las mañanas, en vez de consumir un plato fuerte de proteínas.

Claro con respecto a las frutas es importante tomar en cuenta que como estas son descompuestas en la primera parte del intestino delgado, específicamente en el lilion, no deben de ser consumidas en cóctel, ya que mientras unas son cítricos, fibrosas, etc., y tienen diferentes desempeños en el estómago, que al momento de combinarlas hacemos fermentaciones, o después de comer un plato fuerte de carbohidratos con proteínas: pan ó tortillas con carne y como postre una fruta tampoco son tan buenas, ya que como lo comento estas se descomponen inmediatamente y permanecerán en esta parte del estómago si es que se ha comido grandes comidas de carbohidratos con proteínas, ya que esta mezcla tiene una digestión lenta.

Las frutas son seleccionadas de la siguiente manera:

☞ Cítricos: mandarina, toronja, lima, naranja

---

<sup>141</sup> Entrevista 01

- ☞ Acuanosas: melón, papaya, sandía, piña, kivi, mango, fresa, durazno
- ☞ Fibrosas: pera y manzana
- ☞ Únicas o monogámicas: plátano mamey

Recordando que para comer dichas frutas es necesario, no combinarlas y mejor esperar media hora entre cada grupo de frutas, además que éstas no deben de ser mezcladas con yogurt ni leche. La gran mayoría de los entrevistados consumen fruta con el firme propósito de tener un alimento en el estómago, al igual que la verdura, aunque esta última la consumen justificando porque se encuentran enfermos, es decir, mientras eres “sano” no tienes porque consumir vegetales o fruta, es decir, mediocre pensamiento creyendo que lo saludable es comer en sobremanera proteínas como carnívoros, comiendo cadáveres como seres carroñeros.

*“en las mañanas desayuno papaya y para efecto de tener algo en el estómago para que las medicinas no me caigan con el estómago vacío. Como a las diez o once salimos mi hermano y yo almorzar, normalmente comemos comida blanda, pollo con verduras, conseguir lugares donde vendan pollo, por que no puedo comer carne y de repente si almuerzo tarde; posteriormente como a las seis ó siete de la tarde estoy comiendo, mi hermana en la casa nos prepara una comida fuerte que consta de sopa, guisado y con eso es suficiente, el guisado siempre es el pollo frito, ya que debido a mi enfermedad no puedo comer carne roja, entonces el pollo frito con verduras como: calabaza, chayote, ejotes, normalmente no falta una sopa en la casa, la cual está hecha de pasta con caldo de pollo; en la cena no consumo ningún alimento hasta el día siguiente en la mañana, y otra vez con la fruta y usualmente esa es mi rutina, un desayuno, una comida fuerte, antes cuando trabajaba tenía la costumbre de comer en la calle, estuve trabajando en la compañía de luz durante 30 años, y siempre salíamos a comer en la calle y alrededor de la compañía había muchas fondas que venden, carne, guisados, mariscos y sobre todo algunas tipo vegetariano donde acudía, que consistía de pollo, ensaladas y por cierto le recomiendo en plaza galerías, ahí está el buen gourmet, ahí pido pollo con ensalada y a mi gusto, eso comí como durante 30*

*años o menos, siempre tomaba mucho refresco coca cola y sigo tomando coca cola. Lo que si no como son verduras pero si algunas galletas integrales debido a mi diabetes no puedo comer, por ejemplo pan de dulce, café ni leche por que contienen harinas y esas son perjudicial para mi diabetes, por que también soy diabético, ahora que me pregunta que sabor me gusta pues es el salado”*<sup>142</sup>

También creen que la leche de vaca contiene gran cantidad de calcio, pero también presenta un elevado nivel de fósforo, que obstaculiza la absorción del primero. Las proteínas animales también obstaculizan la asimilación. Cuantas más proteínas animales se consuman, más calcio se excreta. Una dieta occidental corriente contiene el triple de las proteínas que necesitamos para una alimentación adecuada. De poco sirve una dieta con el contenido en calcio adecuado si el cuerpo no puede aprovecharlo. Así pues, la osteoporosis puede tener un componente dietético significativo. (Mc, Dermott, 1996). Entonces que está pasando con la alimentación, parece que cada quien está cavando su tumba cada vez que abre la boca para alimentarse, como un suicidio lento, dice Steven Smith: Dedíquese a cuidar sus cincuenta años el estómago y el lo cuidará los otros años.

*“en el desayuno, como vivo solo entro en la indisciplina ¿si?, por ejemplo ahorita en la mañana me tome un cóctel de frutas con yogurt y nada más, pero casi siempre tomo mi café con leche, mi pan y mi gelatina que me hago, ah y me inyecto la insulina, ya que desde el 94’ soy diabético, ya tengo diez años y me está llevando al panteón y con la psoriasis ya son quince años y también soy hipertenso y artrítico, la artritis son las reumas y yo tengo en todos lados, me duelen los tobillos, me duelen los dedos, la rodillas, las clavículas se me hinchan, la artritis no la he podido contrarrestar, por ejemplo ahora que ya viene diciembre, el fin de año, con los fríos me duelen mucho las pierna y yo camino torpe por la artritis”*<sup>143</sup>

---

<sup>142</sup> Entrevistado 02

<sup>143</sup> Entrevistado 04

A partir de la adecuada combinación de los nutrientes se dará la longevidad, que esto conlleva a una adecuada salud, como dice Herber Shelton: No basta los nutrientes, sino las combinaciones (sinergia). Al no tener una buena mezcla de alimentos, en el estomago la digestión se hace más tardada, los carbohidratos se fermentan y las proteínas se pudren y la sangre se detiene, se acidifica, se espesa, por lo tanto es proclive a más bacterias y hay menos oxígeno.

Las proteínas son difíciles de digerir y realizar la digestión, durando de quince a dieciséis horas, ya que al combinarse el ácido más el alcalino esto se neutraliza y los alimentos no hay quien los degrade, creándose la putrefacción de la proteína en los intestinos.

*“yo desayuno mi leche con chocolate y si hay comida pues, un bistecito o taquitos de carnitas, carne de puerco, esto lo hago cada mes, también un taco de pollito o mi sopita aguada y esto lo hago a la una o dos de la tarde y la comida es pollo, bistecito, frijolitos o carne de puerco lo que es el guisado, lo que es una comida corrida. A la semana como bistec, a veces dos veces a la semana por que me aburre el pollo diario, la carne de puerco es cada mes o dos meses, en la comida siempre es mi refresco, mi coquita o agua de sabor y ya entre la comida y la cena mi frutita manzana, plátano tabasco, papaya o sandía pero no es frecuente ya que a la semana nada más un plátano o una manzana; en la cena pues cuando hay lo económico mi leche con chocolate o canelita o arroz con leche”<sup>144</sup>*

Recordemos que la carne, quesadillas, tamales, que es lo que más se acostumbra a desayunar son alimentos compactos, es decir, que no tienen agua; y que es mejor desayunar alimentos hidratados como la fruta ayudando al sistema nerviosos con glucosa, agua y oxígeno, además que mejor empezar el día con esta bomba de azúcares naturales para el cuerpo. Los entrevistados no relacionan su padecimiento en piel con la alimentación, y poco con las emociones

---

<sup>144</sup> Entrevistado 05

y que lástima el tener que llegar a dicha sintomatología como la enfermedad, permitiendo dar lucidez de los malos hábitos alimenticios y las emociones nocivas que poco a poco hacen un decremento en la salud corporal y mental.

*“mi desayuno es a las seis de la mañana, ya que voy a la escuela en un horario aproximadamente de siete de la mañana a tres de la tarde, yo desayuno yogurt, leche, huevo, sincronizadas y bueno cuando no tengo tiempo es pan, leche y me voy a la escuela y pues mi mamá se despierta más tarde y la verdad yo me preparo el desayuno; entre el desayuno y la comida me tomo mi atole ó lo que venden afuera de la escuela, o me llevo una torta de mi casa o fruta como plátano, manzana, guayaba, esto es como tres veces a la semana, aunque a veces me llevo la fruta y se me olvida comérmela. La comida pues es como a las seis de la tarde, y como carne de res, pollo, verduras; la carne de res a la semana la consumo cuatro veces o cinco el pollo tres veces a la semana, las verduras son todos los días como espinaca, chayote, zanahoria, betabel, lechuga, germen de trigo pero los como más o menos, no me gustan las calabazas, los ejotes, nopales, ejotes (se ríe) en la cena siempre es pan y leche, la leche la tomo diario y de los sabores el que más me gusta es el picante”<sup>145</sup>*

La comida es psicoactiva. Además de nutrirnos, influye en nuestro estado de ánimo. Las células nerviosas de todo el cuerpo se comunican entre ellas mediante unas sustancias llamadas neurotransmisores. Por medio de estos, el cuerpo transmite a través del sistema nervioso los mensajes que alcanzan nuestra consciencia en forma de pensamientos y de sensaciones. Estos neurotransmisores, donde se unen mente y cuerpo, están compuestos de elementos precursores contenidos en los alimentos que tomamos.<sup>146</sup> Siendo impresionante como las industrias de comida rápida, las comidas ricas en grasa, azucares al igual las bebidas como los refrescos, nos embrutecen, dándole al

---

<sup>145</sup> Entrevistado 06

<sup>146</sup> Mc Demott, I., PNL para la salud, España: Editorial Urano, 1996, pag:62

paladar una satisfacción que a largo plazo tendrá consecuencia en enfermedades degenerativas.

Parecemos perros pavlovianos, con tan solo nos toquen la campanita estamos salivando, y eso pasa con la mercadotecnia al mostrarnos la M amarilla, curvada rápidamente entendemos que es comida rápida estadounidense, relacionando papas, hamburguesa, helados, etc., en cada esquina bombardeados o cuando hay que festejar el cumpleaños del niño, adonde lo llevamos es a estos restaurantes ya que existen juegos dentro del mismo, para entretenimiento de los niños, mientras los adultos son potencialmente consumidores de los alimentos que matan gente lentamente.

*“yo desayuno como a las nueve o nueve y media un vaso de leche y pan de la panadería o fruta como papaya, mango a veces cada tercer día huevo tibio o cocido y a veces jugo de naranja, la comida es entre las tres y cuatro y como pues antojitos: quesadillas, hamburguesas o hot dogs, a veces pues caldo con verduras, las carnes son una o dos veces por semana, luego también tomo agua simple o de sabor, ya en la cena y muy de vez en cuando es un pedazo de pan con leche”*<sup>147</sup>

*“mi desayuno es variado como tamales, atoles, tacos de guisado y esto es frecuente, en la comida pues son solo puras golosinas, papas, chicharrones y pues no como, en la cena es como a las diez de la noche y es comida casera o igual tacos, tortas, hamburguesas, consumo bastante carne y diario, diario como carne además me gusta mucho lo salado”*<sup>148</sup>

*“antes de irme al trabajo desayuno a fuerzas, la sopa y el guisado del otro día, el guisado por lo general es de pollo, carne y chile. El pollo lo como de tres o cuatro veces a la semana y los otros días consumo carne de res, mi hora de comida*

---

<sup>147</sup> Entrevista 07

<sup>148</sup> Entrevista 08

*pues es a las cinco a la hora que salgo de trabajar, a veces llevo comida de mi casa o me dan de comer donde trabajo como una hamburguesa. La comida que llevo de mi casa depende, a veces arroz o en el trabajo me dan ensaladas de lechuga con zanahoria, apio o queso. Mi leche la tomo como cuatro veces a la semana en la mañana con cereal o sola y en la cena es lo mismo; cuando como en la calle son tacos al pastor, esto al mes lo hago dos o tres ocasiones”<sup>149</sup>*

Al comer cambia el estado y los cambios de estado siempre corresponden con cambios en nuestra bioquímica interna sobre todo en el equilibrio de diferentes neurotransmisores (Mc Demott, 1996) Recordemos las siguientes características de los sabores y que con ellos podemos identificar que órgano se encuentra mayormente afectado:

- ☞ Dulce: el sabor dulce se dirige al bazo, pero demasiado dulce debilita el bazo, lo dulce reconstruye, eleva la energía, humedece, equilibra y es efectivo contra los estancamientos (aunque solo a corto plazo). Los dulces actúan sobre el hígado, lo hacen permeable y elevan la energía. Esto excita al corazón, y puede en consecuencia, provocar alegría y relajación.
- ☞ Salado: el sabor salado va a los riñones, pero mucha sal debilita a los riñones, sin embargo, la sal tiene otra función, consolida porque forma humedad <sup>150</sup>

*“en el desayuno es gelatina con yogurt, un pan de dulce con un café con leche como a las ocho y media, entre el desayuno y la comida por lo regular a veces me como una fruta o pastel, pero no diario. La comida es como a la una de la tarde y como el puro guisado: bistec con chile, papas con guisado, calabazas guisadas y a veces la verdura que trae el guisado como calabazas, zanahorias, pero mucha ensalada no como y la que consumo más es la de lechuga con pepinos, esta es dos o tres veces a la semana. Agua tomo diario, me traigo mi botella y estoy*

---

<sup>149</sup> Entrevista 09

<sup>150</sup> Piontek, M., El tao de la mujer, España: Editorial Luciérnaga, 1997, pag:245

*consumiendo el agua en el día, me tomo como un litro y medio, como yo trabajo, pues mi lunch es a la una y nada más me como un guisado o cualquier cosita y como bien hasta las seis” E10*

En el D.F. y sus zonas aledañas, los árboles se han talado poniendo fábricas, centros comerciales, carreteras, etc., es decir, quitando la flora que se encuentra cerca de las casas, disminuyendo el aire y esto con los malos olores de la ciudad, se entiende que los capitalinos, los entrevistados, no están respirando adecuadamente, es decir, no se están oxigenando sus cuerpo, las respiraciones en vez de ser profundas son cortas y superficiales, ya que se encontró en el apartado de Mis fugas, ingesta de tabaco y esto realizado como habito, comprando la idea que después de la comida fumarse un cigarro es sinónimo de buena digestión o ayuda a evacuar.

