



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

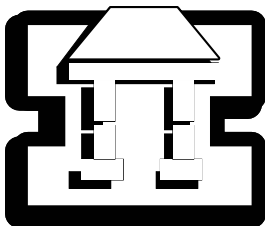
**DE LO FEMENINO Y OTROS DEMONIOS:
LA DISMENORREA**

TESIS EMPÍRICA

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A :
PAOLA MAGNOLIA VELÁZQUEZ LUCIO**

COMISIÓN DICTAMINADORA:

LIC. ARCELIA LOURDES SOLÍS FLORES
DR. SERGIO LÓPEZ RAMOS
DRA. OLIVA LÓPEZ SÁNCHEZ





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.

GRACIAS....

Gracias a la vida por permitirme conocer a todas aquellas personas con las que me he topado a lo largo de mi vida porque gracias al amor o dolor que he compartido con cada uno, he llegado hasta aquí y al mismo tiempo han sembrado junto conmigo la esperanza, el anhelo y ganas de lograr y concretizar muchas cosas más...

A mis padres

Gracias a Gracia...

Por aceptar valientemente ser mi madre, por educarme aun cuando muchas veces no he sabido agradecer los desvelos y las preocupaciones que pueda llegar a causar, por darme la libertad de dirigir mi vida, por escuchar, por tanto amor, cuidado y protección de forma incondicional, y por enseñarme algo fundamental en la vida “que uno puede hacer lo que desee porque uno tiene la fuerza y el valor para llevar a cabo lo que quiera, al igual que para levantarse, a pesar de las fracturas o lo alto de la caída, por apoyarme con tus actos y palabras, en lo que emprendo, por enseñarme que la vida a diario me sonríe cada vez que veo o escucho una risa tuya...

TE AMO MAMA

Gracias a Benito....

Por demostrar el compromiso y amor, aunque a veces me cueste trabajo comprender, por tu ausencia que me ha permitido hacer cosas sola y por mi misma, por haberme cobijado en las noches, por seguir amándome a pesar de lo que te he lastimado, por tener siempre los brazos abiertos para darme un abrazo a pesar del rechazo de ellos, por apoyarme en la idea de seguir estudiando y decirme que podía llegar hasta donde quisiera, gracias por hacerme sentir y verme como una niña cada a la cual estas dispuesto a proteger cada vez que me veo reflejada en tus ojos.

TE AMO PAPA

A mis hermanos

Gracias a Cristian ...

Por soportarme, por ser mi hermanito, por enseñarme que el amor sigue existiendo a pesar de los malos tratos y las ofensas, que se puede perdonar y olvidar, por apoyarme siempre que mis papas no concordaban con mis ideas, te amo.

Gracias a Nancy...

Por aguantarme, por ser mi hermanita y mi hermana mayor, por preocuparte por si ya había comido o si todavía me faltaba tarea, por estar dispuesta a desvelarse conmigo realizando trabajos, por atenderme y preocuparte cada vez que me enfermo, por demostrarme tu amor incondicional, te amo.

Gracias a Roberto.....

Por aguantar mi constante protección, por enseñarme que la inocencia y bondad no se pueden perder a pesar de los años, por ponerme fomentos de agua fría cuando tenía temperatura y por hacerme sentir que alguien me ama y me necesita, te amo.

A mis amigos y maestros

Gracias a Ana, Rosalía, Ivonne y Adrián...

Por demostrarme que los amigos existen, que se puede confiar en alguien, que existen personas además de tu familia que siempre te escuchan y están contigo cuando lo necesitas e incluso corren a tu lado cuando te encuentras muy mal, por cada palabra que me han brindado de aliento que me anima a seguir, por su preocupación e interés de saber que es lo que pasa en mi vida, por enseñarme y demostrarme que puedes ser importante en la vida de alguien más a pesar de la distancia y los años, los quiero mucho.

Gracias a Rubí....

Por soportarme 5 años de su vida, pero sobre todo por seguir dirigiéndome la palabra, espero que lo sigas haciendo ja, ja, ja....gracias por darme la confianza de comp. '' parte de tu vida conmigo, por abrirme tu corazón y por permitirme corresponder de la misma manera te quiero mucho.

Gracias a Isabel Moratilla...

Por compartir tu conocimiento, por escucharme, acompañarme y brindarme un lugar en tu vida, por regalarme la confianza que no me esperaba, por abrirme tu corazón, por permitirme conocer a la mujer que existe mucho más aya de la profesora, me mostraste al ser humano que me brindo amor y cobijo, te quiero mucho.

Gracias a Arcelia...

Por enseñarme que la vida se puede elegir, que existen otros caminos menos tortuosos, por sembrar en mí el amor a la profesión, cuando trabajas para el otro, por tener siempre tiempo para escuchar y hablar, por señalarme las cosas que debo cambiar, por tus regaños y consejos, por tus brazos siempre abiertos para sentir el cariño o poder llorar en tu hombro, por la confianza y apoyo, por permitirme ver y compartir tu gran corazón, fuerza y espíritu, por cada hermosa palabra y abrazo que me has brindado cuando lo necesitaba y sin necesidad de pedirlos, no solo me enseñaste las cosas que se encuentran en los libros, me enseñaste a vivir, Gracias Arce, te quiero mucho.

Gracias a Laura...

Por abrirme tu corazón, por escuchar, por abrazarme, por aconsejarme, por corregirme, por alentarme, por compartir tu conocimiento y las cosas tan bellas que has encontrado a lo largo de tu vida, por enseñarme el entusiasmo que se tienen al ayudar al otro, al aprender cosas nuevas y al estar haciendo lo que uno desea, por enseñarme la fortaleza, la alegría y al gran ser humano que guarda un pequeño frasco, te quiero mucho Laus.

Gracias Oscar....

Por dejarme ver y sentir la bondad, la energía, la emoción y la alegría que brotan del cuerpo y el espíritu al trabajar con el otro y con uno mismo, por enseñarme que dos personas pueden pelear al convivir, pero también pueden trabajar juntas, por compartir y abrirme tu corazón, te quiero mucho.

Gracias a Rosa....

Por enseñarme la fortaleza que puede llegar a tener una mujer para salir adelante y luchar por lo que desea, no solo en bienestar propio sino también de los que van al lado de nosotros, por enseñarme la otra parte, la de ser madre, para poder entender un poco más a la mía, por compartir conmigo y abrir tu corazón te quiero mucho.

Gracias a Roberto Chaparro...

Por compartir el amor que le tiene a la naturaleza, por hacerme valorar lo que hay a mi alrededor, el contacto de mis pies con la tierra, la sensación del agua cuando roza la cara, el murmullo del viento, lo hermoso que puede llegar a ser un amanecer y un cielo estrellado, por ayudarme a comprender que los miedos están en la cabeza, gracias, te quiero mucho.

Gracias a Luis Merino...

Por demostrarme el amor y la pasión que se le puede llegar a tener a la música y al canto, que lo importante es realizar el trabajo que te hace sentir vivo sin importar tanto la paga, por enseñarme las emociones y sensaciones que experimenta el cuerpo al sentir el canto, gracias, te quiero mucho.

Gracias a la profesora Arcelia Solís Flores...

Por brindarme tiempo y paciencia, por compartir su cocimiento, por asesorarme y alentarme para seguir y terminar este trabajo y muchos más, por brindarme la mano cuando pensaba que no podía levantarme, gracias.

Gracias al Maestro Sergio López Ramos...

Por enseñarme por medio de sus palabras y actos la naturaleza del ser humano y la vida, que me ayudan a comprender un poco más al otro, pero sobre todo para trabajar con uno mismo, gracias.

Gracias a la Dra. Oliva López Sánchez....

Por su trabajo compartido a través de los libros y sus valiosas palabras, por ayudarme a comprender un poco más lo que soy., una mujer, gracias.

Gracias al profesor Gerardo Chaparro...

Por compartir su conocimiento, por ayudarme a comprender la el vínculo y la unión entre la naturaleza y el hombre, por ayudarme a vislumbrar aun más la unida, gracias.

Gracias a la Dra. Norma Duran...

Por compartir amablemente su conocimiento, por enseñarme a valorar la importancia del otro en la investigación, por ayudarme a ver la parte humana en los métodos de investigación, gracias.



Gracias a cada una de las mujeres que compartieron su vida y sus emociones, que compartieron conmigo sus experiencias más hermosas y las más tristes, aquellas que a través de sus palabras me permitieron verme reflejada, ustedes también son muy importantes en mi vida porque gracias a ustedes pude realizar y concretizar este proyecto, pero sobre todo porque me permitieron comprenderme y conocerme más.

A mi cuerpo y mi espíritu que a pesar del olvido y los malos tratos no me han abandonado, gracias.

A la tesis no solo por permitirme titularme o por haber obtenido un poco más de conocimiento, creo que lo más importante que me brindaste fue encontrar y comprender mi construcción femenina y así comenzar la reconciliación con lo que he estado peleada, con mi cuerpo, sentimientos y lo que me toco vivir, gracias por ayudarme a seguir el camino.

ÍNDICE

RESUMEN	1
INTRODUCCIÓN	2
CAPITULO 1. CONCEPCIÓN ALÓPATA DE LA DISMENORREA	6
1.1 El ser mujer	8
1.2 La epistemología de la medicina alópata	20
1.2.1 Modelo biomédico	22
1.2.2 Modelo biopsicosocial	24
1.2.3 Modelo psicosomático	26
1.3 Aparato reproductor femenino	28
1.3.1 Parte externa	29
1.3.2 Parte interna	31
1.4 El ciclo menstrual	32
1.4.1 Fase folicular	33
1.4.2 Fase lútea	34
1.5 ¿Qué es la dismenorrea?	35
1.5.1 Diagnostico	36
1.5.2 Las causas de la dismenorrea	37
1.5.3 Tratamientos	40
1.5.4 Incidencia	41

CAPITULO 2. UNA NUEVA VISIÓN DEL PROCESO SALUD-ENFERMEDAD PARA LA EXPLICACIÓN DE LA DISMENORREA	44
2.1 El hombre como unidad	44
2.1.1 La teoría de los 5 elementos	47
2.1.2 Relación órgano-emoción	51
2.2 Otra explicación de la dismenorrea	55
CAPITULO 3. METODOLOGÍA	62
3.1 Objetivos	62
3.2 Método	63
3.3 Categorías	66
3.4 Resultados	67
3.5 Interpretación de los datos	157
CAPITULO 4 CONCLUSIONES	183
BIBLIOGRAFÍA	187
ANEXOS	

RESUMEN

La filosofía positivista que se instauró en el siglo XIX estableció el control tanto de la naturaleza como del hombre, partiendo el mundo en pequeños fragmentos para su estudio, otorgándole automáticamente a todo el carácter de objeto, incluyendo al cuerpo; transformando así la forma de ver la vida, la relación con los otros y uno mismo, donde las enfermedades crónico-degenerativas se vuelven una condición normal de vida, conduciendo a un aumento de enfermos y enfermedades, entre las se encuentra la dismenorrea, un malestar que se hace más frecuente en la vida de las mujeres y donde la medicina no ha proporcionado los resultados esperados, por eso es necesario cambiar el enfoque bajo el cual se aborda, una propuesta es la de Sergio López Ramos que ve al cuerpo como una unidad, porque forma parte de una sociedad, cultura, familia y geografía que le transmiten ciertos símbolos y signos a partir de los cuales comprende su realidad y guía su comportamiento, su alimentación, la apropiación de las emociones, las formas de resignación o resistencia a la vida, que se van dibujando en el proceso salud-enfermedad, por ello el objetivo de esta tesis fue analizar la dismenorrea como una enfermedad de tipo psicosomático, por lo que se realizó una investigación de tipo cualitativa, en la que se entrevistó a 25 mujeres con dismenorrea para rastrear la ruta de construcción de la enfermedad; a partir de la información recabada se encontró al enojo, la ansiedad y el miedo como las emoción que predomina en ellas, estableciendo así nuevas redes de sobrevivencia y de cooperación tanto orgánicas como emocionales, en donde una emoción activa la ruta de la sintomatología y el lugar donde inicia depende de la historia de vida, de la misma manera se ubica a la sociedad como factor de este malestar ya que esta actúa contra la vida, reflejando esta condición en el cuerpo, en este caso el útero por ser el lugar donde se origina la vida. Estamos ante cuerpos dominados por emociones, cuerpos que se presentan a diario ante los psicólogos demandando una mejor calidad de vida y que para cambiar esta ruta de la enfermedad es necesario cambiar la actitud ante la vida, principalmente el volver a quererse como mujer y esto solo se logra mediante el trabajo corporal.

INTRODUCCIÓN

Si volteamos a ver nuestro entorno nos podemos dar cuenta que estamos rodeados de máquinas o aparatos que nos hacen la vida más cómoda o fácil, que la ciencia ha trabajado y avanzado con el fin de ofrecer una mejor forma de vida y a pesar de ello somos cuerpos que caminan con una colecciones de afecciones físicas y emocionales, que a veces andan sin ninguna alegría por vivir, cuerpos que llenan los hospitales con un sin fin de enfermedades y que salen con la canasta básica de medicamentos resignados a vivir con los malestares, cuerpos que sufren a lo largo de su existencia y en su lecho de muerte, esto es una calidad de vida muy por debajo de considerarse digna, pero es la realidad con la que vivimos.