Al tener una mala respiración y la poca oxigenación va acompañada de tabaco trae como consecuencias el cansancio, agotamiento, endurecimiento de articulaciones y vasos venosos, también trae la faringitis, tos seca y después con flemas, fosas nasales reseca, el riñón trabajará más o tendrá problemas para filtrar la sangre trayendo como resultado hipertensión e infecciones en las vías urinarias. Ahora al empezar a centrarme en los cinco elementos que ya había comentado en el capítulo dos, pulmón va acompañado de la emoción melancolía y para riñón es el miedo, por lo tanto las personas mostrarán temores a vivir o a la muerte en general.

*“desayuno mi leche, pan, cereal, fruta y después almuerzo el guisado: la sopa y ensalada, esta la hago de lechuga y pepino, la como casi diario, porque como soy estreñida, con esto ya hago diario y con el all bran y voy hasta tres veces; en la cena fíjese que luego los medicamentos me dan náuseas y me vomito y ya no cenó. Las carnes rojas las como de tres o cuatro veces por semana; ahorita ya tengo dos semanas que no fumo, por el día de hoy ya no fumo, antes me fumaba*

*tres o cuatro diarios, pero tengo dos semanas que ya no, me dice una compañera soy fumadora más no alcohólica”* <sup>151</sup>

*“nunca desayuno, solo como en la comida que es de dos a cuatro y casi siempre es sopa y el guisado de ensaladas y pollo, el pollo lo consumo de dos a tres veces a la semana, la carne de res y puerco casi no la consumo, casi cada dos o tres semanas y la carne de pescado es muy esporádico. Tampoco no ceno, a veces mi mamá se siente que no como lo de ella en la cena y por ella ceno la sopa de verduras o alguna que otra verdura o arroz, la fruta solo la manzana, guayaba, melón y plátano. Con respecto al agua pues no tomo, consumo más refresco la coca light, eso sí, ningún alimento entre comidas y mi sabor preferido es el picante. Hay algo desde hace tres meses me pasa que me siento muy cansada y se me olvidan las cosas”* <sup>152</sup>

*“en la mañana desayuno chilaquiles y arroz con huevo, en la comida es sopa y el guisado: pollo con verduras o bistec y el postre, entre comidas me fumo un cigarro y en las noches es un vaso con leche y pan. El pollo lo como toda la semana, la carne de res es una vez a la semana y la de cerdo no la como. La fruta son como cuatro a la semana y la verdura la que trae el guisado”* <sup>153</sup>

En la ciudad se vive con comodidades, con transporte que se tiene en la esquina de la casa donde vivimos y las comidas son también como el ritmo de la ciudad, rápida e insuficiente nutricionalmente, pero si tratando de tapar el sol con un dedo, ya que los órganos están siendo afectados y también afecta bastante que no haya madera en nuestro alrededor, que desde la construcción de la casa es de cemento, tabique, metal esto nos acarrea a separarnos de la naturaleza, en los cinco elementos encontramos el elemento madera y si no está presente en nuestra vida, tendremos problemas de hígado y su emoción es ser irritables, problemas de carácter, insomnio, cansancio y estrés, es fácil encontrarse con esta

---

<sup>151</sup> Entrevista 11

<sup>152</sup> Entrevista 14

<sup>153</sup> Entrevista 20

gente en las calles de la ciudad en el tráfico, en los supermercados, en los cines, etc., donde las personas como los entrevistados no tienen tolerancia y que ante la mínima insinuación estallen coléricamente con la persona que primero se coloque en su camino y esto aunado a su pobre intestino lleno de putrefacción, es decir, la carne que no ha podido salir por la falta del desintoxicante natural como lo es la fruta.

*“yo desayuno como a las nueve leche con café y comida normal, esta comida es lo que hago el día anterior, como tortitas de carne en salsa o enchiladas entre el desayuno y la comida a veces me como un huevo o guisado, bisteces, pollo o caldo de pollo, depende de lo que haga de comer y ya en la comida es pollo en chile guajillo o en salsa verde o empanizado o frito, las verduras las como solo en sopas de verduras o al vapor como una vez a la semana y la fruta pues es papaya en la mañana o pera, manzana y melón cada tercer día; luego entre la comida y la cena como pan de la panadería: concha, pan relleno y café esto es del diario, en cambio el flan y la gelatina no es del diario, pero ya en la cena no consumo alimento. Cuando trabajaba comía del diario en la calle, hace un año y medio que deje de trabajar y lo que comía era quesadillas, gorditas, tacos de guisado o a veces llevaba yo de comer, pero no del diario, a veces comía comida corrida, este traía arroz, guisado y agua”<sup>154</sup>*

Necesariamente estos entrevistados y la gente que consume poca fruta, y el poco aire limpio que tienen y este es contaminado con drogas legales como el tabaco, aunado a la poca flora y la escasa madera hace que los cuerpos sobrevivan, ya que también la falta de hierro de la verdura, es decir, el metal mencionado en los cinco elementos trae como consecuencia un desequilibrio atroz en el soma de cualquier persona y como lo podemos leer en los entrevistados, cuerpos enfermos esperando una respuesta rápida y desesperada de la medicina alópata, sin saber que esta con todos los medicamentos traerá mayores problemas iatrogénicos en otros órganos y con ellos mayor enfermedad.

---

<sup>154</sup> Entrevista 12

*“desayuno por lo regular de siete a ocho y cuarto de la mañana y pues como tengo alto el colesterol, pues como pollo o la milanesa de pollo con chilaquiles y una o dos tazas de café, por lo regular lo hago en un restaurante porque si lo hago así, pues salgo como a las siete y cuarto y ya se me hace tarde y encuentro tráfico; llego a la oficina, estaciono el coche y me voy caminando a desayunar en un Vips, Palacio de Hierro o en Sam’s, de lunes a viernes lo hago más o menos cuatro veces a la semana y ya tengo treinta y tres años con el mismo horario y con el desayuno, entre este y la comida me como alguna manzana o un dulce sin azúcar. Aparentemente pues salgo a las tres, pero me quedo hasta las cuatro y llego a mi casa después de las cinco y ahí como un guisado de pollo y un vaso de refresco, el pollo lo como toda la semana porque la carne roja me la prohibieron por el ácido úrico y de vez en cuando me hecho un taco cuando a mi nietecito le hacen un bistecito y el taco me lo como yo; ya en la cena por lo regular, si se me antoja una sopita me la como, si es una sopa ligera, si no me hago un sándwich con leche y pan”*<sup>155</sup>

Bien parece que la modernidad no ha traído mayores beneficios a los alimentos, el hábitat donde se vive, el aire que se respira, bien podemos reconocer un atraso en la salud, nos hacen creer que la estimación de vida esta en los setenta y la longevidad la estamos logrando, y sí, pero a precio de que, de estar bajo un corazón mecánico, medicamentos de por vida, diálisis renal, cuerpos sin movimientos por la falta de calcio en los huesos por el sedentarismo, donde el hueso se vuelve frágil y torpe para andar, correr ya que el coche lo ha cambiado, que pasa con la vida, acaso la ciencia nos va a devolver el planeta que estamos destruyendo y las emociones de amor, felicidad, nos la dará el mundo virtual.

*“desayuno como a las siete u ocho de la mañana, leche, fruta, verdura, antes tomaba pura leche light, no me daba apetito, a medio día pues la sopa, guisado y ya voy comiendo como a las cuatro de la tarde, antes comía a medio día, pero ya*

---

<sup>155</sup> Entrevista 13

*no lo hago por atender a mi hijito o bueno a mi nieto y se me hace tarde, pero bueno como arroz casi siempre, verdura: coliflor, brócoli, tomate diario tengo que consumir verdura, ya que antes no comía ni fruta ni verdura y a veces frijoles, fruta: manzana y según la temporada , mandarina o naranja porque también no puedo consumir cosas tan ácidas por la gastritis, que me dio por tomar naproxen, ya que fui un día a gastro y me dijeron que tenía una gastritis aguada; los embutidos los como muy pocos porque me los prohibieron, por el colesterol y la hipertensión. En la cena consumo a veces, alguna fruta, café con leche, pan de dulce, pero últimamente como poco o lo de la comida el pollo, y el sabor que me agrada más es el salado, aunque se que no debo comer sal. El pollo lo consumo casi del diario, la de res al mes, pues como tres veces al mes y la carne de cerdo no consumo, ya que me la prohibieron. El agua trato de tomar más agua simple o de las aguas con dulce artificial, las light”<sup>156</sup>*

*“en el desayuno como lo normal: jugos: de naranja, durazno, de lo que haya, en el internado no los dan y luego se me metió en la cabeza que tenía alto el colesterol, no se de donde saco tanta cosa, la otra vez, me preguntaron si tenía alto el colesterol (comienza a reírse) y eso lo escuche en mayo y yo le dije: si yo creo tengo alto el colesterol y de ahí dije, ya no voy a comer grasas, ni huevo y al huevo le tengo miedo y ni lo quiero ver, pero nisiquiera tengo el colesterol pero siento como si lo tuviera yo, pero bueno en la mañana aparte de los jugos me como un algún sándwich de los que te dan, de jamón o de frijoles, en la comida es lo que hacen las monjas, verdura: zanahorias, calabazas, los arbolitos y esos no me gustan me dan guacala y carnes. La fruta me gusta y la como entre comidas, a veces es lo único que como bien, al día me como dos, una manzana y un plátano, o lo que haya, porque a veces no me gusta lo que hacen de comer y me como una fruta, todo depende si estoy de humor, porque a veces ni eso quiero comer. Tomo mucho agua, yo quisiera que cuando me muriera me llevaran un garrafón de agua a mi caja. La cena está mi conflicto, porque en la comida como muy poco, pero en la cena ya como más, pero me da remordimiento de*

---

<sup>156</sup> Entrevistado 15

*consciencia de que me voy a poner más gordita y ya no quiero y luego digo pues ya me lo como, y luego en la cena hacen cosas más ricas: quesadillas, tostaditas de pata o de res, sándwiches a veces hasta longaniza. A la semana como cuatro veces pollo, la carne de res de dos a tres veces a la semana y la de cerdo una o dos veces a la semana, además consumo demasiado picante”*<sup>157</sup>

*“en la mañana como a las diez desayuno huevo porque soy diabético, quizás una rebanada de pan, quizás una rebanada de tortilla, licuado de nopal con xoconostle y jugo de toronja, eso es todos los días; mi comida es muy variable ya que si no salgo de casa, pues a las tres de la tarde como, normalmente ahora con la diabetes como verdura, chayote, calabazas, bastante pollo, no es muy seguido la carne roja y trato de hacerlo diario, diario. Normalmente no ceno fuerte, me como un sándwich de jamón con queso y café, lo que si consumo mucho es el café. Cuando no como en la casa, pues me como una torta de milanesa o una hamburguesa, pero no una comida corrida ni estable. La carne de res la como dos veces a la semana y la de cerdo ya no la consumo; y la fruta los médicos me dijeron que no comiera por mi diabetes”*<sup>158</sup>

Ahora para que desayunar en casa si en el trabajo o en la escuela hay microondas, la falta de tiempo ha dado como consecuencia que tengamos menos relación con el elemento fuego, al tener menos contacto con esto nuestro organismo va haciendo que nuestra alegría se vea disminuida, haciéndonos fríos de carácter y a la vez volubles, es decir, con cambios en los estados emocionales predominando lo que llaman la neurosis, donde todo molesta, la persona está molesta, irritable, no se siente a gusto con lo que tiene, es decir, insatisfacción y desanimo.

*“desayuno a deshoras, normalmente me levanto y veo si tengo laboratorio y si no pues me tomo como ahorita un atole, y como pensé que iba a ser más temprano*

---

<sup>157</sup> Entrevistado 16

<sup>158</sup> Entrevistado 17

*pues como a las nueve de la mañana, por lo regular es mi taza de café, a veces un poco de fruta o jugo, rara vez consumo algún sólido: como huevo, una quesadilla, es muy ligero mi desayuno. En la comida es a la una de la tarde, temprano y ¿qué como?, pues normalmente como guisado, la mayoría es pollo, casi cerdo o res no la consumo; el pollo lo como cuatro veces a la semana, si como carnes rojas pues son dos veces al mes o tres veces al mes. La cena es a las ocho y eso es comer dos tacos de lo que hicimos de comer o si no, me voy a comer unos taquitos a la calle, los clásicos taquitos mexicanos de res, de cabeza, de maciza, esto es una vez al mes, más bien soy de una quesadilla o de un taco de pollo, una brazada, pues bueno yo consumo demasiado pollo. La fruta las consumía pero no las consumo porque mis triglicéridos están elevados, entonces me restringieron comer esto, es decir, me restringieron la cantidad, no una en especial, normalmente me comía tres frutas diarias y ahora me como una y a lo mucho dos máximo frutas diarias; las frutas que como son los de la temporada, mangos, peras, manzana, ciruela y sobre todo por el costo. La verdura también he bajado el consumo de estos y eso es por la cuestión de ando de pata de perro todo el día y muy frecuentemente, me voy al Vips o al Sanbors, me tomo mi café, jugo y si es en la mañana pues algo ligero, porque casi en la mañana pues me lleno muy pronto, salgo a los restaurantes de cinco a diez veces al mes. El refresco me tomo un sorbito por mi riñón, en cambio tomo bastante agua, te puedo decir desde un litro hasta tres litros, cuando me levanto tomo agua, cuando como pues tomo agua simple y tomo un sorbito de refresco. De los sabores que me dijiste me gusta más el salado”<sup>159</sup>*

Se encontró en los entrevistados que es preferible tomar refresco que agua, porque es dulce, burbujeante y rica y que mejor que la coca, ah y por cierto la leche en licuados acompañados de fruta, que como anteriormente dije es una combinación inadecuada para el organismo.

---

<sup>159</sup> Entrevistado 18

Al centrarme en los cinco elementos podemos encontrar que se puede restablecer el equilibrio en el cuerpo, es decir, se puede cambiar la relación con metal por medio del elemento tierra ingiriendo alimentos que provengan de ella como los vegetales y frutas, obteniendo el hierro y así teniendo relación directa con metal, pero ojo es importante no comprar dichas verduras refrigeradas, estas tienen que ser cortadas y puestas a vapor durante muy poco tiempo o simplemente comerlas casi crudas para obtener mejores beneficios de ellas. De igual forma se puede restablecer contacto con el elemento agua ingiriéndola en su estado natural, no consumiendo refrescos u otras bebidas dulces, además el escuchar el agua teniendo alguna pequeña fuente en casa ayuda demasiado a calmar el estado emocional, aligerando las emociones de enojo, desesperación, tristeza y ansiedad, además que la fuente ayuda a ionizar el ambiente con iones negativos generando una desintoxicación, desacidificación y oxigenación ya que mientras más alcalino sea un ambiente mayor salud habrá

*“en la mañana desayuno un litro de jugo de naranja, un vaso de leche, un café, un licuado y mi sándwich. En la comida es la sopa, arroz y el guisado como: tacos, milanesa, salchichas o longaniza con bastante picante. En la noche es cereal all bran y un plato de arroz, entre comidas es algún sándwich o galletas. El pollo a la semana lo como tres veces a la semana; la carne de res es también tres veces a la semana y la carne de cerdo es una o dos veces a la semana. Las frutas son cuatro o cinco a la semana y pues la verdura no me gusta”*<sup>160</sup>

Es importante resaltar que al tener contacto con los alimentos que se ingieren, también tenemos contacto con fuego, con ayuda de un comal o sartén en vez de el microondas, pero ojo, no caer en las justificaciones de los cigarrillos o puros que estos están acompañados de fuego o que se prenden con fuego ya que estaremos afectando a pulmón y nuevamente estaremos cayendo en el desequilibrio de los cinco elementos, con respecto con esto también las fogatas en casa o en lugares cerrados los humos afectan en sobremanera a pulmón y

---

<sup>160</sup> Entrevistado 19

trayendo como consecuencia el asma. Es importante que estas exposiciones a fuego no se malinterpreten con inhalación de humos tóxicos para los pulmones.

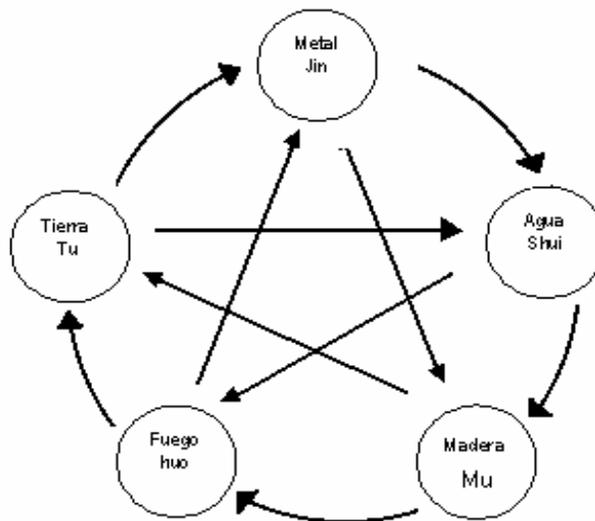
#### **4.7.5. Los cinco elementos y la psoriasis.**

El proceso de construcción de la enfermedad es diferente en cada persona, quedando claro que en ello interviene la historia de vida, es decir, sus emociones, la forma de nutrición, el lugar espacio temporal donde habita como si la flora sea escasa o abundante, etc. Entonces, cuando una persona se dice que se encuentra enferma según el modelo alópata, se debe de entender que dicho sujeto se encuentra pasando por un estado de desequilibrio ya sea interno o externo, al ubicarnos al externo es todo aquello que se encuentra fuera de el cuerpo humano como el medio ambiente, las relaciones interpersonales, el sitio donde se vive, esto tendrá gran impacto en el cuerpo interno como los órganos, pensamientos y como asimila todo lo que se administra como alimento, ¿pero todo esto que tiene que ver con los cinco elementos? En realidad nisiquiera yo, puedo entender todo el potencial de la brutal repercusión que el ser humano se encuentra haciendo, al acabarse el planeta Tierra. Tal parece que desde la Revolución Industrial al creernos amos y dueños de quien somos parte, esto está repercutiendo de manera inhumana en los desequilibrios climáticos, atmosféricos, flora, fauna y las enfermedades, lo cual se encuentra más detallado en el punto 3.3.5.1. Los cinco elementos: fuego, madera, tierra, metal y agua.

La teoría de los cinco elementos de la naturaleza, tiene fuerte connotación en el cuerpo humano ya que al tener en cuenta que salimos de esta gran madre tierra, agua, metal, fuego y madera, estamos declarando que estos elementos también los tenemos dentro de nosotros, los necesitamos cultivar, amar, cuidar y que el descuido de estos se verá reflejado en un desequilibrio interior cayendo en alguna enfermedad. El medio fuera del cuerpo al no ser cuidado, mantenido y protegido tendrá repercusiones fuertemente en el planeta y los seres que habitan

ahí estarán o mejor dicho están, fragmentados, enajenados sin un significado al vivir.

Por ello al no cultivar los elementos internamente se observará la existencia de excesos o carencias de una relación sin armonía en el cuerpo, creándose la relación de interdominancia, por ejemplo el elemento agua, al estar en la naturaleza necesita estar fluyendo constantemente por los ríos, los mares, su mismo ciclo, etc., pero cuando el agua se encuentra estancada, empieza a pudrirse. Al poder observar que la contaminación del agua fuera del cuerpo humano está sucia, automáticamente podemos decir que el agua que circula en el cuerpo también, y no la estamos cultivando de manera adecuada tanto fuera como dentro del cuerpo, con esto comienzo y me enfoco en los entrevistados ya que con el diagrama de intergeneración es el siguiente análisis (ver diagrama)



Relación de interdominancia (representada con la flechas de adentro), como primera relación que predomina en los entrevistados con el elemento agua.

Retomo dicho diagrama de interdominancia, ya que la mayoría de los entrevistados se encuentran en esta relación, ya que para ellos al darse cuenta de la alimentación, como los fritos, refinados, los picantes además de alimentos muy condimentados, aunado como ya lo he dicho las proteínas: carnes, salchichas, jamón, los cuales intoxican al organismo enfermado poco a poco cayendo en la psoriasis, esto nos habla que el cuerpo habla y nos dice que se

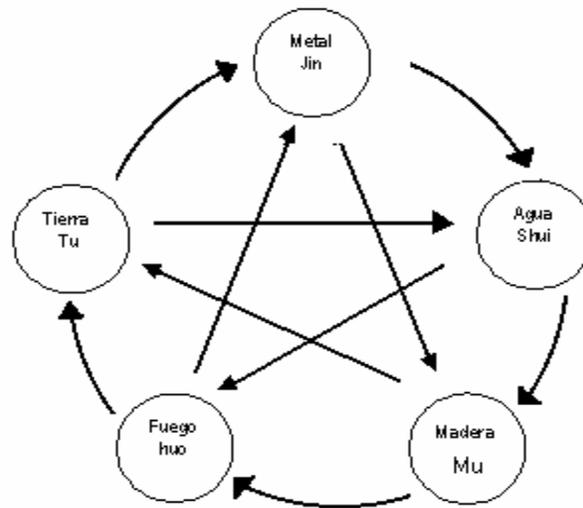
encuentra en desequilibrio para no llamarlo enfermo como a los médicos alópatas les gusta llamarlo; la psoriasis es un aviso que es necesario hacerle caso al cuerpo, además que es necesario investigar que es lo que está pasando más allá de la piel, pero no inventemos pretextos absurdos de no tengo tiempo o no poder ni siquiera hace de comer en casa alimentos para llevar, como ensaladas o fruta picada, por el pretexto de llegar cansado (a) a casa, colocando nuevamente al tiempo de pretexto, es necesario hacerse responsable de su cuerpo, cuidarlo, cultivarlo según la teoría de los cinco elementos y no solo metiéndole cosas para que las papilas gustativas sean agradables; es fácil darse cuenta quien tiene tiempo para cada quien y quien es presa fácil de la publicidad y los medios masivos, cayendo en una actitud conformista en su salud, preocupándose intensamente por su seguro médico, como el IMSS o ISSSTE creyendo que cuando esté enfermo, en la senectud o muriendo quien lo salvará serán dichas instituciones con la medicina alópata.

Es importante que a nivel endógeno se trate de cultivar y estar lo más equilibrado que se pueda, ya que al revisar los cuadros de resultados, encontramos que existen similitudes en cuanto a emociones, sabores, adicciones, alimentos, muy característicos y relacionados entre los entrevistados. No perdiendo de vista el tiempo que tienen con la psoriasis, ya que el entrevistado 7 tiene su padecimientos desde hace 6 meses, mientras la entrevistada 18 lo tiene desde hace 10 días. Al estar revisando constantemente las historias orales se puede notar ampliamente que a lo largo de su vida llevan consigo miedo de vivir, miedo a emprender cosas nuevas, con bastante estrés y presión al rechazo social o a la etiqueta por la sociedad, la familia o la pareja; muchos de ellos también tienen una actitud a la defensiva, cuidándose y protegiéndose de todo agente externo de ellos y como barrera su piel, al permanecer en un estado de alerta constante, bien parece que han modificado hasta su sistema inmunológico el cual no sabe detectar quien es amigo o enemigo, por ello a estas personas con el sol, su piel inmediatamente reacciona y somatizando en manchas o ronchas,

creyendo que hasta la naturaleza es de quien también se deben cuidar y no bajar la guardia.

Al permanecer en un estado de tristeza, hablando del los entrevistados inmediatamente la alegría de vivir poco a poco se va extinguiendo cayendo en una monotonía en el vivir, así apagándose su fuego interno, el calor que permite las relaciones humanas, la interacción consigo mismo, ocasionando como lo podemos leer en los cuadros de análisis, que son personas antisociales, no desean salir a la calle o a fiestas, no desean ser juzgados por sus síntomas en la piel, volviéndose personas con tristeza, melancolía, depresión, teniendo a su vez disminución en cultivar el elemento metal, con las verduras que contienen hierro, para ellos es cómodo salir a la tienda más cercana y encontrar todo tipo de galletas, golosinas, pastelitos, que prometen tener la firme convicción de nutrir y lo único que hacen es simplemente hacer a la gente más obesa, esto causa una gran ansiedad, preocupación y si seguimos con los cinco elementos nos encontraremos que al no cultivar el metal con verduras, esta tendrá demasiadas dificultades en la nariz, piel, pelo, pulmón, por consiguiente al consumir demasiado picante debilita al elemento madera, el cual se encuentra regido por el hígado, el cual es el encargado de el crecimiento y desarrollo de los impulsos y los deseos, además de la vesícula biliar, esto si no tiene buen funcionamiento repercutirá en otros órganos del elemento tierra la cual al no cultivarla y no encontrándose en contacto con ella muestra graves problemas con el bazo, páncreas y estómago, produciéndose la ingesta de alimentos en dulces y con grandes contenidos de azúcares como los refrescos, los cuales si nos dirigimos al punto 4.1.4 Los alimentos, encontraremos el gran desequilibrio endógeno, este elemento inmediatamente apagará y secará al elemento agua, en específico al riñón, quien suministra al cuerpo la fuente principal de la vitalidad, por consiguiente cualquier deterioro en la energía renal tiene por consecuencia sentimientos de temor y paranoia, cayendo en la tristeza, apagando el elemento fuego, que al fundir el metal; metal al cortar a la madera estamos hablando que los entrevistados no cultivan su madera con fruta y todos aquellas emociones son convertidas en odio, resentimiento e ira, creyendo que la

sociedad, la familia tienen la culpa de todo aquello que les pasa con su enfermedad, este se encuentra ligado al corazón, el cual es quien controla las emociones y esto es a través del pulso y la presión sanguínea. Por lo tanto al explicar la relación cuando los entrevistados empiezan con el elemento agua, dicho recorrido es el que acabo de describir, lo cual me percaté que de esta manera es la forma en como comienza el desequilibrio en los entrevistados.



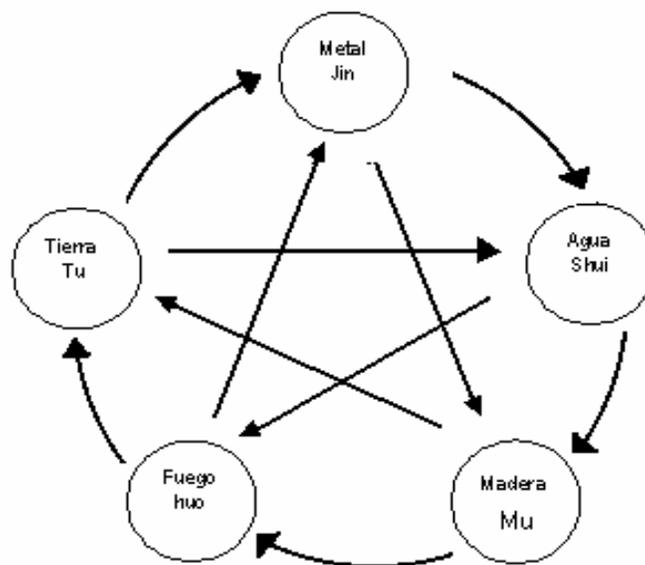
De lo anterior se puede decir que la mayoría de los entrevistados a partir de la teoría de los cinco elementos, y que tienen predisposición a lo picante consiguientemente tienen un desequilibrio en el elemento metal, (seguir el diagrama anterior) teniendo la emoción predominante la tristeza ya que dicho elemento rige al pulmón y al no controlar la respiración, no tienen un control en estar eliminando las toxinas adecuadamente, esto aunado a la falta de ejercicio, las toxinas son almacenadas en el cuerpo por ende tienden a salir por ciertas partes del cuerpo como la piel; al tener la falta de el elemento metal también indica la falta de verdura y diversas frutas, las cuales pueden ser constatadas en los cuadros de análisis o en el apartado “Los alimentos”, por ende, al no tener fibra por los alimentos, el intestino grueso no puede transformar de manera correcta los residuos de la digestión tanto de los sólidos como líquidos, entonces estamos nuevamente dando pie a que los fluidos corporales putrefactos, no son sacados

del cuerpo, teniendo ahí un desequilibrio tanto a nivel intestino grueso, reflejándose no sólo en la piel con las llamadas enfermedades, sino también en el pelo.