Es de todo saber popular que los avances científicos en el área de la salud son inmensos, pero la realidad es que no han sido los suficientes o mejor dicho los adecuados para abordar la problemática actual, la dificultad reside en la filosofía de la cual parte para abordar su objeto de estudio, el paradigma cartesiano, que promueve la disección del ser humano para su estudio, el cual se ha diluido entre tantas superespecializaciones que buscan el minucioso estudio del detalle quedando ciegos al proceso.

“Lo que alguna vez fue microcosmos se convierte en cuerpo y nada más que cuerpo...desapareció...la hipótesis de pensarlo en su relación con el cosmos, con el otro,...un cuerpo purificado y autónomo nace, el de la medicina...donde se perdió la...relación natural del hombre con su cuerpo”, ya que se ha convertido en territorio del saber, lo que lo ha limitando para entender el origen y causa de su procesos corporales, donde su vida está en manos de otros¹.

¹ López, G. M. (1999). El cuerpo, el sujeto, la condición de mujer. Buenos aires: Biblos. p. 155.

Dentro de las especialidades del cuerpo humano nos encontramos los psicólogos, profesionistas que tenemos el objetivo de “promover un cambio conductual individual o grupal provocando el desarrollo integral y armónico del hombre...”², pero los métodos y las técnicas no nos han sido suficientes para detener el número de suicidios, depresiones, crisis emocionales o existenciales, es indispensable el cambio de visión con el cual nos movemos, porque estamos viviendo la crisis del paradigma cartesiano, visión que ha delimitado una forma de ver la vida en la que la idea del control ha promovido el uso y abuso tanto de la naturaleza como del cuerpo, donde éste último ha entrado al campo de la mercadotecnia y se ha deshumanizado, cambiando la forma de relacionarse con el otro, en donde se compete y el valor de alguien se determina por lo que tiene y no por lo que se es, donde el cuerpo lucha constantes batallas ante las exigencias a las que se expone tanto físicas como emocionales y el abandono corporal y emocional se ha hecho presente en cada crisis del hombre lo que ha conducido a la modificación fisiológica para resistir o resignarse ante la vida que enfrenta dando paso a una enfermedad, donde la visión cartesiana no ha podido brindar una salida y ha promovido la idea de que es un estado natural.

Es evidente la necesidad de una nueva epistemología que se enfoque en el origen y no en la sintomatología, para esto encontramos la propuesta de Sergio López Ramos que ve al cuerpo como una unidad que no puede desarticularse de la cultura, la historia, su alimentación, la su geografía, la forma en que se apropia de las emociones y la geografía en la que habita, porque son factores que conviven y viven en el cuerpo.

Es necesario también salir de la idea de que es normal que el cuerpo presente ciertas enfermedades, porque nacemos sanos con un equilibrio en el organismo, lo que nos debemos preguntar es ¿qué es lo que lo rompió y dio paso a la enfermedad?.

² Idem, p. 393

Existen miles de enfermedades que aquejan a la humanidad, pero mi interés se dirigió a un malestar que se ha considerado como normal en la vida de la mujer, la dismenorrea, síntomas que se presenta en gran parte de la vida femenina y con bastante frecuencia, lo que le impide realizar sus actividades cotidianas con comodidad y en casos extremos pararse de la cama, esta condición es característica de la vida de más del 52% de las mujeres³ y sin embargo los médicos no han encontrado una solución eficaz al problema solo han proporcionado curas momentáneas o la disminución del dolor.

Es necesario voltear a otro lado para encontrar la forma de brindarle a la mujer una calidad de vida en la que no se vea obligada a pasar cada mes por dolores y malestares, por ello el objetivo de esta tesis fue analizar la dismenorrea como una enfermedad de tipo psicosomático, donde una emoción es la que sostiene el proceso sintomático, esto se puede leer y ver en el cuerpo porque es en el donde se concreta y prolonga un estilo de vida que genera nuevas relaciones tanto orgánicas como emocionales.

Realicé una investigación de tipo cualitativa que me permitió recabar información sobre los estilos de vida de 25 mujeres con dismenorrea mediante la elaboración de una entrevista semiestructurada basada en una relación sujeto-sujeto, porque el ser humano no es un objeto que se puede manejar, este tiene una historia, cultura, un tipo de alimentación, una forma de vivir, símbolos y significados que reflejan en la información y empapa a la investigación la cual es guiada por las entrevistadas y mis primeras interpretaciones sobre la realidad, en base a esto y la información que tenía recabada se fueron construyendo las categorías a analizar que dieron paso a un rastreo de la construcción del soma que me permitió salir de la visión de la enfermedad como algo natural.

Este trabajo se divide en 4 capítulos, el primero plantea la visión bajo la cual los médicos trabajan con la dismenorrea, las implicaciones y limitaciones que ha

³ <http://www.webdelamujer.com/02salud/dismenorrea/01info/03.asp>

traído a la hora de abordar el cuerpo femenino, el segundo capítulo plantea la propuesta de Sergio López Ramos para la concepción del cuerpo como una unidad, desde la cual se puede vislumbrar otra explicación de lo que es la dismenorrea. En el tercer capítulo se pueden observar los datos recabados de 25 entrevistas realizadas a mujeres con dismenorrea, en donde el estilo de vida y los sucesos que experimentan a lo largo de ella van dibujando la ruta bajo la cual se dio paso a la enfermedad, visión que va más allá de la mera concepción orgánica, y finalmente el capítulo 4 contiene las conclusiones a las que llegué con ayuda de las entrevistadas y que aportan a la mujer una nueva concepción de lo que es la dismenorrea abriendo y permitiendo la búsqueda de un camino diferente a su padecimiento, con una calidad de vida mejor.

CAPÍTULO 1. LA CONCEPCIÓN ALÓPATA DE LA DISMENORREA

*Sin saber lo cercano que ésta
la verdad,
la gente la busca lejos:
¡Qué lamentable!
somos quienes
en medio del agua
lastimosamente se quejan de
Sed.*

Hakuin

Nos encontramos en una época donde los hallazgos y avances médicos ofrecen nuevas soluciones para el mejoramiento de la calidad de vida del ser humano, principalmente en cuestiones de salud, basta con prender el televisor o leer el periódico para ver un encabezado que haga alusión a los resultados de numerosos esfuerzos de investigadores y doctores para encontrar la cura milagrosa a determinada enfermedad que está consumiendo la vida de hombres y mujeres o que afecta sus actividades cotidianas, pero ¿por qué entonces, las cifras de personas que sufren de determinado padecimiento o que mueren a causa de otro se siguen engrosando en lugar de disminuir?, ¿por qué se habla de una calidad de vida mejor, si las personas deben acostumbrarse a ciertos dolores o padecimientos que tal vez los acompañen el resto de su vida, al igual que su lista de medicamentos que deben consumir al día, debido a su condición corporal?.

Una de las enfermedades que se ve con normalidad en la vida femenina es la Dismenorrea, pero ¿si fuese normal no la tendrían que padecer todas las mujeres?, sin embargo no es así, nos encontramos con la voz de otras que nos dicen no saber lo que se siente, porque ellas nunca lo han padecido o lo padecieron, y aunque se piense que esta enfermedad no es de gran importancia como para detenernos y ponernos a pensar que es lo que la causa, las estadísticas nos indican lo contrario, “se calcula que el 52% de las mujeres en edades después de la pubertad padecen dismenorrea y de éstas, el 10% quedan incapacitadas total o parcialmente para sus actividades diarias. La dismenorrea es la causa médica que

más ausencias laborales y escolares produce”¹. “En un estudio mexicano, los porcentajes de ausentismo escolar fueron 4.3% para las menores de 15 años, 9.3% para 15-19 años y 19.8% para 20-24 años”².

En nuestra vida cotidiana nos podemos dar cuenta que el numero de mujeres que padece este malestar ha ido en aumento, basta con escuchar a nuestras abuelas, madres o tías que nos dicen que antes no se oía hablar tanto de la Dismenorrea o que alguna de sus conocidas lo padeciera, e incluso que ellas nunca lo padecieron, esto nos conduce a pensar ¿qué es lo que esta pasando con el cuerpo femenino para que presente tales cambios a través de los años?.

Si somos el resultado de los eventos sucedidos a través de años de evolución, porque no pensar que nuestro cuerpo es la concretización de eventos ocurridos a través de la historia y nuestra cultura, de un medio ambiente, sucesos y circunstancias que van moldeando un cuerpo de mujer y de hombre, porque no son iguales, no solo en apariencia sino en pensamientos, comportamientos, formas de sentir y de ver la vida.

Para encontrar una respuesta a los cambios que han llevado al cuerpo femenino a padecer la Dismenorrea como una enfermedad común y en aumento, me parece importante retomar las ideas y sucesos que fueron escribiendo sobre éste las diversas formas de comportarse, sentir, pensar, estilos de vivir, morir y enfermarse, lo que esta alrededor de un cuerpo y se proyecta hasta el interior de su ser, en este caso el “ser mujer”.

1.1 El ser mujer

¹ <http://www.webdelamujer.com/02salud/dismenorrea/01info/03.asp>

² <http://www.sitiomedico.com.uy/ginea/catedra/dismenorrea.htm>

Si tratamos de entender lo que significa ser mujer, automáticamente nos topamos con la descripción de una persona de sexo femenino, lo cual hace referencia a los órganos sexuales que caracterizan a la mujer, porque éstos pueden ser fecundados; es innegable que a la hora de hablar de lo que significa ser mujer pueda escapar del hecho de que puede dar a luz, estas concepciones son puramente biológicas pero una mujer a demás de ser un cuerpo capaz de reproducirse, es un ser humano que vive en cierta zona geográfica, que es atravesada por una cultura, costumbres e historia.

A través de los años, del contexto social, país y época la forma de trabajo, la concepción de la vida y la relación entre los seres humanos ha ido cambiando, de igual manera la concepción de lo que es un hombre y una mujer, esto va armando un cuerpo que es determinado por ciertas concepciones, en este caso me interesa abordar a la mujer y no por esto quiero descalificar o aminorar la importancia que tiene el hablar de la construcción de lo que significa ser hombre, pero el abordaje de la dismenorrea lo amerita, por ser una sintomatología exclusiva de ellas.

Si comenzamos con un poco de historia, podemos darnos cuenta que al comienzo de la civilización la mujer ha jugado un papel importante en cuanto se refiere a la lucha por la supervivencia del hombre, tanto en la crianza como en la búsqueda de alimento. A lo largo de las organizaciones humanas se ha destacado la diferenciación de lo que significa ser mujer y hombre, lo que ha determinado ciertas actividades y significados que se manejan alrededor de la mujer. Siendo mas específica y retomando las raíces del mexicano puedo comenzar por lo prehispánico.

Casanova y cols (1989) mencionan que en la época prehispánica tanto el hombre como la mujer cubrían el aspecto dual de la pareja divina Ometecuhtli-Omecihuatl, por ello se sabían señor y señora del hogar, uno era el complemento del otro, por ejemplo si el hombre era el constructor, a la mujer le correspondía el mantenimiento de esa construcción, si él era agricultor, ella vendía la cosecha, si

él tenía que salir al campo de guerra, ella cuidaba de la casa; sin embargo estas concepciones no escapan a la capacidad biológica de la mujer, a ésta se le quería y se le respetaba por tener el don de la fertilidad, ésta capacidad le exigía la obligación del conocimiento de la tierra que germina, se les enseñaban los cuidados sobre el embarazo y prestaba ayuda a otras mujeres al momento del parto, se les instruía en los cuidados de las enfermedades leves para el cuidado de sus hijos, se les enseñaba a alimentarlos bien, con orden y medida; pero más que nada se les acercaba a los dioses, mostrándoles como rendirles culto, gratificarlos y ofrendarlos, el don que tienen de poder dar vida las lleva a considerárseles más cerca de los dioses que al mismo hombre, por la maravilla que se realiza en su cuerpo, en esta época el ser mujer, y todo lo relacionado con ellas, incluidas las actividades que realizaba, se asumían con respeto y orgullo porque eran el complemento de otras y del otro.

Cuando los españoles llegan a México, la mujer indígena pierde los derechos que había disfrutado en la comunidad azteca. “La malinche es objeto de sexualidad más no de progenie. Los preceptos de obediencia, castidad, ayuno, lograron con su fuerza reprimir a la gran madre”³.

Los españoles lograron imponer la concepción Feudal acerca de la mujer, que le negaría en adelante la posibilidad de participar en las instituciones como el Calpulli, en donde éstas tenían la obligación de reunirse periódicamente en asambleas para tratar sus problemas de madre y trabajadora, discutir la reglamentación educativa que ellas prestaban a sus hijos hasta los 5 años de edad, donde sus opiniones y funciones eran respetadas considerándose tan importantes como la de los hombres⁴.