Al seguir con el diagrama y la explicación de el desequilibrio de exceso o carencia de energía en el metal, ya que como lo dijimos los entrevistados predomina en sobremanera la tristeza y que la dirección sigue y perjudica a madera, ya que con este último es cortada por la cierra, serrucho o machete, es decir, estamos hablando de el desequilibrio de interdominancia, ya que al afectar a el elemento madera, se está afectando el hígado, alterando el sueño, dolores en los huesos y teniendo bastante irritabilidad y así se desplazará en el bazo, páncreas, estómago, los entrevistados al no cultivar la madera dentro de ellos con fruta, semillas y todo aquello que genera la naturaleza en las diferentes estaciones del año, para el consumo humano, ya que al no tener en óptimas condiciones el hígado, los entrevistados no filtran, no desintoxican su cuerpo, al mismo tiempo no secretando la bilis que se necesita para digerir y metabolizar las grasas, teniendo emocionalmente bastante frustración furia y rabia, predominando la ansiedad, angustia y en ocasiones obsesión, como pudimos corroborarlo en el núcleo familiar donde existe demasiada agresión y maltratos tanto físicos como psicológicos.

Al seguir con dichas emociones de los entrevistados, en el momento de la entrevista mantenían una actitud de ansiedad, entendiendo que este estado, es por el proceso que son propiamente están pasando; también por los problemas que les causan dolor, recurriendo a las drogas legales y no legales; entendiendo que nuevamente el proceso de interdominancia se hace presente, al pasar al estado de ansiedad involucrando al elemento tierra, el cual conlleva a el bazo, el páncreas y estómago, al tener un desequilibrio en la extracción y asimilación de los alimentos, por ello también la preferencia de alimentos dulces, los cuales ayudan a una buena digestión aunque demasiado dulce debilita al bazo, sin embargo, los entrevistados reportaron inclinarse más por los sabores picoso y

salado; para este último ver el diagrama hacia el elemento agua, afectándose el órgano de la vejiga, el cual almacena y excreta la orina, y se encuentra íntimamente relacionado con el sistema nervioso, por ello también el estrés, la tensión y preocupación de los entrevistados a lo largo de las entrevistas, como si estuvieran de cuerpo presente pero de mente ausente. De aquí nos pasamos al elemento fuego y con ello la alegría de vivir, tal parece que los entrevistados padecen sus vidas, no las disfrutan, se encuentran en total desacuerdo con ellos mismos, con la vida, pero sobre todo con el mundo fuera de ellos, creyendo que estos últimos son los causantes de dicha enfermedad. En el elemento fuego, se encuentra el órgano responsable de bombear la sangre a todo el cuerpo: el corazón, el cual es el regulador en gran parte de las emociones, al mismo tiempo al estar el pericardio actuando de protector de las energías emocionales generadas por los demás órganos; el corazón es un importante órgano dentro del cuerpo y su sabor dominante es lo amargo como el café, dentro de los entrevistados, este ciclo continúa ya que nuevamente regresaran a su estado melancólico o depresivo, con el elemento metal, el cual rige a pulmón. (observar diagrama)



Relación de interdominancia, observando como el metal se encuentra en esta segunda relación de los entrevistados.

Retomando el capítulo uno, es importante saber que el ser humano no es ninguna máquina la cual sea necesario hacerle cambio de piezas; el ser humano y todo ser vivo que existe en el planeta se encuentra en constante interrelación con lo que le rodea y que adquiere para vivir de la energía de los alimentos que provee la naturaleza, el hombre también adquiere energía de las emociones, el aire, la relación con los bosques, con el fuego, la tierra y el agua para vivir y esto se nombra el ki adquirido, por ello la teoría de los cinco elementos nos da la posibilidad de explicación a las enfermedades, las emociones, los órganos dañados, etc., es importante realizar lecturas que den pautas de mejoramiento en la prevención de la salud y no ir ya que *el niño este ahogado*. La salud es el elemento que define los niveles en la calidad de vida de las personas, ¿porque estar comparándolo con una máquina? Para el cuerpo no le es indiferente el clima donde se encuentra, el aire que está respirando, la alimentación, las emociones, las relaciones interpersonales, el lugar donde se encuentra viviendo, la flora, etc., la persona es un canal receptivo y a la vez comunicado con su entorno.

Es también importante no dejar de lado aprender a sentir con el cuerpo, no dejándole solo al cerebro la capacidad de que con el comienza las sensaciones, es importante el cerebro, pero no olvidemos que el cuerpo esta lleno de mensajes, avisos de los cuales mucho nos pueden advertir de lo que está pasando con cada persona, ya que la pérdida armoniosa interior no solo implica la ruptura equilibrada entre los órganos sino la ruptura entre las emociones y sentimientos como objeto de conocimiento y a la vez con nuevos procesos de enfermedades.

Empezando desde esta perspectiva todo conlleva a un círculo donde podremos salir ya que tendríamos que modificar los hábitos alimenticios al igual que las emociones y la manera cognitiva de ver las cosas, es decir, teniendo información de lo que nos estamos llevando a la boca, por lo tanto implica educación y amor a querer vivir sin la psoriasis, ya que es mejor vivir sin ella que con ella. Esta decisión de querer cambiar hábitos nocivos, empieza al no llegar a casa y lo primero que hagamos es prender la tv en las telenovelas o los noticieros

que causan ansiedad y que al terminar estas, inmediatamente está el bombardeo de pastillas, cremas y aparatos ilusorios que prometen bajar de peso, vendiéndote una forma de cuerpo esbelta, tonificada y sin tener que hacer ejercicio, es decir, teniendo sedentarismo, ya que no debes de salir de la casa, además que si los productos no funcionan es por la falta de seguimiento en el tratamiento que te están vendiendo, por lo tanto, tú serás culpable de no tener los resultados esperados. La vida no es una conclusión, la vida es una interrogante, un proceso de construcción a la cual nos remitimos a partir de la reflexión interior, aunado con los profesionales de la salud, en que la vida no es una dualidad ni estamos fragmentados, al contrario estamos tan integralmente relacionados entre si y nuestro medio que es imposible tomar estudios aislados ya que son tontos y no tratan de tener una estrategia para la prevención de las diferentes enfermedades, sino más que matar y atomizar procesos de vida.

# CAPITULO 5

## 5. CONCLUSIONES

Vivimos en una etapa de cambios, donde el ser humano ha tratado de explicar, los porques de la vida como: quien es, de donde viene, a donde va y porque esta aquí; sin embargo, al tratarse de contestar dichas preguntas ha tenido que ir realizando numerosas investigaciones con el mismo y con el medio que le rodea, es impresionante la capacidad que tiene el ser humano para lograr estudiar hasta la más mínima parte y entender como es su funcionamiento.

El estudio de atomización y la fragmentación que realizo Descartes ha sido hasta cierto punto de gran ayuda científica y moderna, tratando de colocar dicha temática hasta en las ciencias de la salud y la medicina moderna, siendo extraordinaria en el tratamiento de emergencias médicas y quirúrgicas, como roturas de huesos, lesiones corporales, apendicitis e infecciones bacterianas graves, como la neumonía, que responden bien a los antibióticos. Ciertamente, su empleo puede salvar vidas. También tiene buenas técnicas para enfrentarse a emergencias médicas como ataques cardíacos, apoplejías y complicaciones en el parto. En cambio, ante las enfermedades y afecciones de la vida moderna – alergias, hipertensión, artritis, asma, cáncer, osteoporosis, infecciones víricas y trastornos nutricionales- , la medicina moderna se muestra mucho menos segura.<sup>1</sup> ¿Qué está pasando con la tecnología y la modernidad? Tal parece que nuestros cuerpos y la naturaleza, no sincronizan con esta idea de dualidades o que la medicina no esta teniendo los resultados que se esperaban, ya que “la medicina moderna tiende a tratar toda dolencia como una enfermedad... la enfermedad llega cuando la persona ha perdido el equilibrio y necesita ayuda externa para recuperarlo, la enfermedad no se cura sin poner en acción nuestros propios

---

<sup>1</sup> Mc Demott, I., PNL para la salud, España: Editorial Urano, 1996, pag: 16

poderes curativos <sup>2</sup> Sin embargo es impresionante que en el dos mil seis, aún estemos teniendo problemas con la medicina moderna, ya que “actúa como si todos los problemas de salud fueran biológicos y pudieran resolverse, en último término, mediante la investigación. Pero hoy las enfermedades que nos amenazan son muy diferentes de las infecciosas contra las cuales ha tenido tanto éxito la medicina. Ahora las principales amenazas son enfermedades degenerativas, como las dolencias cardíacas, el cáncer, la artritis reumatoide, la osteoporosis y la diabetes, así como las relacionadas con una depresión o el colapso del sistema inmunitario, como el SIDA. <sup>3</sup> Bien se puede entender que “la naturaleza también mantienen un pulso con nuestro saber médico. Con la misma rapidez con que se desarrollan fármacos para curar infecciones, los microorganismos cambian y se adaptan. Por ejemplo, el neumococo es una bacteria responsable de la meningitis, de la neumonía y de algunas infecciones del oído medio. <sup>4</sup>

Por lo tanto, la enfermedad no esta completamente en el cuerpo o en la mente, sino que en ambos, por ello la enfermedad demuestra un grave desequilibrio en la persona y que cuando existe el punto critico de desequilibrio que el individuo no puede recuperarse a si mismo, por lo tanto, necesita toda la ayuda que pueda conseguirse tanto para el cuerpo y para su mente. “tan desequilibrado es creerse completamente responsable de nuestra salud como lo es delegar la responsabilidad en la profesión médica y no hacer el menor esfuerzo por nuestra parte. Echarnos la culpa hace más difícil curarnos” <sup>5</sup> Es impresionante saber que no ha habido mucho avance en poder entender de donde provienen las enfermedades a parte de lo puramente biológico, sabiendo que el ser humano es único, irreplicable, tiene finitud, tiene historia, es un ser trascendente, entre muchas más particularidades que nos distinguen de un animal irracional; dicho modelo bio-médico nos ha encasillado y generalizado, ¿acaso somos robots que necesitamos de piezas que pueden ser remplazadas?, ¿necesitamos gasolina o pilas para

---

<sup>2</sup> Íbidem, 1996, pag:23

<sup>3</sup> Íbidem,1996,pag:26

<sup>4</sup> Íbidem,1996,pag:27

<sup>5</sup> Íbidem,1996,pag:29

andar?, no, el ser humano es más que eso, ya que tiene corporalidad, temporalidad, espacialidad, tiene valores y un sentido por que vivir, develando día a día su significado de vida, además el ser humano tiene el poder de ejercer su libertad interior, tomando actitudes y experiencia basado en su diario vivir, como bien lo dice Blas Pascal: “Lo que más le falta al hombre es entrar en su interior”, ya que al realizar introspecciones, observándonos y viviendo dentro de nosotros mismo encontraremos bastantes respuestas y esto solo son sinónimos de amarnos, de estar y aprender estar con nosotros mismo, somos un Document Humain, dicho en latín que quiere decir Documento Humano, Cédula de Identidad, Constancia de mi ser, como aquella capacidad de trascender y no solo dejando hijos o realizando un libro, trascender es poder entender la vida, disfrutar el aquí y ahora, pero sobre todo vivir día con día.

No obstante al realizar la investigación me doy cuenta que los entrevistados viven por vivir, teniendo siempre la esperanza de encontrar fuera de ellos la respuesta a su problema, lamentándose al mismo tiempo de su pasado, y viviendo su presente como algo provisional como medio para un fin, dejándose que se les pase la vida, esperando siempre en el mañana sin darse cuenta que el hoy se les esta yendo de las manos, no entendiendo que el tiempo pasa y no se detiene y que a su vez son seres mortales.

He ubicado a los entrevistados en tendencias individualistas importándole solamente sus deseos y pasando por encima de quien se les pare enfrente de ellos, además con tendencias racionalistas dejándose guiar por el frío razonamiento y la supuesta mira objetiva de las situaciones, dando lugar al reduccionismo excluyendo de toda idea el hilemorfismo, donde hile es espíritu y morfismo: forma – cuerpo, sintiéndose palpar un aire insensible ante los otros, la familia, los amigos, y hasta en los cuerpo de ellos mismo.

Encontrándose también en los entrevistados que al ingerir drogas como el alcohol, el tabaco, entre otras parece que no se percata que lo único que desea

ser es salir de su realidad, evadirse por un momento de aquello adonde no se siente a gusto o satisfecho teniendo vacuidad y nulidad de sus existencia y de su diario vivir. Hoy por hoy, y día con día, al ver el vacío que se encuentra detrás de cada persona encauzado por la ciencia, los medios publicitarios, la mercadotecnia, los trastornos alimenticios, quedando claro que el poder económico es una fuente de estatus social y la creencia de ser mejor persona

Hoy en día es inadmisibles seguir negando que la persona es afectada por todos los estímulos que la rodean, mencionando estímulos para poder tener un entendimiento lógico y científico, ya que se necesita un lenguaje científico para la psicología conductual, y decir que el ser humano es un ser receptivo, donde constantemente se encuentra alimentando de su medio, las personas con las que vive, el medio ambiente, y su ser interior emocional.

Imposible negar la unidad humana, a pesar de que esto sea una aberración a la anticuada línea científica que fielmente se sigue teniendo en cuenta, ya que los verdaderos hombres y mujeres que desean saber más del conocimiento del ser humano están reconociendo la unicidad del hombre con el mundo que le rodea.

La piel es un comunicador claramente con el mundo exterior e interior de la persona, no por nada es el órgano más grande del cuerpo humano, la piel tiene una historia no solo relacionada a la persona y sus formas de relacionarse con el mundo, también tiene una historia de acuerdo a la geografía donde haya vivido la persona, el clima, la humedad, el calor, el viento, la alimentación del individuo, entre muchas más cosas, cada ser humano tiene maneras diferentes de apropiarse de la información que recibe, la cual es primeramente atrapada en los sentidos de la persona, llegando como impulsos eléctricos y si es una experiencia aprensiva, entonces será un aprendizaje significativo, que quedará gravado tanto en el cerebro como en la piel, es decir, teniendo una historia corporal.

La piel es un indicador de la vida interior del cuerpo humano, este órgano habla por sí solo y cuando el intestino grueso, el pulmón y el hígado se encuentran en desequilibrio, para no llamarlos enfermos, la piel inmediatamente tendrá avisos y uno de ellos es la psoriasis, y la cual fue el tema de dicha investigación “Una aproximación psicológica, al proceso de construcción de la psoriasis, como una enfermedad psicosomática”. Entendiendo que la psoriasis es un padecimiento que se va edificando, es decir, poco a poco se va formando y finalmente cayendo en un padecimientos en ocasiones crónico.

No deseamos la visión bio - médica, donde la psoriasis es simplemente el resultado de una disfunción dermatológica o una enfermedad donde dicen no hay cura solo es necesario mantenerla sin esos brotes de placas en todo el cuerpo, tomando todo el tiempo medicamentos, los cuales traerán consecuencias iatrogénicas en otros órganos del cuerpo humano, teniendo así mayor desequilibrio orgánico, disminuyendo la salud, creyendo mágicamente que la psoriasis se ira quitando con el tiempo sin tener que hacer individualmente algo por el cuerpo a parte de consumir dicha medicina alópata, pero eso sí, seguir consumiendo todo tipo de alimentos, con la falsa idea proveerán de la energía para la vida, atascándose de harinas, grasas, carne putrefacta y así vivir con la creencia que estos alimentos darán vida al cuerpo enfermo, gracias a la tv, la publicidad y con ello la mercadotecnia, con esto da paso al siguiente objetivo: *La correlación entre los factores alimenticios y el desarrollo de la enfermedad de los pacientes con psoriasis.*

Recordando que dentro de ellos se ve envuelto el gran peso emocional, corporal, las relaciones familiares y la historia plasmada como cada persona lo habla, siendo esta investigación como oportunidad ha aquellos a los que se les está estudiando, teniendo voz, redactando su vida e historia que conforma y construye el padecimiento de la psoriasis.

Dicha investigación ha sido un planteamiento teórico, ha tenido la oportunidad de tener historias orales de veinte entrevistados, los cuales permiten

una lectura de lo rígido e impersonal del modelo científico, pudiendo alcanzar a comprender el proceso personal que se desarrolla en la persona como totalidad al momento de acelerar o detener la psoriasis, que de hecho para la alopátia este padecimiento ni siquiera tiene una etiología precisa, que bien lo menciono en el capítulo uno; aclarando entonces que para la alopátia no existe un origen determinado para este padecimiento, es decir, que la psoriasis no es precisamente una disfunción orgánica la que origina directamente la psoriasis, que bien es cierto que cada persona es única, diferente e irrepetible y que es verdad que no podemos estar generalizando padecimientos, sistematizando tratamientos a cada paciente que llegue con síntomas parecidos y ser diagnosticados como psoriasis.

Para dar pie al análisis de la construcción de la psoriasis me enfoque en el objetivo general: *La aproximación de los factores que influyen en la construcción de una enfermedad cutánea como la psoriasis a partir de un enfoque psicosomático.* A partir de esto se paso a dar el análisis de las historias orales aunado con la teoría de los cinco elementos (Wuxing) donde Wu significa cinco y Xing comportamiento, conducta ya que esta teoría “clasifica las cosas materiales y utiliza los ritmos naturales que las gobiernan para describir las relaciones que existen entre ellas. Como los humanos forman parte de la naturaleza y la naturaleza contiene los “ingredientes” esenciales para la supervivencia humana, los cambios de la naturaleza afectarán directa o indirectamente a nuestro cuerpo. Es evidente que los humanos y la naturaleza están muy relacionados y como consecuencia de esta estrecha relación con la naturaleza... los cinco elementos también gobiernan a pequeña escala el funcionamiento del sistema humano”<sup>6</sup>

Entendiendo que dentro de los cinco elementos se encuentra también cinco elementos como: metal, agua, madera, fuego y tierra, las cuales están en sintonía con las cinco estaciones, cinco colores, cinco direcciones, cinco sabores, cinco órganos yin, cinco órganos yan, cinco emociones y cinco rasgos faciales, de los

---

<sup>6</sup> Lian, Show-Yu, Taijiquan. 24 y 48 posiciones y sus aplicaciones marciales, España: Editorial Sirio,1996, pag: 37

cuales por ejemplo “el exceso de alegría hiere el corazón, el exceso de ira hiere el hígado, ser demasiado pensativo hiere al bazo, el exceso de tristeza hiere los pulmones y el exceso de miedo hiere a los riñones”<sup>7</sup>

Por lo tanto estos cinco elementos, que fluyen de un elemento a otro, a órganos, al igual que el juego de las emociones y sabores, están claramente instalados en los cuerpos de los entrevistados, por el desequilibrio que se encuentra en sus cuerpos, entendiendo que las emociones que mayormente predominaban era la tristeza, soledad, preocupación y que estas recaen en el elemento metal, es decir, en los órganos de pulmón e intestino grueso, destruyendo al elemento madera “metal corta madera”, transformándose la tristeza en ira afectando a los órganos hígado y vesícula, esto dando gran repercusión al elemento tierra, es decir, al bazo y al estómago convirtiéndose ahora en ansiedad, angustia y obsesión. Con esto no quiero decir que estoy generalizando a todos los entrevistados, ya que esta relación es la que más estuvo presente en varios entrevistados; en el capítulo tres están explicados las demás relaciones con los cinco elementos, resaltando que esta teoría de los cinco elementos es única para cada persona, independientemente del padecimiento que se tenga.

La psicología juega uno de los papeles más importantes dentro de las enfermedades psicosomáticas al poder entender el gran peso emocional, el extremo grado de intolerancia ante la frustración, el poco conocimiento del manejo del estrés el cual siempre va a existir dentro de la vida de las personas, y que el secreto para no ser tragado por este mal es el saber manejarlo, además el desconocimiento permanente de agresividad y de reacción ante la vida, teniendo así la prudencia de la inteligencia emocional que va muy ligada al discernimiento de ser observadores de la vida misma o ser un individuo de vivir por vivir, etc., etc.

---

<sup>7</sup> Íbidem, 1996, pag: 59

La aportación de la psicología a los individuos que padecen psoriasis, provee de conocimientos como la relajación, la correcta forma de respirar ayuda a tener buenos beneficios ya al estar inhalando y exhalando se crea un refuerzo empezando con el diafragma, los pulmones, el estómago pero sobre todo ayudando a la buena oxigenación del cuerpo en si, además la relajación del diafragma y de los músculos intercostales ayudan a que la caja torácica este flexible, con mejor movilidad y así empujando el aire fuera de los pulmones; otra de las herramientas de la psicología es la capacidad de imaginación ayudando a sanarse por si mismo, ya que al imaginarse y recorriéndose mentalmente el cuerpo, este se estará unificando.

Los entrevistados al descubrirse a través de las diferentes herramientas que tiene la psicología humanista y gestaltista, estarán descubriendo nuevas posibilidades de crecimiento en el terreno emocional, de esto se habla en el capítulo dos, y con ello se cierra el último objetivo de dicha investigación: *Conocer como la psicología aporta tratamientos y/o previene en el padecimiento de la psoriasis*. Los individuos que comiencen su larga travesía por el mundo emocional, aprenderán propiamente la aceptación de el o ella, aceptando sus limitaciones, su potencial, ya que empezando por un trabajo emocional es como una parte interna comienza a tomar equilibrio y no se tendrá que buscar la necesidad de ser reconocido por los demás, sino por cada quien.

La psicología aporta también la risoterapia, la cual es un relajante cardiovascular, bajando la tensión arterial y disminuye el ritmo cardíaco, esta terapia se encuentra con mayor explicación en el capítulo dos, recordando que la risoterapia es una terapia que va directamente a la sanación del cuerpo, por ello en algunos hospitales particulares tienen sus médicos paliativos de la risa, los cuales son personas encargadas de la pronta recuperación del paciente mediante risas y juegos. Sin embargo, cabe señalar que los individuos son parte del planeta, la naturaleza, los cuales están conectados, interrelacionados con todo lo que les rodea, somos seres que formamos parte del macrocosmos y por tanto al

ser inseparables de nuestro medio ambiente, este nos afecta cuando se encuentra en desequilibrio por propia mano del ser humano.

El habitat donde vivimos, nuestra casa: el planeta, lo estamos destruyendo, nos estamos destruyendo. Al conservar nuestros fuertes pulmones como los bosques y selvas, estaremos cuidando los de cada quien, la tierra al mandarle radiación y desechos, la contaminamos y nos contaminamos a nosotros mismos ya que de ahí provienen los alimentos que vienen directamente de la tierra y van al estómago, y los demás órganos, que estos a su vez no están recuperando una buena nutrición, etc., a esto le agregamos las formas de relacionarse con los familiares, compañeros de trabajo, amistades: enojos, resentimientos, tristezas, preocupaciones, entre otras emociones, estamos indicando que el lado emocional no se encuentra adecuadamente y sí a eso le agregamos las harinas, azúcar refinada, carnes rojas, grasas, irritantes y a esto le aumentamos el poco movimiento muscular, con la poca actividad física, revelando el sedentarismo y por lo tanto el sobrepeso y el alto grado de intoxicación en los cuerpos y así teniendo el famoso padecimiento de la psoriasis, como indicador de el desequilibrio que está teniendo el cuerpo humano dentro de sí.

Falta educación para todas aquellas personas que tratan de buscar respuestas fuera de ellos mismos, donde a la primera molestia física van corriendo con los de bata blanca: los médicos alópatas, por lo tanto, se les da un discurso de conociendo arduo, teniendo así la última palabra en sus cuerpos enfermos y con los ojos cerrados dejándose medicamentar, opera, quitar, poner, extirpar, mutilar a sus organismo, no es posible que permitamos que traten el soma igual que una res directo al matadero u algún objeto que tendrá arreglo, el modelo biomédico necesariamente necesita también una reeducación del cuerpo humano, que es una unidad, que se encuentra relacionadas sus partes, pero sobre todo que no es una máquina y que toda enfermedad es un proceso de construcción emocional, ambiental, alimenticia pero sobre todo personal, es decir, tiene su propia historia.

Es importante resaltar que al ser un hecho, un diagnóstico que la persona tenga psoriasis, no implica la muerte o un determinismo para la persona, solo implica una actitud corporal de sobrevivencia ante el medio ambiente, nombro esto ya que los entrevistados y sus historias de vida lo gritan, lo demandan , al poder explicar por su mundo cognitivo – emocional estas personas demuestran resistencia ante su medio social y ambiental.

Las personas con psoriasis desarrollan una defensa como subsistencia y orden de la vida, como ciertos animales, sus pieles son ásperas y gruesas como las placas de la psoriasis, como forma de no tener contacto aislándose para protegerse ya que de algún modo todos los seres vivos desean vivir o sobrevivir y eso será por medio de la subsistencia.

Vivir con psoriasis es un gran costo energético para el cuerpo, por ello es más sencillo retomar esto, para empezar una nueva actitud que demande salud, amor y gratitud, lo cual permite vivir de calidad, permite la no sobrevivencia, son el verdadero equilibrio ya que toda enfermedad sólo es síntoma de la raíz de varios problemas los cuales tienen solución al darle el carácter de importancia, al cuidado del vehículo que nos permite transportarnos en este mundo: el cuerpo, a partir de los cuidados ya asimilados y entendido, estos podrán ser llevados a la práctica y se podrá entender que la vida que se estaba llevando no era la más idónea para una salud.

## 5.1. ANEXOS

### GUÍA DE ENTREVISTA

El objetivo de la presente entrevista es una guía para recopilar información de I diario vivir de los pacientes con psoriasis, ya que a partir de las preguntas se construye el padecimiento. Recordando que está guía tuvo como característica ser semiestructurada, brindando plantear preguntas que fueron resueltas con explicaciones amplias.

- Nombre
- Género
- Edad
- Lugar de nacimiento
- Religión
- Estado civil
- Pasatiempo
- Actividad deportiva
- Padres Vivos o muertos
- Número de hermanos
- Lugar entre los hermanos
- Ocupación
- A cambiado de trabajo
- Horario de trabajo
- Como se siente en el trabajo
- Dirección de la vivienda
- Tiempo viviendo en la vivienda
- Delegación de la vivienda
- La vivienda es casa o departamento
- Material con que está construida la vivienda
- Cuenta con automóvil
- Personas con las que vive

- Cual es el trato con las personas con las que vive
- Antecedentes de enfermedades
- Actualmente fuma o ha fumado
- Actualmente ingiere alcohol o ingería alcohol
- Tiempo con el padecimiento
- Porque cree que le dio dicho padecimiento
- Parte del cuerpo que presento el primer síntoma
- El síntoma se instalo en el lado izquierdo o derecho
- El síntoma continua apareciendo en el mismo lugar
- Situaciones que asocia que mejora el padeciendo
- Situaciones que asocia que empeora el padecimiento
- Los medicamentos que se encuentra ingiriendo por el padecimiento
- Ha consultado alguna medicina alterna o se encuentra consumiéndola
- Cuales son los síntomas que presenta después de tomar dicha medicina alterna
- Consecuencias del padecimiento a su vida social
- Consecuencias del padecimiento a su vida laboral
- Consecuencias del padecimiento a su vida familiar
- Tipos de alimentos en el desayuno
- Tipos de alimentos en la comida
- Tipos de alimentos en la cena
- Tipos de alimentos entre comidas
- Ingesta de carne de pollo a la semana
- Ingesta de carne de res a la semana
- Ingesta de carne de cerdo a la semana
- Ingesta de fruta al día o a la semana
- Ingesta de verdura al día o a la semana
- Sabor preferido: salado, dulce, amargo, picoso

## 5.2. BIBLIOGRAFÍAS

Aguilera, G., Cuerpo, Identidad y Psicología, México: Editorial Plaza y Valdez, 2002.

Baron, R., Psicología, México: Editorial Prentice – Hall, 1996.

Berman, M., El reencantamiento del mundo, México: Editorial Cuatro Vientos,

Bernard, M., El cuerpo, España: Editorial Paidós, 1976.

B. Plozza – Luban, El pensamiento psicossomático y la actuación médica, en El enfermo psicossomático en la práctica, Barcelona, Herder, 1995, pag: 3

Bustamante, Sistema Tegumentario, México: Editorial UNAM, 1984.

Calnan, C., Atlas en color de Dermatología, Londres: Editorial Wolfe Publishing Ltd., 1990.

Capra, F., Punto Crucial, Argentina: Editorial , 1982.

Cárdenas, E., Terminología médica, México: Editorial Centro, 1971.

Colbin, A., El poder curativo de los alimentos, nutrición, autocuración y bienestar. Todo lo que hay que saber sobre una alimentación sana y completa, Barcelona: Editorial Robinbook, 1993.

Díaz, G., Psicología del Mexicano. Descubrimientos de la etnopsicología, México: Editorial Trilas, 1999.