Con la colonización se viven varios cambios entre ellos la creación de un mercado capital, que deja a un lado la economía agraria precolombina por la producción de

³ Casanova, et al. (1989). Ser mujer. La formación de la identidad femenina. México: UAM Xochimilco. p. 20

⁴ Ibid

materias primas que están destinadas al mercado internacional; con esto las actividades a las que se dedicaban las personas se modificaron, las indígenas y luego las mestizas fueron explotadas, no solo sexualmente, sino también desde el punto de vista económico, la mujer era mantenida en la ignorancia y marginada de la actividad política, esto provocó que ella fuera considerada solo para la procreación, las labores hogareñas y la práctica de devociones religiosas; el reconocimiento social dependía de su papel de depositaria del honor del hombre.

La religión se toma como el instrumento ideológico de la conquista para reforzar los valores en relación a un deber ser femenino. Coatlicue es remplazada por la virgen María, mientras que la primera era la diosa de la tierra, lo que implicaba la capacidad de dar vida, por lo cual se le prestaba respeto y admiración trasladándose esto automáticamente a la mujer, llegando a considerarla más cerca de los dioses por el simple hecho de tener ese don, con la llegada de la ideología judeo-cristiana se transmiten nuevos valores en relación al deber ser femenino, ahora la mujer debe de ser santa, callada, modesta, humilde y fundamentalmente ser madre, sin haber gozado del cuerpo, es el "ideal de madre", terminando así con la presencia y el poderío de una diosa con tanta fuerza que es capaz de brindar vida.

La imagen divina de María no solo fue utilizada para determinar las normas a las que deberá someterse la mujer, también sirvió para sustentar las actitudes patriarcales, justificando así la autoridad paterna, siendo este el responsable del cuidado de los hijos y la mujer queda sometida a la autoridad masculina. "El ser mujer, dentro de este contexto social-histórico se fue reduciendo cada vez más, quedando "el ser madre" como la única forma de conceptualizar el deber ser femenino".⁵

⁵ Ibid. p. 22

Con la llegada de la independencia no se modificó la condición de la mujer heredada de la colonia, esta siguió siendo propiedad privada del hombre, inferior, que servía para procrear hijos.

Durante el Porfiriato la mujer vendía su fuerza de trabajo por un salario inferior, también en esta etapa a las mujeres se le asignaron otras características, provenientes de la idea de orden, distinción y buena clase surgidas a partir de los modelos franceses retomados por Porfirio Díaz, de ahí las mujeres portaban las cualidades de “modestia, discreción, prudencia, amabilidad, delicadeza, candidez, ternura, ingenuidad, encanto, dulzura y ante todo belleza física”⁶, mostrándose con los últimos vestidos de moda, con recato y buenas costumbres, sin embargo, “por otra parte se les asignaba defectos como la vanidad, la coquetería, frivolidad, la inconciencia, el engaño el disimulo y la altanería. En suma por sus encantos la mujer era María y por sus defectos Eva”⁷, por esta razón el dejar que una mujer sintiera dolor se veía como incuestionable, ya que se comparaba al parto con un castigo por haber incurrido en el pecado original, por eso también se consideró que la mujer poseía un umbral de dolor mucho más alto que el hombre debido a su constitución fisiológica.

“La actitud de los hombres, fueran médicos o religiosos, fue de desconfianza; y tanto el sacerdote en el confesionario, como el médico en la consulta, velaban por la salvación de las mujeres cuando sus vicios morales las llevaban a transgredir las normas sociales, porque, según la lógica de esos discursos, su naturaleza era más fuerte que su razón”⁸.

A las mujeres mexicanas del siglo XIX “se les instruía en escritura, lectura y algunas habilidades manuales como coser, se pugnaba por una educación de carácter doméstico, que engrandeciera a la mujer y con ella a la sociedad, pues se

⁶ López, S. O. (1998). Enfermas, mentirosas y temperamentales, la concepción médica del cuerpo femenino durante la segunda mitad del siglo XIX en México. México: CEAPAC/ Plaza y Valdez. p. 120.

⁷ Ibid. p. 120

⁸ Ibid .p. 134

creía que la mujer no podía tener intelecto, limitando así a ésta a desempeñar funciones administrativas y manuales; siempre con miras a desempeñar el papel de amas de casa y maestras de sus hijos; sin embargo no todas las mujeres tenían estas oportunidades ya que las mujeres de clase baja eran empleadas como sirvientas o cuando mejor les iba como buenas esposas para los hombres del pueblo”⁹ .

De acuerdo con esto la mujer mexicana del siglo XIX tenía la responsabilidad de la casa, hijos y marido por lo cual no tenía necesidad de aprender mayores destrezas que limpiar, cocinar y cocer, sin embargo como siempre han estado la diferencias de clases sociales, a las mujeres de clase alta se les otorgó el privilegio de saber leer y escribir, sin embargo solo se les dejaban leer cosas a su altura como novelas, ya que no podían, por sus capacidades intelectuales, tocar otros temas interesantes como la política o filosofía; ésta limitada educación es derivada de la cultura de la época, que legitimaba la idea de que la mujer no tenía habilidades intelectuales y su papel era la de cuidar a sus hijos, y quedarse en casa, lo que fue conformando un cuerpo con un comportamiento recatado, tareas a realizar que se asumían como tales, formas de sentir y vivir correspondientes a la época.

Con la Revolución Industrial la transformación de los trabajos manuales, realizados desde la antigüedad por las mujeres, se dirigieron hacia un modelo de producción masiva mecanizada lo que permitió a las mujeres de las clases bajas trabajar en las nuevas fábricas. Las condiciones de trabajo no eran buenas y sus salarios, inferiores a los de los hombres, estaban controladas legalmente por sus maridos, al mismo tiempo se consideraba que las mujeres de la clase media y alta debían permanecer en casa como símbolo decorativo del éxito económico de sus maridos. La única alternativa para las mujeres respetables de cualquier clase era el trabajo como profesoras, vendedoras o doncellas.

⁹ Rodríguez, (1990) Historización del rol genérico: “la diferencia de pensamiento entre hombre y mujer”. Tesis para obtener el título de licenciado en psicología. México: UNAM Iztacala. p.47

Los primeros movimientos de inconformidad ante la desigualdad entre hombres y mujeres en el área laboral, política y social surgieron en Europa a finales del siglo XVIII, grupos feministas que no tuvieron gran repercusión. En los países agrícolas se mantenían las ideas tradicionales y en las sociedades industriales las reivindicaciones feministas tendían a ser sofocadas por el movimiento socialista y la iglesia.

La integración de la mujer en el área laboral no implicaba el desobligarse de sus tareas que por “naturaleza” le correspondían, es decir su función como madres de familia y amas de casa, lo que acarreo más carga laboral para ellas, su visible inconformidad ante esto y la distinción que existía entre hombres y mujeres trajo consigo más grupos que buscaban la igualdad de género, por fin en 1953 obtienen el deseado fruto cuando la mujer entra oficialmente a la vida pública al ganar el derecho a votar, esto reforzó la idea de que podían ser escuchadas dentro del área política aunque fuese por medio de un papel, ahora estaban dispuestas a hablar y a pedir una igualdad no solo política sino también dentro del hogar.

En la década de 1960 el cambio que sufrieron los patrones demográficos, económicos y sociales de los países occidentales favoreció la aparición de un feminismo que se centraba en aspectos ligados a la condición sociocultural de la mujer. Esto empezó a cambiar en esta década gracias a múltiples factores: la sublevación de los universitarios contra la guerra de Vietnam, el descenso de los índices de mortalidad infantil, la mayor esperanza de vida, los hippies con su libertad sexual y su rechazo ante lo establecido, la creación de las pastillas anticonceptivas, el pensamiento y la capacidad organizativa de las mujeres como Simone de Beauvoir, que se cuestiona “el porqué de la soberanía del hombre y de la subordinación de la mujer, porqué del miedo de la mujer a ser libre, cuando ...ningún destino biológico o psicológico...definen la figura...de la mujer, se llega a ser; cuando las conductas que se denuncian no son dictadas a la mujer por sus hormonas ni están prefiguradas en las casillas de su cerebro... o como ...Betty Friedan que centro el movimiento feminista en el problema que no tiene nombre,

esa insatisfacción compartida por muchas mujeres... que al preguntarse ¿quién soy?, no encuentran respuesta alguna o una en la que todo está presente menos ellas: soy mi marido, soy mis hijos, soy mi casa, soy la esposa, soy la madre, soy la asistenta,... descubrir que la maternidad y las tareas domésticas no bastan para que las mujeres se realicen como persona”¹⁰, esto enmarcan un nuevo pensamiento en las mujeres. Todo ello junto con la inflación (que significaba que muchas familias necesitaban dos salarios) y un índice mayor de divorcios, propiciaron que acudieran al mercado de trabajo muchas más mujeres.

En general, surgió una nueva sensibilidad sobre el amor, el sexo, la familia, los valores y el papel de la mujer, esta nueva ideología moldeó el cuerpo femenino de una forma diferente a la que se arrastraba desde hace años, ahora dentro de él se plantaban las ideas de igualdad, lo que implicaba el rechazo a las tareas domésticas y la maternidad que desde sus inicios la habían caracterizado y que las mantenían “esclavizadas” sin la oportunidad de realizarse fuera de su hogar, fuera de ser madre, esposa o ama de casa, el control de su sexualidad mediante el uso de la píldora anticonceptiva la puso al mismo nivel que el hombre en cuanto a la decisión de poder ejercer su sexualidad libremente al igual que ellos, al tener en sus manos la decisión de tener familia, y la búsqueda de placer en una relación sexual ya no con el objetivo de procrear.

Se promueve la idea de uso y abuso del cuerpo al perder de vista las consecuencias y el maltrato otorgado al cuerpo, al tratar de controlarlo al introducirle hormonas químicas o de animales que provocaran cambios en el funcionamiento natural de este, perdiendo de vista el valor y respeto que merece nuestro cuerpo al estar buscando ese placer que solo nos llenara por un momento.

Aunque la información que se introduce al cuerpo femenino ha cambiado éste convive con ideas manejadas y arrastradas siglos atrás, por lo cual me atrevo a decir que viven en constante contradicción y lucha, estos sucesos se llevan a cabo

¹⁰ <http://centros5.pntic.mec.es/ies.parque.de.lisboa/alumnos2001/fm.htm>

no solo fuera del cuerpo cuando los demás cuestionan nuestro comportamiento y pensamientos, también esta contradicción se vive dentro de él, de cada mujer, cada vez que nos brinca a la cabeza la idea de tener un “faje”, relaciones sexuales o simplemente acércanos a alguien para conocerlo mejor o decirle que nos agrada, aparece instantáneamente “la conciencia”, que a mi parecer son las ideas que se manejaban siglos atrás sobre “el ser mujer” que se hicieron carne; el cuerpo es un documento vivo en el que se van registrando los sucesos que nos rodean incluyendo los culturales y personales que delinean formas de vida que pasan de generación en generación, arrastrando así la historia con nosotros, por ellos podemos considerar al cuerpo como la concretización de una historia, cultura, costumbres, geografía, formas de sentir, vivir, morir y con una historia personal. A este mismo cuerpo se enfrentan cada uno de los profesionales de la salud y para poder trabajar con él es necesario comprender y conocer con lo que realmente trabajamos y no conformarnos con ver solo una parte de este porque perdemos de vista a lo que realmente pertenece y se supone nuestro objeto de estudio: el cuerpo.

El significado con el que se maneja el cuerpo ha influido innegablemente en el abordaje de éste y el femenino no es la excepción, existe una historia detrás de la atención dedicada al cuerpo de la mujer que desde un inicio solo se hacia de manera medica, un pequeño recorrido por las consideraciones que se han tenido a través de la historia nos puede ayudar a comprender de mejor manera el porqué las explicaciones y soluciones que los profesionales de la salud han brindado en el caso de la dismenorrea no han proporcionado los resultados esperados y el numero de mujeres que la padecen va en aumento.

En el siglo XIX se empieza a institucionalizar en México la profesión médica, se comienza a desplazar a todos los que no cabían dentro de esta ciencia, llámense curanderos o parteras, esto provoco que las mujeres, por su carácter reproductivo, asistían con más frecuencia al médico que los hombres, esto ocasionó diversas injusticias contra ellas, debido a que los médicos no tenían conocimientos sobre la

anatomía femenina, muchas de ellas servían como “cobayas”¹¹, dejando así su cuerpo en manos del médico que en la mayoría de los casos trataba con remedios experimentales¹².

La autoridad que los doctores ejercían sobre todos sus pacientes se debe “al perfil moral y social de los médicos, ya que se les concebía como un gremio cuyas características filantrópicas (bondad, franqueza, generosidad y servicio a la humanidad) implicaban una vida llena de sacrificios y una actitud mesiánica que los colocaba como verdaderos enviados a cumplir el cometido de salvadores de la humanidad”¹³, la presencia llena de sabiduría hacía que sus pacientes se sometieran a sus mandatos, principalmente en el caso de las mujeres que por carecer de inteligencia no podían cuestionar los mandatos de los médicos.