Encarta 2001. © 1993-2000 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

Eseverri, A., Dermatitis atópica, España: Editorial Ars Medica, 2001.

Eva, Wong, Taoísmo. Introducción a la historia, la filosofía y la práctica de una antiquísima tradición china., Barcelona: Editorial Oniro, 1997.

Fitz Patrick, T., Dermatología en medicina general, Buenos Aires: Editorial Panamericana, 1997.

Fry, L., Inmunología de las enfermedades de la piel, Barcelona: Editorial Jims, 1977.

Goleman, D., Emociones destructivas. Un diálogo científico con el Dalai Lama, Vergara, 2003.

González, C., Diagnóstico de salud en México, México: Editorial Trillas, 1988.

Greenberg, Perspectivas sobre el funcionamiento humano, Paidós, 1996.

Greenberg, L., Trabajar con las emociones en psicoterapia, Barcelona: Editorial Barcelona, 2000.

Grof, S., Psicología transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia, Barcelona: Editorial Kairos, 1998.

I.M.S.S., Guías Diagnóstico – Terapéuticas, México: Editorial Jar Impresiones Publicitarias, 1976.

Lookingbill, D., Biblioteca básica de medicina dermatología, Buenos Aires: Editorial Panamericana, 1988.

Laplatine, Antropología de la enfermedad, Buenos Aires: Editorial Sol, 1999.

López, R., Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840 – 1900, México: Editorial CEAPAC, 2002.

López, R., Lo corporal y lo psicósomático. Reflexiones y aproximaciones 1. México: Editorial Zendová, 2002.

López, R., Lo corporal y lo psicósomático. Reflexiones y aproximaciones 2., México: Editorial Zendová, 2002.

López, A., Textos de medicina Náhuatl, México: Editorial UNAM, 1984.

López, R., Zen y cuerpo humano, México: Editorial CEAPAC, 2000.

López, S., Entre la fantasía, la historia y la psicología, México: Editorial CEAPAC, 1993.

Lown, A., Bioenergética, México: Editorial Diana, 1998.

Ortiz, F., Vida y muerte del mexicano, Tomo II, México: Editorial Folios, 1982.

Pedregosa, J., Introducción general a la dermatología basada en la evidencia, España: Editorial Panamericana, 2003.

Perdiguero y Comelles, Medicina y Cultura. Estudios entre la antropología y la medicina. Barcelona: Editorial Bellaterra, 2000.

Rodríguez, R., Las toxinas ambientales y sus efectos genéticos. México; - Editorial: Fondo de Cultura Económica, 1998.

Schifter, I., La tierra tiene fiebre, México; Editorial: Fondo de Cultura Económica, 2005.

Schifter, I., Uso y abuso de las gasolinas, México; Editorial: Fondo de Cultura Económica, 1998.

Schottelius, T., Fisiología, México: Editorial Interamericana, 1979.

Tesis de Sánchez, G., Psicología y Diabetes: un proceso psicósomático. Tesis de Licenciatura, UNAM FES IZTACALA, Edo. de México, México, 2004.

Traversa, O., Cuerpos de papel: figuras del cuerpo en la presa 1918 - 1940. España: Editorial Gedisa, 1997.

### 5.3. REFERENCIAS

Emoto, M., Los mensajes ocultos del agua, México; Editorial: Alamah, 2001.

Frankl, V., El hombre en busca de sentido, Barcelona: Editorial Herder, 1999.

Galante, Lawrence, Tai Chi. El fundamento supremo, España: Editorial Humanista, 1993.

Guerrero, M., El agua, México; Editorial: Fondo de Cultura Económica, 2003.

Griffith Edward, Alcohol. Su ambigua seducción social. México: Editorial Trillas, 2004.

Moreno, K., Cómo proteger a tus hijos contra las drogas, México: Editorial Centros de Integración Juvenil A.C., 1999

Moreno, K., DROGAS: Las 100 preguntas más frecuentes, México: Editorial Centros de Integración Juvenil A.C., 2003.

Polo, M., Tanatología con Enfoque Gestalt y Humanista, México: Editorial: Taller Abierto, 2004

Rubén, C., Introducción a las ciencias sociales I, México: Editorial Porrúa, 2003

Torrejoncillo, Cáceres, ¿Dejar o no dejar de fumar? Conozca todo sobre el tabaco para tomar su decisión. Todo sobre el Tabaco de Cristóbal Colón a Terenci Moix. Conrado Granado Vecino. España: Editorial PEASON Alambra,

Vázquez, C., La destrucción de la naturaleza, México: Editorial Fondo de Cultura Económica, 2004.

Paciente	Género	Edad	Lugar de nacimiento	Religión	Estado civil	Escolaridad	Pasatiempo	Actividad deportiva	Padres vivos o muertos	Antecedentes de enfermedades de los padres	No. De hermanos	Lugar entre los hermanos	Ocupación	Horario de trabajo	Como se siente en el trabajo	A cambio de trabajo	Domicilio de la vivienda	Delegación de la vivienda	Casa o departamento	No. de habitaciones	Vivienda rentada o propia	Tipo de construcción	Área aproximada de la vivienda	Servicios de la vivienda	Tiempo viviendo en la vivienda	Cambios de domicilio	Áreas verdes cerca de la vivienda	Avenidas cerca de la vivienda	Cuenta con auto-vil	Personas con las que vive	Cual es el trato con las personas con las que vive	Antecedentes de enfermedades	
1	Masculino	41 años	D.F.	Cree en Dios y la Virgen María	Casado	Preparatoria	Leer novelas	No	Madre muerta Padre vivo	Madre diabética Padre con neuritis	2	Último	Seguridad privada	7 am a 7 pm	Contado desde un trabajo en equipo, siempre se trabaja mejor	Si	Desarrolló lote 21 m. 3-7	Tlalpam	Departamento	2 cuartos, 1 baño, sala, comedor y cocina	Rentada	Concreto	No sabe	Agua, luz y drenaje	8 meses	2	Si	Si	No	España e hija	Bueno	Varicela y Gripe	
2	Masculino	58 años	D.F.	Católico	Divorciado	Lic. en Contaduría	Estar en el negocio de su hermano	Caminata	Ambos muertos	Padre cáncer de cuello	6	Pandino	Contador activo y jubilado	Jubilado	Presionado para la jubilación, está más en su trabajo que en su casa	No	Aloja a amigos No. 17 Col. Vialidad prelat.	Iztapalapa	Casa	5 cuartos, cocina, sala, comedor y 1 baño	Propia	Concreto	250 m	Agua, luz, teléfono y drenaje	Desde niño vive ahí, cuando se casó se fue a su casa con otra esposa	Contado se casó, después tiene otro hijo, cuando se casó se fue a su casa con otra esposa	5 Kilómetros	Vialidad Prelat	Si	Hermana soltera y hermano divorciado	Bueno	Diabetes y gripe	
3	Masculino	44 años	D.F.	Católico	Casado	Secundaria	Cuidar a sus hijos.	Ninguno	Madre viva Padre muerto	Madre enferma del corazón Padre con diabéticos	10	Séptimo	Guardería	9 de la mañana a 5 de la tarde de lunes a viernes	Cambiando desde hace 5 años	Trabajo temporal de limpieza, cobertizo y bafan.	Calle 67 No. 31 Unidad Santa Cruz	Española	Casa	2 cuartos, sala, comedor y 1 baño	Propia	Concreto	100 m x 4 m.	Agua, luz, teléfono y drenaje	20 años	Ninguno	A dos cuadras	Emilia Itzapalapa	No	Esposa y sus dos hijos	Unida	Reumas en las manos	
4	Masculino	67 años	D.F.	Cree en un ser superior	Unión libre	Técnico textil	Asistir a sus juntas de AA	Ninguno	Ambos muertos	No lo sabe	3	Segundo	Obrero	Jubilado	Le gusta asociarse de puesto.	Tuvo trabajos de bancario, mecánico y haciendo hilos	Calle Oajuel 271 Santo Domingo Coyoacán	Coyoacán	Casa	2 cuartos, cocina, sala y 1 baño	Propia	Concreto	320 x 320m	Agua, luz, teléfono y drenaje	8 años	Del terreno donde vive su esposa, se hizo el cuarto donde vive.	A 5 Kilómetros	No recuerda el nombre de la Avenida	No	Solo	Disfrute	Diabetes (10 años), Hipertensión y Arterio	
5	Masculino	54 años	Distrito Cuauhtémoc	Cree en Dios y la Virgen María	Divorciado	Primaria	Ver la T.V.	Actualmente ninguno, antes de las posturas era arbolito.	Madre viva Padre no lo sabe, ya que no lo conoce.	No sabe si su madre está enferma.	13	Primero	Obrero	Jubilado	La signala trabajar en la fábrica, ya que tenía un horario de lunes a viernes	Fábrica de muebles, donde él raspaba la madera y se ponía una cinta. Trabajo de mantenimiento y lavado de baños.	Edo de México	Tullitlan	Casa duplex	2 cuartos, cocina, sala y 1 baño	Propia	Concreto	24 x 24 m.	Agua, luz, teléfono y drenaje	11 años	Reyes Coyoacán	Ninguna	Solo tiene casas cerca de la vivienda.	No	Solo	Siente soledad al vivir solo	Desde que se divorció, se le va la voz y le tiene bronca.	
6	Masculino	20 años	D.F.	Católico	Soltero	Estudiante a nivel superior	Internet, escuchar música y jugar videojuegos	Jugar videojuegos	Ambos vivos	No sabe	1	Primero	Lunes a Viernes y Maestría de medio tiempo	Lunes a Viernes, trabajo del 8 a 5 de la tarde	Estresado	No	En la misma colonia de los baños, boulevard puerto Aéreo	Venustiano Carranza	Departamento	3 cuartos, cocina, sala, 1 baño	Propia	Concreto	No sabe	Agua, luz, teléfono y drenaje	2 años	Edo de México	Del centro de la vivienda donde vive, hay pocas áreas verdes.	Cirujía menor y 4 aparatos	No	Madre y hermana	Bueno	Acma, Dermatitis alérgica, una lesión desde los 7 años de edad.	
7	Masculino	30 años	D.F.	Ateo	Soltero	Técnico en computación	Videojuegos	Ninguno	Ambos vivos	Madre fumadora y Padre hipertenso y con diabetes	1	Primero	Caprista de datos	Lunes a Viernes no tiene horario fijo	Bien, aunque la mayoría del trabajo me lo llevo a casa	No	Calle Privada No. 3 Col. Centro del Sur	Magnáscaras	Casa	2 cuartos, sala, comedor y 2 baños	Propia	Concreto	350 m	Agua, luz, teléfono y drenaje	7 años	En la misma colonia	Como a 5 m de su vivienda	Ninguna	No	Padre, Madre y hermana	Bueno	Con su padre mal se que el dolor de cabeza que hace lo que él dice, con su madre y con su hermana el trato es bueno.	Hemofilia, 3 operaciones de esquiama, Hepatitis C, 1 dolor de articulaciones.
8	Masculino	29 años	D.F.	Cree en un ser superior	Soltero	Preparatoria	Ninguno	Ninguno	Ambos vivos	Madre a veces sufre de presión alta y de depresión y Padre después de un accidente tuvo problemas	3	Último	Encargado de una subcontratación y realizando trabajos	Lunes a Sábado del 8 a 5 de la tarde	Bien	No	Avenida 509, número 209 San Juan de Aragón 11 sección	Gustavo A. Madero	Casa	7 cuartos, cocina, sala, y 2 baños	Propia	Concreto	De frente como 16 m y 20 de fondo	Agua, luz, teléfono y drenaje	Toda su vida	Ninguno	A 50 m. de su vivienda hay un departamento	Av. 510 y 508	Si	Madre, Padre y Hermanas	Bueno	Madre lo trata como si fuera chico y con su Padre no se lleva bien. Con sus hermanas está quien hace su vida.	Hepatitis, gripes, dermatitis
9	Femenino	17 años	D.F.	Católica	Soltera	Preparatoria	Ninguno	Ninguno	Ambos vivos	Madre ningún padecimiento y Padre tiene el mismo padecimiento en el.	2	Primera	Empleado de un restaurante de comida rápida Burger King	Lunes a Domingo de 12 a 5 de la tarde	Bien, aunque a veces en estresada.	No	Santa Domingo Coyoacán	Coyoacán	Casa	3 cuartos, sala, comedor y 1 baño	Propia	Concreto	No sabe	Agua, luz, teléfono y drenaje	Toda su vida	Ninguno	Parque a 10 min. de su vivienda	No	No	Madre, Padre, hermano y hermano	Bueno	Madre bien, Padre no se lleva, Hermanos chocan ya que es el menor casado y su hermano es chico y no hay complicaciones	Gripe y los cada mes
10	Femenino	52 años	D.F.	Católica	Casada	Preparatoria	Ninguno	Ninguno	Ambos vivos	No sabe, ya que no vive con sus padres.	1	Primera	Administrativo del IMSS	Lunes a Viernes	Bien	No	Av. Hidalgo No. 74 Colonia Santa Anita	Venustiano Carranza	Casa	2 cuartos, sala, comedor y 1 baño	Propia	Concreto	90 m	Agua, luz, teléfono y drenaje	28 años	Ninguno	Solo en los condominios, pero están secos	Av. Hidalgo	No	España, hija, nieto y nieto	Bueno	Español, discusiones por ser conformista en su trabajo, con su hijo no tiene ningún problema, hay un momento su desorden, para tener un carácter fuerte	Gripe
11	Femenino	46 años	D.F.	Católica	Casada	Psicóloga	Estar con sus hijos	Ninguno	Madre viva Padre vivo	Madre tiene hipertensión y no sabe que enfermedades tenga su Padre	4	Primera	Guardería del IMSS	Lunes a Viernes	Bien	No	Calle Zaragoza, manzana 21, lote 12, casa 23	Iztapalapa	Casa	2 cuartos, sala, comedor y 1 baño	Propia	Concreto	No sabe	Agua, luz, teléfono y drenaje	20 años	Ninguno	Vive en el campo	Atalador de su casa, sala, hay cafés	No	Padre y tres hijos	Bueno	Padre tiene problemas. Con sus hijos ella dice que tiene mucho comunicación y con el chico tiene problemas por sus conductas	Gripe y aislamiento
12	Femenino	31 años	D.F.	Católica	Casada	Primaria	Jugar con su hijo	Ninguno	Madre viva Padre no sabe.	No sabe	6	Cuarta	Comerciante	Viernes	Presionada	Si	Javier Rijo Gómez	Iztapalapa	Departamento	2 cuartos, sala, comedor y 1 baño	Rentada	Concreto	No sabe	Agua, luz, teléfono y drenaje	2 años	Vivió en la casa de sus papas	Hay un parque pequeño cerca de su vivienda	No se acuerda	No	Padre y su hijo	Bien se lleva bien	Estreñimiento, Gripe y tos	
13	Masculino	62 años	Veracruz	Católico	Casado	2º Preparatoria	Coleccionar coches y motos de juguete.	Ninguno	Ambos muertos	Madre y Padre muertos de diabéticos	1	Primero	Gerente de compra	8 a 3 de la tarde	Presionado y Estresado	No	Estados No. 70 Col. Prados de Coyoacán	Coyoacán	Casa	4 cuartos, 3 baños, la cocina, la sala y el comedor	Propia	Concreto	210 m	Agua, luz, teléfono y drenaje	30 años	No	Hay un parque a 5 cuartos de su vivienda y dentro de su vivienda tiene un área verde de 18 m.	Canal de Miramontes	Si	España, 2 hijos, nieto y 2 nietos	Bueno	Los niños, saben de su negocio, entonces le dan confianza, no son presionados y son serios.	Variopos, migra desde hace 25 años.
14	Femenino	38 años	D.F.	Católica	Soltera	Maestría	Estar realizando cosas del trabajo	Ninguno	Madre viva Padre muerto	Madre con diabetes, presión arterial alta y nervios. Padre muerto de cáncer de próstata	Hija única	Primera	Maestría a nivel Superior	Lunes a Viernes 8 horas diarias	Muy bien, ya que va a susupervisar a los maestros	No	Colonia No. 8 Ampliación Santiago 2ª sección	Iztapalapa	Casa	2 cuartos, 1 baño, sala y cocina	Propia	Concreto	120 m	Agua, luz, teléfono y drenaje	27 años	Si	Hay un medio kilómetro de su vivienda	Si, una calle muy transitada	No	Madre	Bueno	Hay buena comunicación, buena relación y hay comprensión. Cada quien tiene su espacio	Anginas, lupus, enfermedad de Lill y presión baja.
15	Femenino	64 años	D.F.	Católica	Casada	Lic. en Enfermería	Ninguno	Ninguno	Ambos muertos	Madre asmática e hipertensión, falleció de paro en el corazón. El Padre era hipertenso, falleció de un derrame cerebral.	2	Primera	Realizando exámenes de laboratorio. El Padre era periodista	Bien aunque en ocasiones y tedioso	Si, cambio de trabajo en pediatría y oncología	No	Olivo No. 17 Col. Florida	Absoluto Chapultepec	Casa	3 cuartos, 3 baños, sala y comedor	Propia	Concreto	200m	Agua, luz, teléfono y drenaje	38 años	Si, hace 13	Hay bastantes áreas verdes cerca de la vivienda	No se acuerda y se encuentra lejos ya que se trasladó a un transporte público	No	Tla, esposa, hijo y nieto	Bueno	Con su esposo se relaciona bien, ya que se acuerda, con su hijo de hablar por largo tiempo.	Enfameca desde niña, grietas y arañes que no se curan, los niños bien los alimentan. Toco anemia y la gripe, infecciones de las articulaciones, tiene hipertensión y tiene colesterol.
16	Femenino	28 años	D.F.	Católica	Soltera	Lic. en Trabajo Social	Ninguno	Ninguno	Madre viva y no relaciona a su padre	Ningún padecimiento	4	Mediana	Niños con discapacidad	Lunes a Viernes con horario completo.	Bien, los niños no tienen a madre y yo los quiero mucho	No	Colonia del mar, manzana 73	Tlalhuac	Casa	3 cuartos, 1 baño, sala, comedor	Propia	Concreto	No sabe	Agua, luz, teléfono y drenaje	28 años	No	Su madre tiene un apartamento en la pequeña área verde que está enfrente de su casa	Si	No	Madre y dos hermanas	Bueno	Cada quien tiene su forma de ser y existen contradicciones	Acma, artritis reumatoide, esclerosis, anemia y tumores
17	Masculino	55 años	D.F.	Católico	Casado	Secundaria	Ninguno	Ninguno	Madre viva y Padre muerto	Madre sufre hipertensión y su Padre falleció de un diabético	2	Mediano	Mensajero	No tiene horario	Le parece agotable pero estresado por el tráfico	Si	Tomas de Pastores, calle Flor de Cañita No.24 manzana 38	Alvaro Obregón	Casa	3 recámaras, sala, comedor y 1 baño	Propia	Concreto	200 m	Agua, luz, teléfono y drenaje	20 años	Si	No, tiene como 40 m de jardín con diversas plantas	No, es una zona que no tiene calles o avenidas grandes	Si	España, hijo, hija y nieto	Bueno	Con su esposa tiene muchos sentimientos de culpa	Diabetes, presión baja
18	Femenino	45 años	D.F.	Cree en un ser superior	Casada	Preparatoria	Estar en el grupo de Hipódromo, ella es la presidenta.	Ninguno	Ambos muertos	Ambos muertos de diabetes	10	Mediana	Amo de casa y es la presidenta de un grupo de hipódromo	El grupo está los viernes	Cuando la gana comienza a partir, el grupo de domingo empacando	No	Mixcoac	Miguel Alemán	Casa	3 cuartos, sala, comedor y 2 baños y cochera	Propia	Concreto	No sabe	Agua, luz, teléfono y drenaje	18 años	No	No	Villapal y si es transitada.	No	Hija, hijo y esposo (padre fallecido de D.F.)	Bueno	Sus hijos son muy comprensivos ya que no hacen que se preocupe por ellos. A su padre, le amaba ya que se vivía con ella, por condiciones laborales.	Hepatitis C, desintegración en la plasma, infecciones vaginales y uso lentes
19	Masculino	25 años	D.F.	No tiene religión y no cree en nada	Soltero	Secundaria	Comics, música y películas buenas, como los caballeros del zodiaco y Batman	Fútbol cada 15 días	Ambos muertos	Madre cáncer y Padre cáncer de próstata	2	Mediano	Es el encargado del centro de computo y diseño de páginas	7 am a 6 pm trabajo los sábados al mes, alternos	Estresado	Si, trabajaba en la Universidad Investigando en el laboratorio de computo.	General Ojeda no. 55 1 Col. Observatorio	Miguel Alemán	Departamento	1 cuarto, comedor, cocina y 1 baño	Rentada	Concreto	30 metros	Agua, luz y drenaje.	1 año 2 meses	Si, vivió con su mamá	Cerca de la vivienda está la delegación Miguel Alemán, también está la colonia de Chapultepec.	Pueñitico	No	Hermano el chico	Bueno	Con su hermano está mal, con su mamá está en la casa de su mamá	Acma desde los 5 años y dermatitis, alergias al gluten.
20	Femenino	35 años	D.F.	Católica	Casada	Secundaria	Ver la T.V. y escuchar música	Ninguno	Madre viva y Padre muerto	Madre padecía de los huesos y Padre murió de cáncer por el alcoholismo	6	Tercera	Hace 17 años trabaja y ahora se dedica al hogar	No tiene horario	Bien y abundante	No	Av. Risco No. 1 Col. Urbana San Juan Ixtabasco	Española	Casa	2 cuartos, 1 baño, cocina y sala.	Rentada	Concreto	No sabe	Agua, luz y drenaje	15 años	Vivió en la casa de los padres de su esposo	Está en una zona que no tiene calles o avenidas grandes.	La carretera México Puebla, ya que la casa está en el km 11.5	No	Con sus tres hijos su esposo	Bueno	La mayoría del tiempo está sola, ya que todos se van a la escuela y además no le da hambre, solo come cuando llegan sus hijos	Gripe, un poco de reumas en las manos