Sin duda no se puede negar que en esta época la relación entre médico y paciente estaba basada en el poder, que obtenía el médico ante el mortal por el simple hecho de tener el conocimiento, esto ocasionaba, o mejor dicho ocasiona que el sujeto se ponga a disposición de todas las indicaciones que de el médico, porque solamente él que ha estudiado tiene la verdad; pero la ciencia medica no solo se limitó a la idea de que los pacientes eran inferiores, también opino sobre el papel del hombre y la mujer, en base a sus diferencias biológicas, que es el ámbito en el que se basa la medicina; llegando así a concebir a la mujer como un ser débil sometido a las negligencias biológicas propias de su sexo, mientras tanto el hombre gozaba de una supuesta superioridad biológica , y por tanto, ejercía un dominio en el ámbito público, lo que consagró a la mujer al ámbito doméstico¹⁴.

La discriminación femenina dentro del ámbito medico se ve reflejada en muchas ocasiones por los diagnósticos que los galenos extendían, llegando a dar por sentado que las mujeres estaban enfermas precisamente porque eran mujeres y la

¹¹ nombre que se les asigna a los animales que sirven para experimentación

¹² López, S. O. (1998). Enfermas, mentirosas y temperamentales, la concepción medica del cuerpo femenino durante la segunda mitad del siglo XIX en México. México: CEAPAC/Plaza y Valdez

¹³ Ibid. p. 55

¹⁴ Ibid

mayoría de los trastornos que enumeran los médicos de la época (afecciones de la pelvis, dolores de cabeza crónicos, nerviosismo general¹⁵) eran considerados síntomas de “afecciones femeninas”; trastornos nerviosos que se pensaban vinculados al funcionamiento incorrecto de los órganos sexuales. Esto no quiere decir que los hombres no presentaran síntomas similares; de todos modos el diagnóstico y el tratamiento aplicado por los médicos a estos síntomas era diferente en hombres y mujeres. “Esta diferencia era inevitable porque el análisis médico de una mujer empezaba y terminaba con la consideración de un órgano específico de ella, la matriz. Se suponía que ahí estaba la causa y la curación de muchos de sus trastornos físicos. Como resultados de este enfoque, las reacciones médicas ante los problemas nerviosos de las mujeres son indicadoras del comportamiento propio del siglo no sólo frente a la enfermedad y a la sexualidad en general sino frente a la identidad sexual femenina en particular”¹⁶.

La ideología de que mujer es igual a maternidad reforzó la creencia de que la matriz es el punto focal del cuerpo femenino y el aparato reproductor el centro de su vida emocional. Esto ocasiono que a la matriz se le considerara como la causa de los malestares femeninos y su cura fuese bajo tratamiento local, es decir los remedios eran dirigidos específicamente a la matriz, tratase del síntoma que fuera, los médicos probaban mil y un remedios para curar las enfermedades femeninas, éstas iban desde la investigación manual, sangría con sanguijuelas, inyecciones y cauterización¹⁷.

Toda revisión y tratamiento médico para una mujer se centraba en el útero, “posiblemente debido al desafío a la explicación teológica sobre el origen de la vida”¹⁸, este órgano fue entendido como el responsable de la pérdida de los

¹⁵ Douglas, W. (1984). Las enfermedades de moda “trastornos femeninos y su tratamiento en la América del siglo XIX en: Nash, M. Presencia y Protagonismo. Aspectos de la historia de la mujer. Barcelona: Serbal

¹⁶ Ibid. p. 337

¹⁷ López, S. O. (1998). Enfermas, mentirosas y temperamentales, la concepción médica del cuerpo femenino durante la segunda mitad del siglo XIX en México. México: CEAPAC/Plaza y Valdez.

¹⁸ Ibid., p. 115

hombres y luego de ser el causante de la histeria femenina y de todos los padecimientos de las mujeres.

Como consecuencia, los discursos de los profesores y practicantes de la medicina estaban sujetos a considerar las enfermedades femeninas derivadas de la matriz “como si el Todo poderoso, al crear al sexo femenino hubiera tomado la matriz y construido la mujer a su alrededor”¹⁹, llegando a considerar a la matriz como una posesión peligrosa por tener un “poder supremo” sobre su sistema físico y moral, considerada también como una parte caprichosa, debido a que la matriz puede tener irregularidades menstruales y se creía provocaban sus dolores de cabeza, su nerviosismo y debilidad. Los doctores consideraban a la mujer a partir de su matriz, no existía nada más para ellos, llegando a expresar que era una lastima que la mujer tuviera matriz”²⁰ porque su condición física natural (menstruación, dismenorrea, embarazo) producían sus síntomas.

“Los médicos daban por sentado que las mujeres estaban físicamente dominadas por sus órganos genitales, sostenían además creencias todavía menos comprobadas sobre la naturaleza social y psicológica de la feminidaden primer lugar es preciso señalar el elemento de desconfianza”²¹ una mujer podía convertirse en otra de un momento a otro a causa de síntomas físicos pudiendo llegar a cometer actos de naturaleza depravada e indecente, también en la practica se tendía a juzgar los trastornos neurológicos de sus pacientes femeninas como una evasión amenazadora y culpable de sus deberes como esposas y madres, señalando a estos no como causa, sino como la cura.

Se consideraba que las mujeres sanas eran aquellas que estaban compuestas de autosacrificio y de altruismo a nivel espiritual, de parto y trabajos caseros, “las mujeres que se ponen enfermas es porque no son femeninas, es decir, son

¹⁹ Douglas, W. (1984). Las enfermedades de moda “trastornos femeninos y su tratamiento en la América del siglo XIX en: Nash, M. Presencia y Protagonismo. Aspectos de la historia de la mujer. Barcelona: Serbal. p. 378

²⁰ Ibid

²¹ Ibid. p. 379

sexualmente agresivas, intelectualmente ambiciosas y no saben ser sumisas y desprendidas... se veía al síntoma como un fracaso de la feminidad”²²

Se consideraba que las mujeres no debían examinar sus propios genitales si no era bajo la supervisión de un doctor calificado, los médicos de la época tenían la costumbre de dejar a las mujeres en la ignorancia del saber físico que ellas mismas presentaban, e incluso se atrevían a decir que “las mujeres sabias eligen a sus médicos y confían en ellos, cuando más sabían menos preguntas hacen”²³, estas ideas era apoyada por la religión que prohibía el contacto con el cuerpo por ser algo sucio y satánico, la mujer se alejo de éste, más de lo que físicamente se encontraba, porque la matriz se encuentra oculta a simple vista no es fácil visualizarla sin ayuda de un espejo, un especulum o una colposcopia, pero la mayoría ni siquiera saben lo que tienen entre las piernas. Las madres y la sociedad junto con la religión nos siguen inculcando que no es adecuado ver, ni tocar nuestros genitales, se les entiende como algo misterioso, lleno de tabús, eso tal vez sea lo que ocasiona que las mujeres desarrollen un sentido de vergüenza ante ellos, llegándolos a considerar como sucios y con mal olor incluyendo todo lo que provenga de ahí como la menstruación, suceso que algunas llegan a considerar como maldición por el mal olor, el tener que ocultarlo, el dolor y la incomodidad que en ocasiones les impide realizar algunas actividades o su vida cotidiana.

La concepción de la matriz como punto focal del cuerpo femenino no solo se debió a las ideas que se manejaban en la época sobre lo que era una mujer, este trato galeno también se deriva de la forma en que abordan su objeto de estudio, la visión medica alópata, base fundamental de la ciencia y trato medico que prosperan en la actualidad y bajos los cuales se atienden una enfermedad como la dismenorrea, para entender mejor los fundamentos bajo los cuales se ha tratado a

²² Ibid. P. 379

²³ Ibid. P. 379

esta enfermedad es indispensable entender los supuestos en los que esta basada la medicina alópata que explicare a continuación .

1.2 La epistemología de la medicina alópata

El modelo bajo el cual se ha atendido el cuerpo no ha sido el mismo a través de los años, este se ha ido modificando y delineando bajo la filosofía de vida con la cual se va rigiendo el desarrollo del ser humano a través de la historia y para poder entender el origen y las bases epistemológicas abajo las cuales se rige la medicina alópata es necesario hacer un pequeño recuento histórico.

El hombre siempre se ha visto enfrentado a malestares corporales por lo cual ha desarrollado varios sistemas para combatirlos, “desde tiempo inmemorables la curación ha sido practicada por los curanderos, guiados por la sabiduría popular según la cual la enfermedad es un trastorno de toda la persona, que abarca el cuerpo del paciente y también su mente, la imagen que el paciente tiene de si mismo, su dependencia del entorno físico y social y su relación con el cosmos y los dioses”²⁴, esta concepción se desprende de una idea de del ser humano, su cuerpo y por consiguiente, a forma de ver al mundo.

Antes del 1500, en la mayoría de las civilizaciones predominaba una visión orgánica del mundo, las personas tenían la idea de que la naturaleza estaba “viva”, con la cual mantenían una relación armoniosa, esta les proporcionaba lo necesario, por tal motivo ellos se dedicaban a cuidarla, ya que no podían controlarla; esta visión esta basada en dos fuentes históricas de importancia: Aristóteles y la Biblia, por consiguiente no era cuestionado el origen del mundo, entonces, la meta de la ciencia de esta época era saber ¿por qué? sucedían ciertos sucesos de la naturaleza, para así, comprender el significado y la importancia de las cosa. El sistema de producción que regia en esta época era el feudalismo en el cual se mantenía una relación hombre-naturaleza, debido a que

²⁴ Capra, F. (1982). El punto crucial. Argentina: Editorial estaciones. Pág. 137

se trabajaba o producía solo para el autoconsumo y el hombre solo toma de la naturaleza lo que necesita para cubrir sus necesidades; aquí el trabajo vale por la calidad, la destreza de los artesanos. Cuando los mercaderes se trasladan a otros lugares y promueven los productos novedosos de donde habían estado, el artesano confronta a demandas de producción, pedidas por el mercader; entonces el artesano se endeuda con el mercader por conseguir dinero para la materia prima para producir; al no cubrir la demanda el mercader se queda con la propiedad y maquinas del artesano, entonces éste se ve en la necesidad de vender lo único que le pertenece, su fuerza de trabajo.

En el siglo XV la idea del mundo sufre grandes cambios con el descubrimiento de América, porque se pensaba que Dios solo había creado 4 continentes, la posición judeo-cristiana empieza a tambalear; los científicos y los intelectuales ahora quieren explicar el ¿cómo? Del funcionamiento del mundo, las explicaciones que brindaba la iglesia ya no fueron suficientes para responder, empezando así la revolución científica con Copérnico, el cual revelo que el mundo no era el centro del universo, pero Galileo fue el que logro establecer firmemente esta visión, porque fue el primero en utilizar un experimento científico, junto con un lenguaje matemático para formular leyes naturales, mientras en Francia Bacon exponía sus teorías sobre el método empírico, éste fue el primero en formular una teoría clara del procedimiento inductivo, que consiste en extraer una conclusión de carácter general a partir de un experimento y luego confirmarla con otro experimento.

Al igual que Galileo, Descartes pensaba que las matemáticas eran el lenguaje de la naturaleza, deseaba crear una ciencia natural compleja y exacta como las matemáticas, la naturaleza también podía estar sujetas a leyes, y para poder descubrir ¿cómo? funcionaban estas, era necesario dividir al objeto de estudio en sus unidades más simples, para así poder entender mejor el fenómeno y después rearmar la estructura total.

Con esto surgió el paradigma cartesiano; el cual propone que el universo es una maquina que estaba sujeta a leyes, y en la materia no había vida, metas, ni espiritualidad, era una maquina perfecta sujeta a leyes matemáticas, por lo cual la meta de la ciencia es llegar al control y dominio de esta, se comenzó a propagar la idea de que se podía manejar a la naturaleza, comenzando así el uso y abuso del planeta.

La idea de que el universo era una maquina, se traslado al cuerpo, siendo estudiados de la misma manera el ser humano se vio reducido en movimientos y funciones biológicas mecanizadas, concluyendo que este al igual que la naturaleza esta sujeto a leyes y que podían ser estudiado de manera científica; para lo cual era necesario dividirlo dando paso a las diversas especialidades sobre el cuerpo, quedando la mente en una categoría diferente a la del cuerpo.

1.2.1 Modelo biomédico

Es natural que la visión mecanicista de la vida se haya establecido en el campo de la biología, por lo que ha dominado la concepción medica en el proceso salud-enfermedad ante. “De la influencia del paradigma cartesiano en el pensamiento médico resultó el llamado modelo biomédico, que constituye la base conceptual de la medicina científica moderna”²⁵, así el cuerpo humano es considerado como una maquina que puede analizarse a partir de sus partes, la enfermedad es considerada como una avería de ésta, entonces la tarea del medico es la reparación.

La separación que Descartes hizo entre la mente y el cuerpo ocasiono que los médicos se centraran en la maquina, el cuerpo, y se olvidasen de los aspectos psicológicos, sociales y ambientales de la enfermedad.

²⁵ Capra, F. (1982). El punto crucial. Argentina: Editorial estaciones. Pág. 135

El auge de la medicina comenzó en el siglo XIX, época en la que se dan grandes descubrimientos en el campo biológico, ya se conocía casi toda la estructura del cuerpo humano, claro que de manera dividida, desde la estructura más pequeña, aparatos y sistemas orgánicos, esto acompañado del desarrollo de la tecnología médica, para poder estudiar con mayor exactitud cada microparte del cuerpo humano, todo en base a la visión de “dividir para poder estudiar”; creando así las superespecialidades medicas.

Los problemas biomédicos fueron reducidos a fenómenos moleculares con objeto de encontrara el mecanismo central del problema, atacando a este por medio de un fármaco que suele ser extraído de otro proceso orgánico; entonces se maneja la idea de, así como una maquina no funcionaba por falta de de aceite, de la misma manera el cuerpo necesita ciertas sustancias para su buen funcionamiento y el médico busca introducirla por medio de un medicamento que contenga la sustancia sintetizada.

Ante los grandes descubrimiento y avances de la medicina han cedido las enfermedades infecciosas, sin embargo resientes estudios como el de Thomas Mc Keown, han demostrado que los médicos tienen poco que ver en esta situación, ya que la nutrición desempeña un papel importante en reforzar la resistencia del organismo a las enfermedades infecciosas, que junto con una mejor higiene y la introducción de nuevas medidas sanitarias, se pudieron controlar las epidemias durante el siglo XIX y XX; medidas de prevención en las que el médico no se vio implicado, ya que este solo interviene para componer lo descompuesto²⁶.

Las patologías han variado con el tiempo, por esta razón las enfermedades infecciosas ya no forman parte de las causas de los indices de mortalidad en los últimos años, ahora ha ocupado se lugar las enfermedades crónico degenerativas también conocidas como “los males de la civilización” porque están íntimamente relacionados al estrés, la alimentación rica en grasas y proteínas, el abuso de las

²⁶ Capra, F. (1982). El punto crucial. Argentina: Editorial estaciones.

drogas, la vida sedentaria y la contaminación ambiental que caracterizan a la vida moderna²⁷, que no parecen responder ante las técnicas galenas; se han dado cuenta que en el proceso salud-enfermedad se implican más factores que solo el orgánico y ante la gran demanda de las personas en busca de su salud han surgido diferentes propuestas en las que se encuentra el modelo biopsicosocial y el psicosomático

1.2.2 Modelo biopsicosocial

El modelo médico tradicional, que atiende de forma casi exclusiva las variables biológicas no parece ser suficiente para explicar los problemas actuales de la salud, por ello ha ido tomando auge, entre los profesionales de la salud, una nueva perspectiva: el modelo biopsicosocial; es así como la OMS define a la salud como el estado de completo bienestar físico, mental y social, no simplemente la ausencia de enfermedad o de males²⁸.

Este modelo admite que la salud y la enfermedad están multideterminadas, es decir, las causas que interactúan en los procesos saludables y patológicos son de diversa naturaleza y origen, pues intervienen tanto elementos de macroprocesos (tales como contexto social, ambiente físico, circunstancias socioeconómicas, factores climáticos, etc.) como otros de microprocesos (cambios bioquímicas, pensamientos, emociones, etc.), se hace hincapié en la salud más que en la enfermedad, la salud se entiende como un proceso-estado que se alcanza cuando hay armonía biológica, psicológica y con el entorno socioambienta²⁹.

Esto supone que la salud y la enfermedad son el resultado del interjuego de factores biológicos, psicológicos y sociales que se influyen entre sí:

²⁷Ibid

²⁸ Ibid

²⁹ Labiano, M. (2004). Introducción a la psicología de la salud. En: Oblitas. Psicología de la salud y calidad de vida. México, Thomson Learning, cap. 1.

- a) factores biológicos: incluye los aspectos genéticos, constitutivos y fisiológicos de la persona que contribuyen al mantenimiento de la salud o a la aparición de alguna enfermedad.
- b) Factores psicológicos: se refiere a emociones, motivaciones, creencias, pensamientos y conductas, que pueden tener un efecto positivo o negativo en la salud.
- c) Factores sociales: aluden a las interacciones con familiares y amigos, relaciones de pareja y medio cultural , en esto se incluyen los valores existentes en el medio social, que determina de manera importante nuestra conducta, tampoco se olvida la influencia que tienen las acciones colectivas sobre nuestra salud, por ejemplo, la contaminación³⁰

El modelo enfoca la atención en los aspectos preventivos, además de estimular la creación de nuevas estrategias en la relación del ser humano con su entorno, orientadas a crear un futuro más saludable, tomando en consideración el papel del individuo como agente fundamental para el desarrollo de prácticas y políticas de salud.

La prevención de la enfermedad se divide en:

- 1) Prevención primaria: que hace referencia a todas aquellas actividades a impedir o disminuir la probabilidad de padecer una enfermedad, así como a proteger y promover la salud.
- 2) Prevención secundaria: son las acciones dirigidas a evitar la enfermedad, una vez que los síntomas se presentan.
- 3) Prevención terciaria: consiste en el proceso de tratamiento y rehabilitación cuando la sintomatología clínica ya esta establecida³¹.

³⁰ Cruzado y Puente (1997). Lo psicomatico. España: Aguilar

³¹ Labiano, M. (2004). Introducción a la psicología de la salud. En: Oblitas. Psicología de la salud y calidad de vida. México, Thomson Learning, cap. 1.

De acuerdo con este modelo, el diagnóstico ha de explicar cuáles de estos factores y en qué cuantía están implicados en la etiología y mantenimiento de un determinado trastorno. Consecuentemente en el tratamiento se debe abordar todos los factores implicados³², con esto se busca un trabajo en conjunto entre los diversos especialistas del cuerpo donde cada uno analiza la parte que le corresponde y después se reúnen todos para proponer la intervención, esto no es más que un mero corte y pega del cuerpo que a fin de cuentas pierde de vista el proceso porque nunca se ve la interacción de cada parte en conjunto.

Ante la alta demanda de enfermedades y las pocas o nulas explicaciones científicas que pueden dar los especialistas de la salud, se han encontrado una categoría en la cual englobar aquellos somas que no concuerdan con la lógica médica dando lugar a la explicación psicósomática

1.2.3 Modelo psicósomático

Cuando a algún soma no se le encuentra causa física se dice que es psicósomática, etimológicamente el término deriva del griego mente o espíritu y cuerpo, este concepto nos habla pues del influjo de la mente sobre el cuerpo. La patología psicósomática es, por tanto, producto de un trastorno funcional corporal, inducido previamente por una alteración psíquica³³.

“Los trastornos psicósomáticos pueden clasificarse en los siguientes grupos:

1. síntomas de conversión: este es de un carácter simbólico y no es comprendido por el paciente, su manifestación es un intento de solucionar el conflicto, estos síntomas suelen atacar la motricidad voluntaria y los órganos sensoriales.

³² Cruz, J. A. y Puentes M. L.. (1997). Lo psicósomático. España: Aguilar

³³ Cruz J. y cols (2003). Psiquismo y genopatías. Medicina psicósomática. Terapéutica con psicofármacos en ginecología. Aspectos sociales de la ginecología. En: Cabero (coord.). Tratado de Ginecología, obstetricia y medicina de la reproducción. España: editorial Médica Panamericana, S. A.

2. síndromes funcionales: a comparación del anterior en el no se presentan cambios en los tejidos, no tienen una importancia particular en el paciente, es una consecuencia no específica de trastornos de una función o percepción corporal.
3. enfermedades psicosomáticas en sentido estricto: es debido a una reacción física primaria a una vivencia conflictiva que es acompañada de transformaciones morfológicas y una enfermedad orgánica, es decir una condición previa junto con una respuesta orgánica pueden influir sobre determinado órgano”³⁴.

Pero por enfermedad psicosomática entendemos exclusivamente aquella en la que los factores emocionales no sólo se hallan presentes, sino que dominan, es importante recordar que las enfermedades psicosomáticas no son imaginarias sino físicas, pero su origen no está en el órgano que manifiesta el síntoma, sino en la mente³⁵.

Esta visión surge de la incapacidad del modelo alópata para explicar la causa de una enfermedad, en donde el médico otorga la responsabilidad del mejoramiento de estos o pacientes al especialista encargado de la mente, en este caso el psiquiatra o psicólogo, sin embargo la disminución de este tipo de enfermedades no ha disminuido, en cambio el número de enfermos con este tipo de diagnósticos van en aumento, territorio donde los médicos se lavan las manos.

Aunque los médicos han avanzado en cuanto a la tecnología, técnicas y formas de enfocar el proceso salud-enfermedad, el número de enfermos y enfermedades en lugar de disminuir van en aumento, pero lo peor del caso es que el rango de edad en el que se localizaban se está extendiendo, logrando abarcar así a poblaciones más jóvenes, afectando la calidad de vida del ser humano, esta situación algo que día a día nos alarma más, porque varias enfermedades van ocupando lugares

³⁴ López, R. S. (2002). Lo corporal y lo psicosomático I. México: CEAPAC. p. 24

³⁵ Ibid

dentro de las causas de mortandad en nuestro país y entre las principales se encuentran las que corresponde solo a mujeres, llámese cáncer, de mamá o cervico uterino, entre otra.

Los centros de salud, hospitales, campañas de salud y los medios masivos de comunicación han planteado que estas cifras van en aumento debido a que las mujeres no asisten revisiones medicas o ginecológicas, ya sea por pena, por que siente que no lo necesitan o simplemente porque ven a su padecimiento como algo natural, en este caso podemos englobar a la dismenorrea, que es un malestar que afecta a la mayoría de las mujeres y pero no es atendido, por la creencias de que es algo normal en la vida femenina debido a la menstruación y de los casos tratados, pocos han llegado a la solución de los síntomas, el medicamento y los tratamiento solo funcionan por un tiempo, además no garantizan un alivio del 100%, por ello las mujeres se han acostumbrado a vivir con el malestar y simplemente se resignan.

A continuación explicare brevemente la forma en la que la medicina alópata ha tratado el problema de la dismenorrea, la definición de la que parten para tratarla y así poder entender de una mejor manera porque los médicos no han podido erradicar o por lo menos controlar el aumento de éste.

Antes de abordar la terminología médica me es necesario plantear brevemente las partes de las que se compone los órganos sexuales femeninos y el proceso menstrual porque son a partir de ellos e da la explicación alópata de la Dismenorrea.

1.3 Aparato reproductor femenino

Los genitales de la mujer se agrupan en dos internos y externos, los primeros corresponden a aquellas partes que podemos observar a simple vista, los

segundos son los que se encuentran dentro de nuestro cuerpo a los que no tenemos acceso con facilidad.

1.3.1 Parte externa

El conjunto de órganos externos se denomina vulva y están compuestos por ³⁶ (ver figura 1):

El pubis: Es la zona más visible de la vulva, ubicada en la pelvis; también se la conoce como Monte de Venus. Tiene forma triangular, con la base en la parte superior. Está constituida en su interior por un abundante tejido graso que cubre la sínfisis púbica (unión de los huesos púbicos) y exteriormente por una piel que se cubre de vello a partir de la pubertad. Actúa como amortiguador durante la relación sexual y da sensaciones placenteras al presionarlo.

Los labios mayores: También conocidos como labios externos, son dos pliegues de piel que protegen la vulva y están formados de tejido adiposo, con una gran circulación de sangre, contienen glándulas sebáceas y terminaciones nerviosas.

Los labios menores: También llamados ninfas, constituyen dos pliegues cutáneos más pequeños que los labios mayores y se localizan en la parte interior de éstos. Los labios menores envuelven el orificio de la vagina y el meato uretral, tienen más terminales nerviosas que los labios mayores y también más glándulas sebáceas.

El clítoris: Se encuentra situado en la parte superior de la vulva, por debajo de los labios mayores y entre los repliegues de los labios menores. Se trata de un órgano eréctil del tamaño de un guisante, con una estructura muy parecida a la del pene, pues está formado por un tejido esponjoso y abundantes terminaciones nerviosas. Asimismo, tiene un glande cubierto por un prepucio. La punta del clítoris es la

³⁶ www.pediatraldia.cl/aparato_g_femenino.htm

zona más sensible de la mujer y la que le proporciona mayor fuente de placer sexual.

El meato uretral: Tiene el mismo nombre tanto en las mujeres como en los hombres y es el pequeño agujero donde termina la uretra y por el que sale la orina. Se localiza entre el clítoris y el orificio vaginal.

El orificio vaginal: Este agujero es la puerta de entrada de la vagina. Por aquí es por donde se introduce el pene en el coito, por donde sale la sangre cuando se tiene la regla y el feto al momento de nacer. A cada lado del orificio vaginal hay situada una glándula -glándula de Bartholino- que lubrica la vagina y la prepara para la penetración.

El himen: Es una membrana mucosa muy fina y elástica que cierra parcialmente la entrada de la vagina. Su forma es variable, pudiendo ser circular, semicircular, etc. Por regla general, se rompe en las primeras relaciones sexuales en las que hay penetración, aunque existen otras causas por las que se puede romper: gimnasia, esfuerzos excesivos, etc.