Actualmente toma o ha tomado.	Actualmente ingiere alcohol o ingiere alcohol.	Tiempo con el padecimiento	Por que cree que le dio la psoriasis	Parte del cuerpo que le presento el primer sintoma	Sintomas se instalaron en el lado izquierdo o derecho	Continua apareciendo en el mismo lugar	Situaciones que asocia con mejoría	Situaciones que asocia que empeora	Medicamentos	Tratamiento a alternativas	Sintomas con tratamientos alternativos	Consecuencias del padecimiento a su vida social	Consecuencias del padecimiento a su vida laboral	Tipos de alimentos en el desayuno	Tipos de alimentos en las comidas	Tipos de alimentos en la cena	Tipos de alimentos entre comidas	Ingesta de carne de pollo a la semana	Ingesta de carne de res a la semana	Ingesta de carne de cerdo a la semana	Ingesta de frutas al día o a la semana	Ingesta de verduras a la semana	Sabor preferido: dulce, salado o amargo.	Observaciones
No toma y de joven lo ha tomado.	No consume alcohol	Entre 4 y 5 años	No sabe, por diagnóstico médico por nervios	Manos	Izquierda	Si y también en el lado derecho	Si y también en el lado izquierdo	Con el estrés y con la presión	Barfo crema con coque diluida con aceite de ajojalá	Ninguno	No hay mejoría	Pena	Autosmia baja	Guisados del día anterior	Comidas a base de carne roja, pollo, fiambre, ensalada y queso	Guisado de la comida	Ninguno	1 vez a la semana	1 vez a la semana	1 vez	Frutas de manzana, melón y plátano.	No consume	Picante	Por la gravedad de su enfermedad la persona fue entrevistada en el hospital teniendo una gran disposición.
No toma, con antecedente temporario	Ingiere alcohol, pero no ha bebido por la psoriasis	18 años	Por los problemas que tenía con su esposa de agresividad	Cabeza	Centro de cabeza	España y el 90% de su cuerpo	Con el estrés y con la presión	Con las preocupaciones económicas y con alcohol	Motexolax	Ninguno	No se sabe	Usa ropa de manga larga	En el trabajo, trato de prescindir por la psoriasis pero no se la aceptaban, ya que no deseaba seguir siendo el mismo	Fruta y pollo con verduras	Soja de pollo, pollo frito y verduras	No cena	Ninguno	Diario	No consume por prescripción médica	Diario en las manzanas	Diario en la comida	Salado	La persona se encontraba en buena disposición en la entrevista, aunque hubo momentos en que habló con sentimiento al estar hablando de su familia.	
No toma, con antecedente fumaba.	El alcohol lo dejó por la psoriasis	20 años	Por el estrés	Mano	Derecha	Si y también en la espalda, brazos y piernas.	Cuando ingiere los medicamentos	Con el estrés y la presión económica	Tetraciclina, Paracetamol, Isopropirina	Tratamiento homeopático, Herbolina y Neurtrolin	No hay mejoría	En los transportes públicos, le pedían su asilo. Se sentía mal con su pareja.	Siempre almorzaba por sus compañeros y friends a restaurantes. Además le molestaba lo que le preguntaban por su padecimiento.	Guisados del día anterior	Guisados a base de carne roja, pollo y refresco	Lleche y pan	Agua o refresco	5 veces por semana	2 o 3 veces por semana	1 vez por semana	Cada tercer día manzana o papaya	4 veces por semana	Picante	La persona se veía muy nerviosa, casi no hablaba y lo hacía en voz muy baja. La entrevista se tuvo que trunchar ya que tuvo que pasar a consulta.
No toma, con antecedente fumaba hace 25 años	No consume alcohol desde hace 25 años	15 años	Por los nervios	Mano	Izquierda	Si, todo el brazo izquierdo, al pecho, estómago, espalda, rodillas y piernas.	Cuando ingiere los medicamentos	Presión, ansiedad, temor	Motexolax, Insulina	Bienestar, medicinas con hierbas, vibras de coque	Ninguna mejoría	No tiene control de límites asistiendo a restaurantes. Además le molestaba lo que le preguntaban por su padecimiento.	Me molestaba lo que le preguntaban. Se sentía ignorante y cobarde.	Té de manzanilla, costilla de frías con yogur matón o papaya, café con leche, pan y gelatina.	Soja, galletas de arroz y el guisado que sobra en la comida.	Ninguno	Ninguno	5 o 4 veces por semana	2 veces por semana	2 o 5 veces al mes	Siempre en el desayuno	1 vez por semana, en la sopa de verduras	Picante	Fue una entrevista muy rica en contenido y siempre satisfecho al relatar la historia de pertenecer a un grupo AA.
No toma, hace 30 años si fumaba.	No toma, hace 30 años si fumaba	6 años	Lo dio por los problemas con su esposa, además una gripe, lo dio que le habían hecho daño.	Pie	Izquierda	Si y también en el lado izquierdo de su cuerpo, pesadilla al lado derecho.	Cuando ingiere los medicamentos	Estrés	Hidroxicina ácido fólico parietino y complejo B.	Con la grieta	Ninguno	Ninguno	Cuando lavaba los baños, al ver la mano, lo despidieron.	Lleche con chocolate, bistec, pollo de pollo y sopa de ajo.	Pollo, bistec, frijoles, carne de puerco	Ninguno	Ninguno	Diario	2 veces a la semana	1 vez al mes o 1 vez los dos meses	A la semana un plátano o una manzana o papaya o sandía	No consume	Picante	A las impresiones su voz tan baja con la que hablaba y su forma de sonreír, probaba hacia abajo y al frente, también que tuviera un solo apellido.
No toma	Tomaba hasta un año cada semana.	Desde 1 año	Le dio por nacer a las niñas de Tamarugo	Amos lados	Amos lados	Amos lados	Amos lados	Presión y tensión.	Psiquiátrico, clonazepam, hidroxicina, demetolax, citalopram, parietolax	Medicina nuclear y Acupuntura	No le sirven	Ya los cosas de manera general, además con ganas de hacer cosas.	Dejó de asistir a la escuela y al trabajo.	Yogurt, leche, huevo, sintonizada, pan y leche	Carne de res, pollo y verduras	Pan y leche	Agua o alguna fruta	3 veces a la semana	4 o 5 veces a la semana	Una vez a la semana	Verduras consumen todos los días	No consume	Picante	Lo sentí tenso y nervioso, además que hablaba muy rápido, no se la entendía y constantemente se ríe
No toma	No toma y nunca lo tomaba	6 meses	Por el medicamento que ingería y se le venía la psoriasis	En la frente, y en ambos brazos.	Izquierda	Si y también en el lado derecho.	Ingiere medicamento	Con el mareo	Difidax, Bior, Hidroxicina y Linc	Loción de agua de rosas, frito solar	No le sirven	Cuando lo sale en la plaza de compras en su forma de jugar con una niña de su edad.	En casa de los parientes, le dan comida y trata de buscar objetos fijos para colocados en su habitación.	Un vaso de leche, pan y frito, ensalada, arroz, pollo, carne y verduras.	Analiza como quesadillas, Hamburguesas, hot dog y cable con queso.	Pan y leche	Nada	3 veces a la semana	3 veces a la semana	2 veces a la semana	Cada tercer día a veces diario	Diario 1 o 2 frutas	Picante	Es una persona aburrido, está frustrada la persona, usaba bromas de bastante gracia e iba acompañado de su mamá a la consulta.
Si, 5 o 6 cigarrillos al día. Antes fumaba puros y coque.	No, hace 3 años tomaba cada ocho días.	8 años	Por el sol, hay veces que deseanerarse y otros que se van a dormir.	En los brazos	Amos lados	Si	Si	Rallado	Con el sol y el estrés	Psicología	No se acuerda	Ninguno	Se tiene que poner algunas de manga larga.	Tamara, zanahoria y fresas de gelado	Comidas casera y chicharrones	Cigarrillo, refresco o golosinas	Diario	Diario	Diario	No consume	4 veces en el desayuno	Salado	La persona se encontraba al inicio muy tímido, mostrando constantemente el pie y comenabdo con voz subida de tono, mostrando y de manera amable, conforme fue la entrevista empezó a tranquilizarse.	
No toma	Ingiere alcohol solo en fiestas	3 años	Desde que empezó a necesitar y necesitaba por su Padre	En la cara	Amos lados	Si	Con medicamento	Con medicamento	Tetraciclina, Paracetamol, Isopropirina	Mascarillas de gel	No	Le da pena salir a la calle, ya que le ignora su le queda viendo.	Le da pena que se le queden viendo a cara.	Soja y el guisado del día anterior como pollo, carne y chile. O leche con cereal o arroz.	A veces come donde queda, hamburguesas o a veces lleva de su casa arroz o ensaladas de lechuga, zanahoria, apollo y queso.	Lo mismo del desayuno	Dulces como pastillas harts	3 o 4 veces a la semana	3 veces a la semana	1 o 2 veces al mes	1 o 2 frutas a la semana	2 o 3 veces a la semana	Picante	Se encontraba al inicio bastante tímido ante la entrevista, constantemente al pie y comenabdo con voz subida de tono, mostrando y de manera amable, conforme fue la entrevista empezó a tranquilizarse.
No toma	Ingiere alcohol cada 15 días en reuniones familiares.	3 años	Por prescripción médica, me dijeron que lo que me faltaba eran las vitaminas.	En la cara a nivel boca	Amos lados	Si	Con medicamento	Situaciones de estrés	Paracetamol	Hidrocortisona y tratamiento para fongo	No	En la familia sepan su plato, su estilo y sus detalles. Con su esposo hay desamoramiento y no le da ni un minuto.	Guisado de yogurt, pan de dulce con café y leche.	Bistec con chile, papas papadas y calabazas gratinadas	Soja y guisado	Fruta y pastel	2 veces a la semana	5 veces a la semana	1 vez al mes	2 o 3 veces a la semana	Lo que consume el guisado.	Picante	La persona se encontraba muy nerviosa hablando muy rápido y jugando con el papir que trae en su bolso, en ocasiones a hablar de su esposo se veía en su rostro un dolor profundo.	
3 o 4 cigarrillos diarios	No ingiere alcohol	12 años	Le fueron saliendo burbujas en sus manos y por los nervios	Mano	Derecha	Si, además en la mano izquierda haciéndolo un espacio.	Tranquila	Por nervios y estrés	Hidrocortisona, acetaminofen, demetolax, acetaminofen, Enoxalona de heparina baja humana.	Acidocorticoles, acetaminofen y rizoconazol. Exolaxina de heparina humana.	No	Sus sobrinhas le dicen que cambia de piel como vibora. En la calle le gritan que se le ve la mano.	Descorren las maderas de los autos de la guardería al verme las manos.	Lleche, pan, ensalada, frito y verduras.	Guisado de pollo y arroz.	Pan y leche, pero me dan pan con medicamento	Cigarrillo	1 o 2 veces por semana	2 o 3 veces por semana	2 o 3 veces al mes	1 o 2 frutas a la semana	No consume	Picante	La persona mostró interés durante la entrevista mostrando constantemente su estilo, me llamó la atención que ingiere unos pañales y accede a mostrarlos.
1 o 2 cigarrillos al día	No, hace 7 años tomaba cada ocho días.	2 años	Desde que se alivio de su hijo, cosa que un quijano estuvo esta enfermedad.	Oreja	Izquierda	No	Cuando no está preocupado.	Agua caliente la lavaba con jabón, cuando está preocupado o estresado.	Paracetamol, glucosamina en crema	Bienestar	No	Sus familiares le preguntan, respecto a su hijo ella se molesta, no sabe que contestar.	Ninguno	Café con leche y guisado del día anterior.	Pollo en chile ganchillo o en salsa verde, emparrado a frito, tortitas de carne en salsa o ensalada.	Pan y café	2 o 1 veces a la semana	3 veces a la semana	1 vez al mes	Cada tercer día papaya de la manzana, pera, manzana o verduras.	1 vez a la semana en la sopa de verduras.	Picante	La persona se encontraba muy desahogado por estar en la consulta, me ríe y se tomaba de la boca como si le diera pena hablar o que se ríen.	
1 capsula diaria	En fiestas, toma 4 copas.	4 años	Que en el momento no se reflejan las cosas, pero se reflejan con el tiempo	En los dedos de la mano	Derecha	Si, además en la mano izquierda	Cuando se encuentra tranquilo	Café al estilo del italiano y a veces al llegar a casa.	Paracetamol, metoprolol, metformina, acetaminofen y acetaminofen	Crema	A veces	Escucho sus manos en el suelo tanto a decir que su enfermedad no se contagia	Cuando tiene grietas en las manos, le imobilizan mandando ya que lo produce vómitos	Desayuna 4 veces por semana en frito con salsa de refresco.	Guisado de pollo y un sandwich con pan y leche	Soja ligera o dulce sin azúcar	Toda la semana	No muy frecuente	No consume ya que se le prohibieron por el ácido fólico	Solo alguna manzana entre comidas	Lo que consume el guisado.	Picante	La persona estaba muy desahogada por sus pérdidas familiares lo cual demostró su padecimiento en todo el cuerpo, en ocasiones se sentaba derecho para aparecer bastante para verla a decir.	
Con ansiedad fumaba, ya tiene 6 meses que lo dejó	Con ansiedad tomaba, pero desde hace 6 meses que lo dejó	5 años	Los doctores dicen que se por nervios y no uno, yo digo que es por la intolerancia	Brazo y pierna	Derecha	Si, en todo el cuerpo, pero desde hace un mes que me quitaron	Cuando no está preocupado o nervioso	Tensión, nervios, carga de trabajo o cuando los niños son extremos	Pluax H	El dermatólogo le quema las manchas	Si, le refresco	Por lo general acostumbra usar ropa con manga larga para que no se le vean las manchas, ya que se siente estoroso y le da pena	Usa ropa que no le permitan ser visibles sus manchas ya que siente pena	Soja y guisado. El guisado contiene ensalada y pollo	Soja de verduras, arroz o alguna otra verdura	Ninguno	2 o 3 veces por semana	Casi no consume	Casi no consume	Si, manzana, papaya, melón, plátano solo los consumo después de comida	Lo que consume el guisado.	Picante	La persona al momento de sentarse frente de mí, estaba en la silla de la silla, constantemente vibraba y a ver los comenabdo. Su tono de voz era bajo y tenía que pedirle repetidas la respuesta ya que hablaba muy rápido, observé que se sacaba constantemente los brazos.	
No fumaba	No tomaba	20 años	Si, desde que permitiera pensar en el trabajo	Pierna	Derecha	Si, además en las piernas de los pies, y en ambos brazos	Cuando permanece mucho tiempo parado o está molesto	Cuando está en casa descansando y cuando no está molesto con su esposo.	Acetaminofen, acetaminofen, parietolax y otros paracetamol	Crema de almendra, agua azulada	No ve mejoría	No sabe si le gusta, trata de no salir preferiendo quedarse en su casa.	Tarda bastante tiempo, cuando se pidió movimiento su problema.	Lleche, fruta, verdura y leche ligera	Arroz casi siempre, fruta y verdura	Café con leche y pan	Fruta o pan	Casi del diario	3 veces al mes	No consume ya que se le prohibieron	Manzana, uvas, pera, papaya, manzana, melón	Diario por prescripción médica	Salado	La persona se encontraba muy disponible al dar la entrevista y muy amable. Se mostró con preocupación ya que se estaba esperando su esposo.
No toma, ni fumaba	No toma, ni fumaba	26 años	Los médicos dicen que es por nervios, otro doctor me dijo que era por la cara	Cara	No se acuerda	No, solo en el estómago, pero me dio que me paraba	El clima muy caliente o muy frío, influye en la piel	La enfermedad en mi piel se la quite y luego aparece	Bon batiendo y por ahí, no se acuerda que medicamento son.	Bloqueador solar	Más o menos en las manchas	Le da pena enseñar sus manos en los camiones	Ninguno	Juegos de naipes o dominos a la fruta que haya de comprar de un sandwich de jamón o frijoles	Verduras y carnes	Dulces	4 veces por semana	2 o 3 veces por semana	1 o 2 veces por semana	2 frutas al día	Lo que consume el guisado.	Picante	La persona al iniciar la entrevista se encontraba muy nerviosa, tartamudeaba al hablar de su madre, parecía una niña quejadosa. La entrevistada me dio la impresión de una niña grande e inteligente en su aspecto físico.	
No toma, ni fumaba	No toma alcohol, antes si lo hacía	5 años	Desesperación	Cuero cabelludo	En el centro de la cabeza	Si, bajo hasta la cara y los brazos	Cuando está tranquilo	Cuando tiene preocupaciones	Paracetamol, metaxolax y hidroxicina	Shampoo para la cabeza	A veces, ya que no quiere aparecer.	No, ya que no le permitían ser visibles sus manos en un público	Ninguno	huevo, una hamburguesa de pan, una tortilla y frito de arroz con economo y jugo de toronja.	Verdura con carne de pollo	Sandwich de jamón con queso y café	Tarta de manzana o hamburguesa	5 veces por semana	1 vez a la semana	No consume	No consume por prescripción médica	Lo que consume el guisado.	Salado	La persona al empezar la entrevista se encontraba en buena disposición, se mostró nerviosa, hablaba de su familia y estaba muy contento, además tenía una gran tranquilidad, al pasar de la entrevista y al preguntarme de la relación con su esposa, me sentaba cómodo y me mostraba y comenabdo a flor.
1 o 2 cigarrillos al día	No consume alcohol por el cigarrillo	10 días	Adquirió una bacteria en un Tanco	Puntado en cara	Izquierda	Si, cara, cuello y abdomen	Con la comida	No sabe	Insulina, clonazepam, acetaminofen, acetaminofen en crema	Crema para el cuerpo	No	La gente se da cuenta que su piel está muy seca	En el grupo le comenaban que a pane de estar delgado está muy seca de su piel	Arroz o fruta, taza de té o café, una vez consume alcohol o va a desahogar al hijo a Batiendo	Guisado que contiene pollo	Tacos de pollo a base de carne o calabaza o cebolla	Cigarrillo	4 veces por semana	2 veces al mes	3 veces al mes	No consume, ya que está consumiendo fruta porque tiene los triglicéridos altos	Salado	La persona al estar respondiendo las preguntas no hablaba con seguridad, muchas veces se quedaba callado y se mostraba muy nervioso.	
1 cigarrillo a la semana y en las fiestas o en las copas	Evita el alcohol por la semana y en las fiestas o en las copas	8 años	Los médicos comentan que por el clima, de como consecuencia trascurra de su vida. Además por el clima de viento, calor y nevados.	Cuello	Derecha	Desde la cara y a veces pasa todo el cuerpo.	Tranquila	Estrés	Acetaminofen, hidroxicina, parietolax	Acupuntura, Neurtrolin y Homeopatia	No le funcionan	Se está acostumbrando porque él no se le ve bien, no se siente bien y se va por otros tratamientos. Se siente desde sus familiares, amigos y parientes. Además la cabeza por pena e inseguridad.	Se acorta de su compañero, para que no le preguntaran su problema en un público	1 litro de jugo de leche, sandwich café y frito	Soja, arroz y guisado de verduras, bistec dorado y manzana en pedacitos con queso, tocas de longaniza.	Cereal como al trigo, platin de arroz.	Sandwich y galletas	3 veces a la semana	3 veces por semana	1 o 2 veces por semana	4 o 5 frutas a la semana	No consume, ya que no le gustan.	Picante	La persona se sentía con bastante disposición ante la entrevista.
1 o 2 cigarrillos al día	En fiestas consume alcohol, a veces hasta 4 copas.	2 años	Por preocupaciones	Cara y oreja	Izquierda	En toda la cara y cuello cabelludo, además en el cuello y espalda.	Cuando no está preocupado	Cuando se angustia y preocupado	Motexolax, parietolax e hidroxicina	Naturitas	No tuvo resultados	Le da pena ir de la casa y cuando necesita algo de la casa, se le da pena salir con su esposa, siente que la gente se le queda viendo.	Tarda no salir de la casa y cuando necesita algo de la casa, se le da pena salir con su esposa, siente que la gente se le queda viendo.	Chicharones arroz con huevo	Soja, guisado, pollo con verdura o pollo al plátano como alguna fruta	Vaso de leche y pan.	Cigarrillo	Toda la semana	1 vez a la semana	No consumen	Consumen la verdura que a veces trae el guisado que papaya	Picante	En el momento de la entrevista la persona constantemente jugaba con sus manos, demostrando una actitud de nerviosismo.	