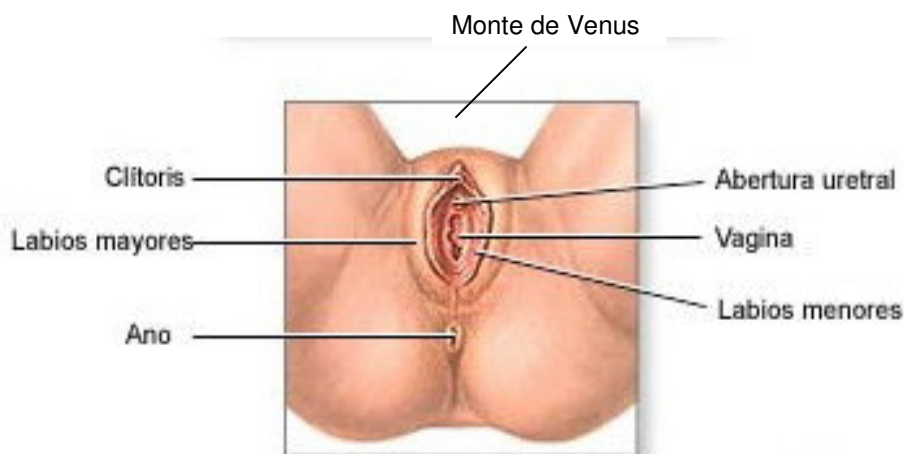


Fig 1. Partes externas del aparato reproductor femenino³⁷

³⁷ Ibid

1.3.2 Parte externa

Los órganos internos están ubicados en la región pelviana de la cavidad abdominal y están compuestos por³⁸ (ver figura 2):

La Vagina: Es un canal tubular de unos 10 cm, de largo que se extiende desde el cuello uterino hasta la vulva. Está formada por tejido muscular liso, cubierto de una membrana mucosa dispuesta en repliegues que dan a este órgano una gran elasticidad. Es rica en secreciones lubricantes para facilitar la penetración del pene durante la unión sexual. También es el canal por donde sale el feto al exterior, pasa el flujo menstrual y por dónde ingresan los espermatozoides.

El Útero: El útero o matriz es el órgano femenino en el que se desarrolla el óvulo fecundado durante el embarazo. Su estructura muscular forma una cavidad en forma de pera con la base hacia arriba de aproximadamente 7 cm. Está recubierto por una mucosa llamada endometrio que aumenta de tamaño durante la ovulación. El útero se comunica con las trompas de Falopio por la parte superior y con la vagina por la inferior (cuello del útero o cérvix).

Las trompas de Falopio: Son dos conductos con una forma más o menos cilíndrica, situados uno a cada lado de la base de la matriz, que conectan los ovarios con el útero. En las trompas es donde puede producirse la fecundación si los espermatozoides se encuentran con el óvulo.

Los ovarios: Están situados encima del útero, con el que se comunican a través de las trompas de Falopio, son las glándulas sexuales femeninas encargadas de producir óvulos y hormonas, estrógenos y progesterona, principalmente, que son las responsables de las características sexuales secundarias y la ovulación, es decir la liberación de un óvulo maduro cada 28 días aproximadamente.

³⁸<http://www.sexologia.com/index.asp?pagina=http://www.sexologia.com/ella/anatomiam.htm>

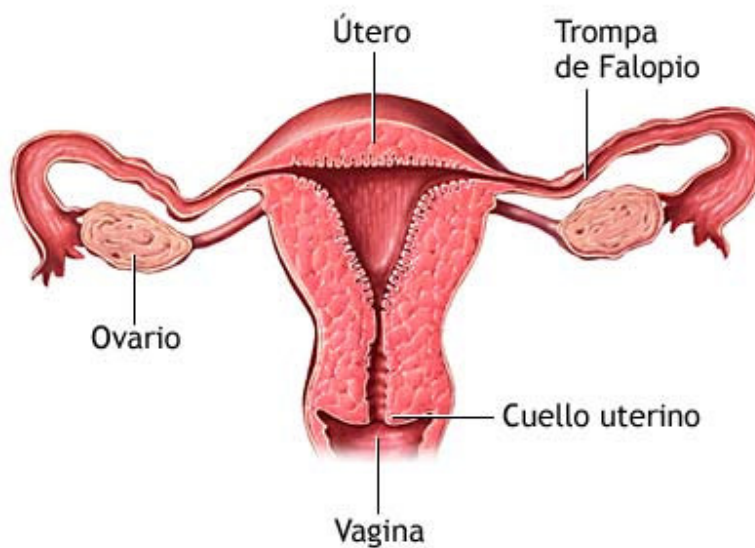


Fig.2. partes internas del aparato reproductor femenino³⁹

El aparato reproductor femenino es el lugar donde se lleva a cabo los diversos procesos relacionados con la menstruación, a la cual se le ha asociado con la dismenorrea, dentro de sus diferentes explicaciones y sus causa, por lo cual me parece importante entender como se da este proceso para poder así entender con mayor facilidad la explicación alópata de la dismenorrea.

1.4 El ciclo menstrual

El ciclo menstrual tiene la misión de preparar el organismo para conseguir un embarazo con éxito; se compone de dos fases, la folicular y la lútea, separadas por el fenómeno de la ovulación. Comienza el primer día de la menstruación y termina el primer día de la siguiente, en general, tiene una duración promedio de 28 días, pero se considera normal entre 21 y 35 días.

³⁹Ibid

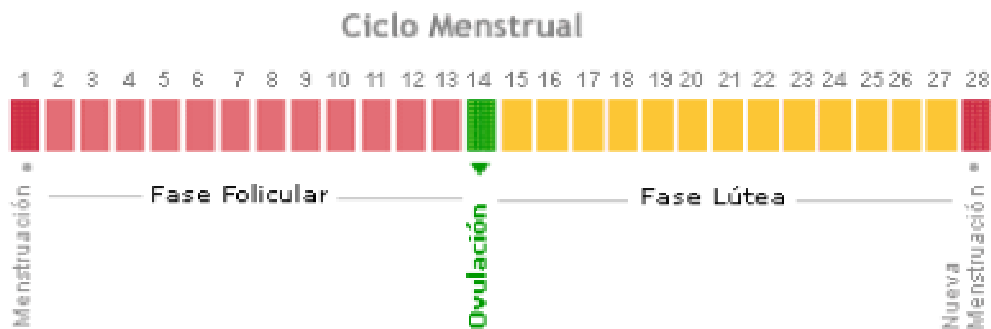


Fig. 3. fases del ciclo menstrual⁴⁰

1.4.1 Fase folicular

Es la primera fase del ciclo menstrual, comienza el primer día de la regla y termina en el momento de la ovulación, y se llama folicular porque la estimulación de la hormona folículo estimulante (FSH) segregada por la hipófisis, hace que entre 15 y 20 óvulos de ambos ovarios comiencen a madurar, éstos son encapsulados en folículos, que crece hasta alcanzar una medida aproximada de 20 mm, entonces éste se romperá y liberará al futuro óvulo, durante esta fase de maduración, la FSH también estimula la segregación de estrógenos, estas hormonas son producidas por los ovarios y estimulan al útero para construir un fino revestimiento o forro (endometrio) para poder alojar al óvulo fecundado e iniciar así el embarazo. Sin el endometrio, el óvulo fecundado no quedaría alojado en el útero y no podría crecer.

Junto con la producción de estrógenos se segrega también la hormona luteinizante (LH) que induce la maduración del folículo (capa que envuelve al óvulo) y la ovulación, cuando llega a su punto más alto de producción. Con esta hormona, el óvulo se libera del ovario e inicia su descenso por las trompas de Falopio hasta el útero, la LH es segregada también por la hipófisis.

⁴⁰ <http://www.alemana.cl/adv/fer/fer005.html>

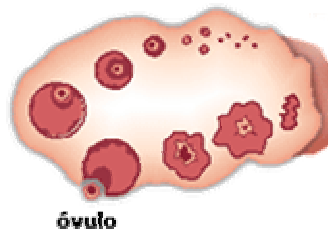


Fig. 4 fases folicular⁴¹

1.4.2 Fase lútea

Aparece después de la ovulación y dura hasta que se implanta el posible embarazo o hasta que se produce la menstruación y se inicia el próximo ciclo. En esta segunda parte del ciclo el útero se prepara para la posibilidad de un embarazo, acumulando sustancias nutritivas, donde cada vez más va habiendo más vasos sanguíneos, por medio de la Progesterona este revestimiento del útero crece con el objeto de alojar al óvulo fecundado, a este revestimiento también se le conoce como cuerpo amarillo. Si no ha habido fecundación descienden los niveles de progesterona lo que produce el desprendimiento del cuerpo amarillo junto con el endometrio. Los elementos acumulados se desprenderán y se romperán los vasos sanguíneos, generando una pequeña hemorragia, que es la menstruación⁴².

Durante la regla las prostaglandinas son las hormonas que incrementan las contracciones del útero para ayudarle a expulsar el óvulo no fecundado y el endometrio con la menstruación⁴³. El día que aparece el sangrado menstrual es el día 1 de un nuevo ciclo.

⁴¹ Ibid

⁴² Ibid

⁴³ www.ondasalud.com/edicion/noticia/0,2458,99350,00.html

Dentro de la menstruación el útero no es el único órgano que se ve implicado, este proceso se origina por medio de mensajes que coordinan procesos en el cuerpo y las hormonas son las mensajeras del cuerpo por excelencia, son sustancias que regulan y transmiten señales químicas de una célula a otra y dentro del proceso menstrual podemos notar su aparición mediante la presencia de la FSH, LH, estrógenos, progesteronas y prostaglandinas.

La comprensión del aparato reproductor de la mujer, sus cambios y las sustancias que se producen durante la menstruación son necesarios a la hora de abrir un libro de medicina o Ginecología que nos pueda explicar el fenómeno de la dismenorrea.

1.5 ¿Qué es la dismenorrea?

La dismenorrea (del griego: fluir dificultoso de la menstruación) consiste en el dolor de carácter cólico localizado en el abdomen inferior, con frecuencia irradia hacia la parte inferior de la espalda y las piernas, se presenta en los días previos y durante el flujo menstrual., muchas veces acompañado de otros síntomas biológicos como sudoración, taquicardia, cefalea, náuseas, vómito, diarrea, temblor, migraña, mareos, debilidad, fatiga, insomnio, que aparecen justo antes o durante las menstruaciones. En el síndrome premenstrual⁴⁴ la dismenorrea es acompañada de sensación de flatulencia, aumento de peso, sensibilidad en pechos, acné, ansiedad, agresión, cambios de ánimo, irritabilidad, deseo violento de alimento y cambios en el libido⁴⁵.

⁴⁴ "Grupo de síntomas físicos y conductuales que aparecen durante la segunda mitad del ciclo". Drogemüller, H. (1999). Tratado de ginecología. Barcelona: Mateu Cromo S.A./ HARCOUT Brace. Pág. 1011.

⁴⁵ Stephen, J. et al. (2001). Fisiopatología médica: introducción a la medicina clínica. México: Manual Moderno

- Según sus causas se divide en⁴⁶:

Dismenorrea primaria: se define como el dolor menstrual que no se asocia con una patología pelviana identificable.

Dismenorrea secundaria: se define como un dolor menstrual que se presume secundario a una anomalía anatómica pélvica.

- Según la intensidad del dolor se distinguen en 3 niveles⁴⁷:

Dismenorrea leve: cuando el dolor es de baja intensidad y solo afecta el primer día, no se precisa de analgésicos y puede desarrollar una actividad cotidiana normal.

Dismenorrea moderada: el dolor es más intenso, dura dos o tres días, puede acompañarse de algunos síntomas neurovegetativos, los analgésicos le permiten desempeñar una actividad diaria normal.

Dismenorrea severa: El dolor es más intenso, dura de 3 a 5 días y se acompaña de síntomas neurovegetativos (náuseas, vómito, diarrea, fatiga, etc.), los analgésicos son poco eficaces y son con frecuencia causa de ausencia escolar o ausentismo laboral.

1.5.1 Diagnóstico

Se basa fundamentalmente en hacer una anamnesis⁴⁸ minuciosa sobre las características del dolor inicial, localización, irradiación, duración, síntomas concomitantes.

Mediante un examen pélvico y/o ecografía o laparoscopia se podrá hacer un diagnóstico diferencial de dismenorrea secundaria, si es negativa la exploración se confirma el diagnóstico de dismenorrea primaria⁴⁹.

⁴⁶ Copeland (2002) Ginecología. Madrid: Panamericano

⁴⁷ Ferrer, B. et al. (2003). Dismenorrea. Síndrome de tensión premenstrual. En: Cabero. Tratado de Ginecología, obstetricia y medicina de la reproducción. España: editorial Médica Panamericana, S. A.

⁴⁸ Parte del examen clínico que reúne todos los datos personales, hereditarios y familiares del enfermo, anteriores a la enfermedad

⁴⁹ Copeland (2002) Ginecología. Madrid: Panamericano

1.5.2 Las causas de la dismenorrea

Dismenorrea primaria: no se conoce con exactitud sus causas, algunos autores incluso utilizan el término para los casos en los que no existe ninguna patología obvia, sin embargo se han desarrollado diferentes teorías:

factores psicológicos: las principales características emocionales o de personalidad de mujeres que presentan dolor pélvico sin causa aparentemente orgánica se han descrito como ególatras, autoindulgentes y vanas; demandantes y dependientes; inmaduras desde el punto de vista emocional y superficiales; propensas a dramatizar, exagerar y buscar y buscar atención; excitables; con deficiencias en el control emocional; con reacciones emocionales inconscientes; coquetas y provocadoras desde el punto de vista sexual pero temerosas en ese aspecto y a menudo frías.

Suele haber antecedentes de conflictos prolongados entre la paciente y su madre. Los resentimientos y sentimientos de culpa creados están reprimidos. La enferma nunca ha sido capaz de enfrentar a su madre, su padre es inaceptable y, por tanto, rechazado. Las madres con estos antecedentes suelen creer que el sexo es algo "sucio" y es mejor evitarlo⁵⁰

La historia del dolor incluye antecedentes psicológicos y estado psicológico actual, que abarca los siguientes elementos: factores psicosociales, antecedentes de abuso físico, sexual o emocional anterior o reciente, antecedentes de hospitalización psiquiátrica, intentos de suicidio y dependencia de sustancias; el dolor suele acompañarse de ansiedad y depresión⁵¹.

⁵⁰ Benson (1986). Diagnóstico y tratamiento ginecoostretricos. México: Manual Moderno

⁵¹ Novak (1997) Ginecología. México: MC Graw Hill

Se han considerado múltiples factores psicológicos, que podrían tener relación con conflictos de personalidad, polarizados en el rechazo de la feminidad y la necesidad de protección⁵²

Antes de se creía que la dismenorrea primaria era meramente de carácter psicológico y a partir de 1957 cuando Pickles fue capaz de estimular en forma directa las contracciones del miometrio y sugirió que esta sustancia podía ser responsable de la dismenorrea primaria, esta sustancia es la prostaglandina.

Prostaglandina (PGF): se debe al desorden o exceso en la producción de prostaglandina, ésta se sintetiza en el endometrio por medio de enzimas lisosómicas liberadas durante la fase luteal del ciclo menstrual, al parecer las pacientes con dismenorrea intensa generalmente tienen una producción excesiva de PGF que dan como resultado un exceso de contracciones del miometrio en el útero, lo que produce una isquemia del útero, lo cual estimula las fibras uterinas del dolor en el sistema nervioso autónomo, provocando dolor. La ansiedad, el miedo y el estrés pueden disminuir el umbral al dolor y por esta vía exagerar la percepción.

Los efectos secundarios de las PGF son semejantes a los síntomas de la dismenorrea primaria: náuseas, vómito, diarrea, cefaleas y calambres uterinos⁵³. Las PGR también pueden pasar al torrente circulatorio causar síntomas vegetativos como las náuseas y el vómito⁵⁴.

Vasoconstricción: El dolor asociado con la menstruación puede ser debido también a vasoconstricción de las arterias uterinas; es decir la constricción o estrechamiento de los vasos sanguíneos o arteriales del útero. La concentración

⁵² Cruz, J. et al (2003). Psiquismo y neuropatías. Medicina psicosomática. Terapéutica con psicofármacos en ginecología. Aspectos sociales de la ginecología. En: Cabero (coord.). Tratado de Ginecología, obstetricia y medicina de la reproducción. España: editorial Médica Panamericana, S. A.

⁵³ González, J. (1993). Ginecología. Barcelona: Ediciones científicas y Técnicas S.A. Masson/Salvat. Medicina.

⁵⁴ Ferrer B. et al. (2003). Dismenorrea. Síndrome de tensión premenstrual. En: Cabero. Tratado de Ginecología, obstetricia y medicina de la reproducción. España: editorial Médica Panamericana, S. A.

plasmática de la vasopresina se encuentra elevada en mujeres con dismenorrea primaria y esta hormona induce la contracción del miometrio y la vasoconstricción del miometrio.

Otros péptidos, tales como la ocitocina, la endotelina y la noradrenalina son potentes vasoconstrictores uterinos y podrían jugar un papel en la dismenorrea primaria.

Dismenorrea secundaria: el dolor es secundario al proceso patológico o una consecuencia específica del trastorno, incluye procesos como estenosis cervical, tejido endometrial ectópico, inflamación pélvica, congestión pélvica, conducta condicionada (ver cuadro 1).

TEJIDO U ÓRGANO	PATOLOGÍA
Peritoneo	Endometriosis Síndrome de Allen-Masters Síndrome de congestión pelvianna
Ovarios	Quistes o tumores en ovarios
Trompas de Falopio	Enfermedad inflamatoria pelviana (aguda o crónica)
Útero	Adenomiosis Miomias uterinos Pólipos uterinos Adherencias intrauterinas (síndrome de Ashenrman) Malformaciones congénitas(úteri bicorde y tabicado, cuerno uterino ciego) Dispositivo intrauterino
Cuello uterino	Estenosis u oclusión
Vagina	Himen imperforado Tabique transversal vaginal

Cuadro 1 causas de la Dismenorrea secundaria⁵⁵

⁵⁵ Copeland (2002). Ginecología. Madrid: Panamericana

1.5.3 Tratamientos

Psicoterapia: el médico informará a la paciente sobre los fenómenos naturales propios de la menstruación. En algunos casos, basta con esta psicoterapia elemental para que la mujer mejore.

También se puede dar un tratamiento en medidas para aliviar el estrés, lo que puede incluir educación, enseñanza de técnicas de relajación, prescripción de normas y en raras ocasiones medicación antidepresiva o tranquilizantes a corto plazo ⁵⁶

Tratamiento hormonal: el mecanismo de acción curativa tiene lugar probablemente porque provoca una disminución del contenido en prostaglandinas lo que se produce por dos hechos: disminuye notablemente el volumen de sangre menstrual e inhibe la ovulación y el endometrio proliferativo contiene el más bajo nivel de prostaglandinas reduce en grado significativo las contracciones uterinas.

Inhibidores de la síntesis de prostaglandinas: se ha descubierto el papel de la prostaglandinas en la presencia de dismenorrea, por lo cual su inhibición provocaría una disminución en las contracciones, isquemias⁵⁷ y sensibilidad de fibras nerviosas uterinas relacionadas con el dolor menstrual. Existen 5 grupos fundamentales de inhibidores de prostaglandinas clasificados según su estructura química⁵⁸ (son conocidos también como antiinflamatorios no esteroides AINE):

1. Derivados de ácido benzoico (aspirina)
2. Butirofenonas (fenilbutazona, antipirina).
3. Derivados del ácido indolacético (indometacina)

⁵⁶ Drogemüller, H. (1999). Tratado de ginecología. Barcelona: Mateu Cromo S.A./ HARCOUT BRACE.

⁵⁷ Trastorno circulatorio por el que se interrumpe el riego sanguíneo de un órgano o tejido.

⁵⁸ Gonzalez, J. (1993). Ginecología. Barcelona: Ediciones científicas y Técnicas S.A. Masson/Salvat. Medicina.

4. Fenamatoa o antranílicos (ácidos mefenámico, flufenámico, tolfenámico, niflúmico y meclofenámico)
5. Derivados del ácido arilpropiónico (ibuprofén, aprofén, flurbiprofén, ketoprofén, naprosén sódico, surprofén y ácido tiaprofénico)

Tocólisis: intentando disminuir la contractilidad del útero mediante antiespasmódico o relajantes uterinos como el alcohol y el empleo de betamiméticos, pero se han obtenido con ellos resultados satisfactorios.

Analgésicos: la aspirina ha sido recomendada por su efecto analgésico y además por su acción inhibidora de la síntesis de PG prostaglandinas, sin embargo no tiene un mayor efecto favorable que un placebo.

Cirugía: La interrupción de las vías nerviosas provenientes del útero con el fin de aliviar la dismenorrea, también la dilatación cervical que mejora el drenaje del flujo sanguíneo durante la menstruación, con una menor acumulación intrauterina de sangre y prostaglandinas.

Estimulación nerviosa: se trata con acupuntura, pero la información publicada que sustente el uso sistemático de la acupuntura para el tratamiento prolongado de la dismenorrea es escasa⁵⁹.

1.5.4 Incidencia

No se sabe bien con exactitud la incidencia de la dismenorrea, aunque se sabe que varía de un país a otro, se calcula que aproximadamente el 52% de mujeres en edades después de la pubertad padece dismenorrea y que alrededor de 10% quedan incapacitadas entre 1 y 3 días cada mes⁶⁰

⁵⁹ Copeland (2002) Ginecología. Madrid: Panamericana

⁶⁰ Gonzalez, J.(1993). Ginecología. Barcelona: Ediciones científicas y Técnicas S.A. Masson/Salvat. Medicina.

La dismenorrea es responsable de una enorme pérdida económica, como consecuencia del coste de los medicamentos, la atención médica y la disminución de la productividad la menstruación dolorosa es la causa que conduce al ausentismo femenino en el trabajo, la escuela y otras actividades⁶¹.

Como se ha visto la visión del estudio del cuerpo por fragmentos se sigue manejando al abordar a la Dismenorrea, algunos métodos en los últimos años han retomado la idea del cuerpo como unidad porque los médicos se han dado cuenta que existen más factores que los puramente biológicos jugando un papel dentro de las distintas funciones orgánicas, como lo es el modelo biopsicosocial, y psicosomático, sin embargo la filosofía de la que parten es la cartesiana, es decir cada uno de los profesionales se reúne y trata de armar los pedazos del rompecabezas perdiendo de vista el proceso de la interacción entre todos los elementos dentro de la unidad, estas visiones no han podido encontrar solución al creciente número de mujeres que pueden presentar malestares asociados con la menstruación debido al cierre adictivo de una filosofía que ha dado señales de estar caduca, por tal motivo me permito abordar a la dismenorrea desde otra visión del proceso salud-enfermedad y así brindar nuevas opciones al tratar con el cuerpo para enfrentar las demandas a las que nos enfrentamos día tras día los profesionales de la salud.

Al tratar de ver a la dismenorrea con otros ojos diferentes a los propuestos hasta el momento por la medicina alópata es necesario partir de una nueva epistemología una opción es la propuesta por el Dr. Sergio López Ramos que concibe al cuerpo al cuerpo como una unidad, en donde se aborda el problema y no el síntoma lo que nos brinda una nueva explicación y tratamiento que permite al sujeto vislumbrar una posibilidad diferente a la enfermedad.

En el siguiente capítulo explicare los principios bajo los cuales se plantea esta nueva visión del cuerpo y del proceso salud-enfermedad, que es bajo la cual sustento que la Dismenorrea no es consecuencia de una mera reacción orgánica que puede detenerse momentáneamente con alguna sustancia química.

⁶¹ Benson, R. (1986). Diagnóstico y tratamiento ginecoobstétricos. México: Manual Moderno

CAPÍTULO 2. UNA NUEVA VISIÓN DEL PROCESO SALUD- ENFERMEDAD PARA LA EXPLICACIÓN DE LA DISMENORREA

*La armonía y la fuerza existen en nuestras vidas
sólo cuando nuestro yo exterior
corresponde con nuestro yo interior,
cuando esta gran verdad forja una armonía interna
entre nuestros más profundos y puros anhelos
y las metas que perseguimos en la vida.*

Albert Schweitzer

Si recordamos que no somos los único en este planeta (como raza humana), nuestra perspectiva cambia, de tal forma que podemos darnos cuenta que todo lo que nos rodea forma parte de nosotros, al igual que nosotros de ellos y se refleja en nuestro cuerpo, es ir más allá de la mono y multicausalidad, es ver la red que existe en nuestro cuerpo, en la vida, de tal forma que podemos abordar de diferente manera una enfermedad e ir más allá del mal funcionamiento de un órgano, es ir a la raíz del problema para encontrar una solución o una ruta distinta a la enfermedad, donde el adormecimiento del cuerpo ya no es una opción.

López Ramos nos brinda una visión distinta donde podemos darnos cuenta que la enfermedad y en este caso la dismenorrea es más que una avería o el inadecuado funcionamiento de un órgano, lo que permite dar una explicación y construcción diferente al dolor en la vida femenina.

2.1 El hombre como una unidad

López Ramos ve al cuerpo como la síntesis del proceso social e histórico, pero también como una construcción cultural que transmite los símbolos y significados mediante los cuales comprendemos nuestro mundo y orientamos nuestra

conducta que se materializan en el cuerpo, en estilos de vida, ésto transforma las funciones de órganos y establece nuevas relaciones fisiológicas, siendo así el cuerpo el lugar donde confluyen las nuevas relaciones individuo-sociedad¹.

Con la transformación del estilo de vida en el siglo XIX se condujo a cambios corporales, de salud, de alimentación, de formas de sentir, de vivir, y que fueron transmitidos de generación en generación, éstos nuevos símbolos y significados forman parte de nuestra cultura y son trasferidos al individuo por medio de la familia, es en ella donde se intercambian maneras y formas de vivir, esto se materializa en el sujeto en comportamiento y formas de ver el mundo que se rige por ciertas normas y costumbres, es donde también aprendemos las formas de resistencia o resignación al estilo de vida, donde los padres corrigen, imponen o hacen ver a sus hijos que es lo mejor para su vida personal, lo que va delineando nuestra visión de la vida, nuestro comportamiento, la relación con los otros, pensamientos y sentimientos.

La cultura van conformando el cuerpo, que es a la vez el centro receptor y fruto de ella donde se elabora los procesos de acomodación de la información en base a modelos, son conocimientos y comportamientos impuestos a la idea del otro que se reproducen y dan continuidad un cuerpo que es sometido al deseo de los otros, mediante castigo o imposiciones.

Así al cuerpo se le imponen ciertos comportamientos e ideas dentro del espacio familiar que llegan a verse y sentirse como algo natural y el sujeto no ve otras posibilidades, lo que le trae como consecuencias el vacío, que es “cuando los sujetos entran en crisis permanente y en procesos de desvalorización porque no existe un vínculo entre lo que desea y lo que se hace en la vida real”², hay una crisis entre el deber ser, el hacer y el ser, donde lo que se piensa, se siente y lo que se hace no corresponden, esto sucede porque la elección de su vida no la

¹ López, R. S. (2000). Prensa, Cuerpo y salud en el siglo XIX mexicano. México: miguel Angle Porrúa/CEAPAC

² López (2000). Zen y cuerpo humano. México: CEAPAC/Verdehalago, p. 42

hizo uno, la familia junto con la cultura imponen una forma de ver la vida y vivirla y uno las hace suyas. Ante estas situaciones el ser humano desarrolla ciertas formas de resistencia o resignación a lo que esta enfrentando, es así como tenemos enfermedades recurrentes, crisis emocionales o enfermedades crónico-degenerativas.

Estas formas de vivir o morir tampoco escapan de la influencia del espacio familiar, porque dentro de él aprendemos los signos y significados que dirigen la forma en que nos apropiamos de la vida esto se materializa en el cuerpo en el proceso salud-enfermedad, sin desdeñar el proceso histórico-social, y aunque el ser humano esta sujeto a estos procesos él también tiene una condición particular porque el elige la manera de cómo vivir su cuerpo, de cómo enfrentar su condición de vida y mediante este proceso él determina a que órgano se dirige su mecanismo de defensa, la patología.

Estamos frente a sintomatologías que no provienen solo del mal funcionamiento de un órgano, la falta o sobreproducción de una sustancia, o un huésped dentro del organismo, las enfermedades son productos de una construcción histórica social que no cabe en la visión cartesiana, pero están presente en los cuerpos que demandan una mejor calida de vida, en donde el habituarse a un malestar o a la ingesta de medicamentos no es vivir, porque se puede aliviar la sintomatología por un momento, pero la continua ingesta de sustancias conduce a otra patología, convirtiendo al ser humano en un catalogo viviente de enfermedades.

Es necesario manejar una visión diferente a la establecida por el positivismo del siglo XIX para enfrentar las demandas de los cuerpos actuales; para ello es imprescindible concebir al hombre como una unidad como lo hace Sergio López Ramos, al considerar al cuerpo como la concretización y prolongación de una cultura, historia, familia, alimentación, geografía, formas de sentir, vivir, enfermarse y morir.

Estamos partiendo de la idea de que el cuerpo es la concretización de una cultura que junto con la elección se transforma, enriquecen y gesta nuevos procesos, nuevas redes de sobrevivencia y de cooperación en el individuo tanto orgánicas como emocionales para enfrentar las circunstancias³.

Podemos darnos cuenta que el proceso histórico-cultural se concreta en el cuerpo actuando sobre cada órgano bloqueando o cambiando sus funciones, modificando el metabolismo del cuerpo, dando paso a la enfermedad, campo en el que la fragmentación ha establecido la superespecialidades para su estudio enfocándose en el síntoma, lo que implica una lectura corporal que es excluyente de los procesos que lo conforman y el papel de las representaciones y significados que tiene el sujeto, por ello es necesario partir de una epistemología que permita vislumbrar más allá del antropocentrismo y ver que el hombre es un ser vivo que “forma parte de un planeta...que... puede comprenderse a partir de los elementos que componen la vida en la tierra...así que se puede decir ...que el cuerpo humano tiene en su interior un equilibrio...que corresponde con el exterior, es decir la armonía de la naturaleza puede existir en el cuerpo”⁴, cambiando la visión del organismo como una máquina a el organismo como un microcosmos.

2.1.1 La teoría de los 5 elementos

“La concepción del cuerpo que maneja... la medicina tradicional china... está sostenida en la analogía con un microcosmos en armonía que, al ser violentado, produce desequilibrio energéticos en el cuerpo”⁵, para entender como funciona este microcosmos tenemos que recordar que en el universo se encuentran los elementos que forman parte del origen de la vida, carbono, oxígeno e hidrogeno, estos átomos al combinarse forman organismos vivos, plantas, animales y al

³ López, R. S. (2002). Lo corporal y lo psicosomático I. México:CEAPAC

⁴ López, R. S. (2003). Lo corporal y psicosomático III. México: CEAPAC.p.25

⁵ López, R. S. (2002). Lo corporal y lo psicosomático I. México:CEAPAC. p. 33

hombre⁶, así que mantenemos una estrecha relación con el universo, al que podemos nombrar como macrocosmos, considerándolo como la naturaleza, es por esto que existe un analogía macrocosmos-microcosmos.

La teoría de los 5 elementos parte de esta analogía al plantear que a partir del caos (explosión) se estableció una relación de armonía y cooperación entre los elementos para formar la vida, desde los orígenes de la tierra y los hombres dicha relación fue establecida en una constante articulación y cooperación para la supervivencia, esta relación se puede ver con los elementos básicos de la naturaleza: así como la MADERA es combustible y da lugar al FUEGO, este al consumirse genera cenizas que pasan a conformar la TIERRA, ésta a su vez se comprime en capas en el subsuelo y da lugar al METAL, el cual con sus minerales genera el AGUA, que es la que nutre el crecimiento de la MADERA y así sucesivamente (ver figura 1, relación de generación); este es un ciclo de generación de energía vital, cada uno es la madre del otro, en un ambiente de origen⁷.

Dentro de esta generación se puede producir un excedente de algún elemento y como todo es una relación de cooperatividad y equilibrio los mismos elementos funcionan para que cada uno se mantenga en un nivel, por lo que también existe una relación de dominancia entre estos 5 elementos: la madera puede dominar la tierra porque la puede penetrar, la tierra absorbe el agua, el agua apaga el fuego, el fuego funde el metal, el metal puede cortar la madera y así sucesivamente (ver figura 1, relación de dominancia)⁸.

⁶ “De estas sustancias químicas se encuentran conformadas las estrellas. Investigadores del cosmos afirman que cuando una estrella estalla, ...el polvo que esparce posee dichos componentes y que nosotros los seres vivos en general estamos hechos de polvo de estrellas: ...todos los átomos pasaron por el horno de las estrellas. Quizás por eso la gente mira con tanta nostalgia hacia el cielo estrellado. Durán, 2004. cuerpo, intuición y razón. México: CEAPAC, p.p. 55-56.

⁷ Duran, N. (2004). cuerpo, intuición y razón. México: CEAPAC,

⁸ López, R. S. (2002). Lo corporal y lo psicosomático I. México:CEAPAC

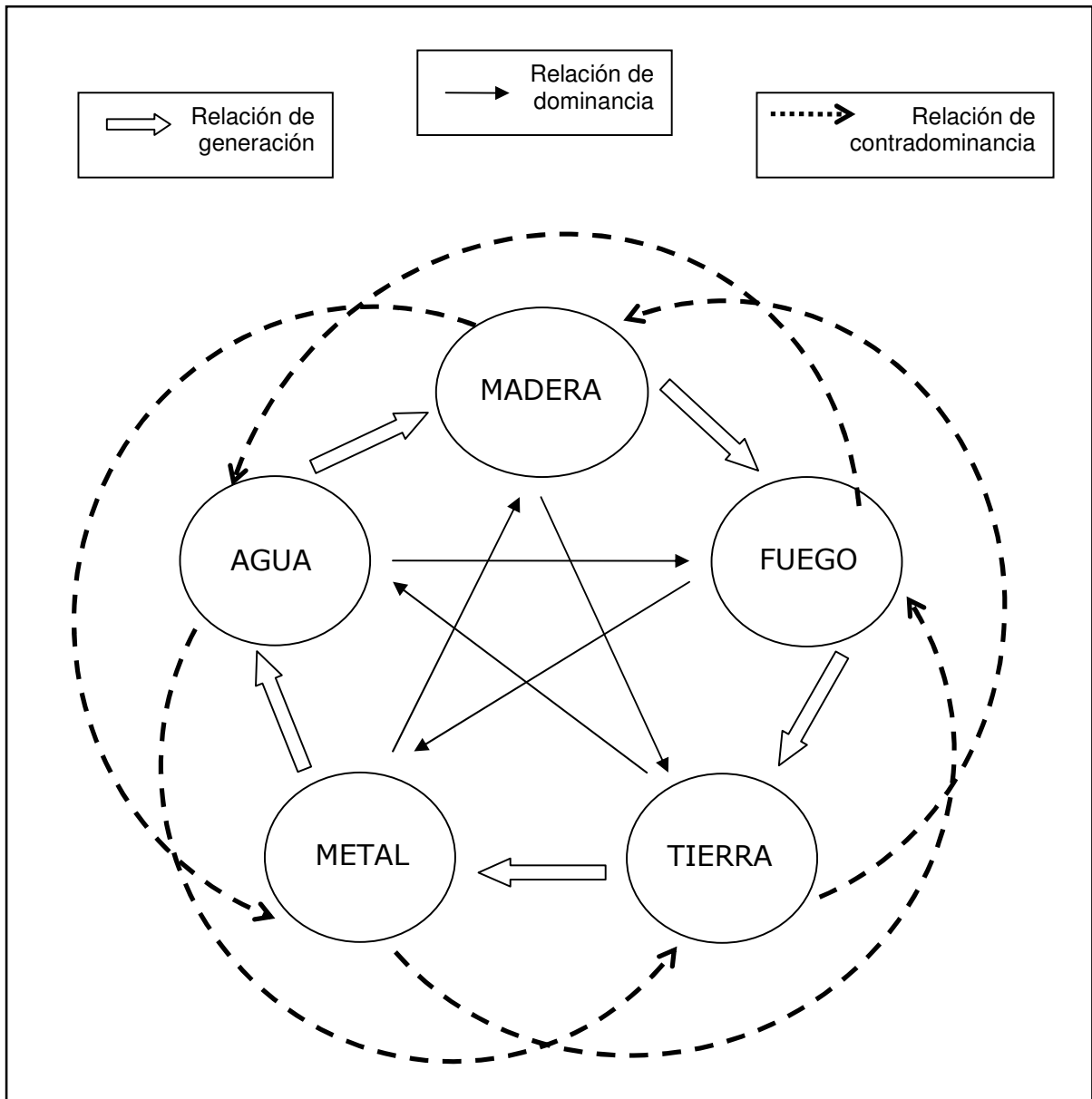


Figura 1. Relación de generación, dominancia y contradominancia en la teoría de los 5 elementos

Existe también una relación de contradominancia para controlar el exceso de producción en algún elemento cuando la relación de dominancia ya no es suficiente para mantener el equilibrio, en esta la madera controla el metal, el metal al fuego, el fuego al agua, el agua a la tierra y la tierra a la madera (ver figura 1 relación de contradominancia). Estas 3 relaciones suceden al mismo tiempo en pro de la supervivencia, armonía y equilibrio de la naturaleza.

“Si sostenemos que el cuerpo es un microcosmos significa que en su interior no existe nada sin una relación con el exterior”⁹, entonces el ser humano se puede comprender a través de los elementos que componen la vida en el planeta, trasladando estos elementos al cuerpo humano podemos encontrar una relación equivalente en los órganos principales, “el corazón se equipara con al fuego, el bazo a la tierra, el pulmón al metal, el riñón al agua y el hígado a la madera, al igual que los ciclos de generación, dominancia.... y contradominancia... que se presentan en ellos”¹⁰ (ver figura 2).

Pero esta relación no solo intervienen los órganos principales del cuerpo humano, también intervienen otros órganos; dentro de la medicina tradicional china estos se diferencian dependiendo de la función fisiológica, así se puede diferenciar entre órganos zang o tesoro que son el hígado, corazón, bazo, pulmón y riñón, y órganos fu o taller, vesícula biliar, intestino delgado, estómago, intestino grueso, y vejiga; los primeros se encargan de formar y almacenar las sustancias nutritivas y los segundos cumplen la función de recibir y digerir los alimentos, absorber las materias nutritivas, transforman y excretan los desechos del cuerpo humano ¹¹ (ver figura 2).

Al profundizar más en esta relación podremos ver que el cuerpo es un espacio donde no solo confluyen los elementos del planeta, también existe una relación al interior del individuo en donde se articula un órgano con una emoción como la ira, la alegría, la tristeza, el miedo y la ansiedad (ver figura 2), con un sabor, expresión, color, tejido, etc., como se puede observar en la tabla 1 (ver anexos), y mediante la relación de los 5 elementos podemos ver y comprender que los órganos tienen una relación entre sí, es decir no son autónomos.

⁹ López, R. S. (2003). Lo corporal y psicosomático III. México: CEAPAC. p.26

¹⁰ Duran, N. (2000). Incorporación de la intuición por medio del cuerpo. En: López., R. S. (coord.). Lo corporal y psicosomático I. México: CEAPAC

¹¹ Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, et al (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Republica Popular de China: Ediciones en lenguas extranjeras. p. 20.

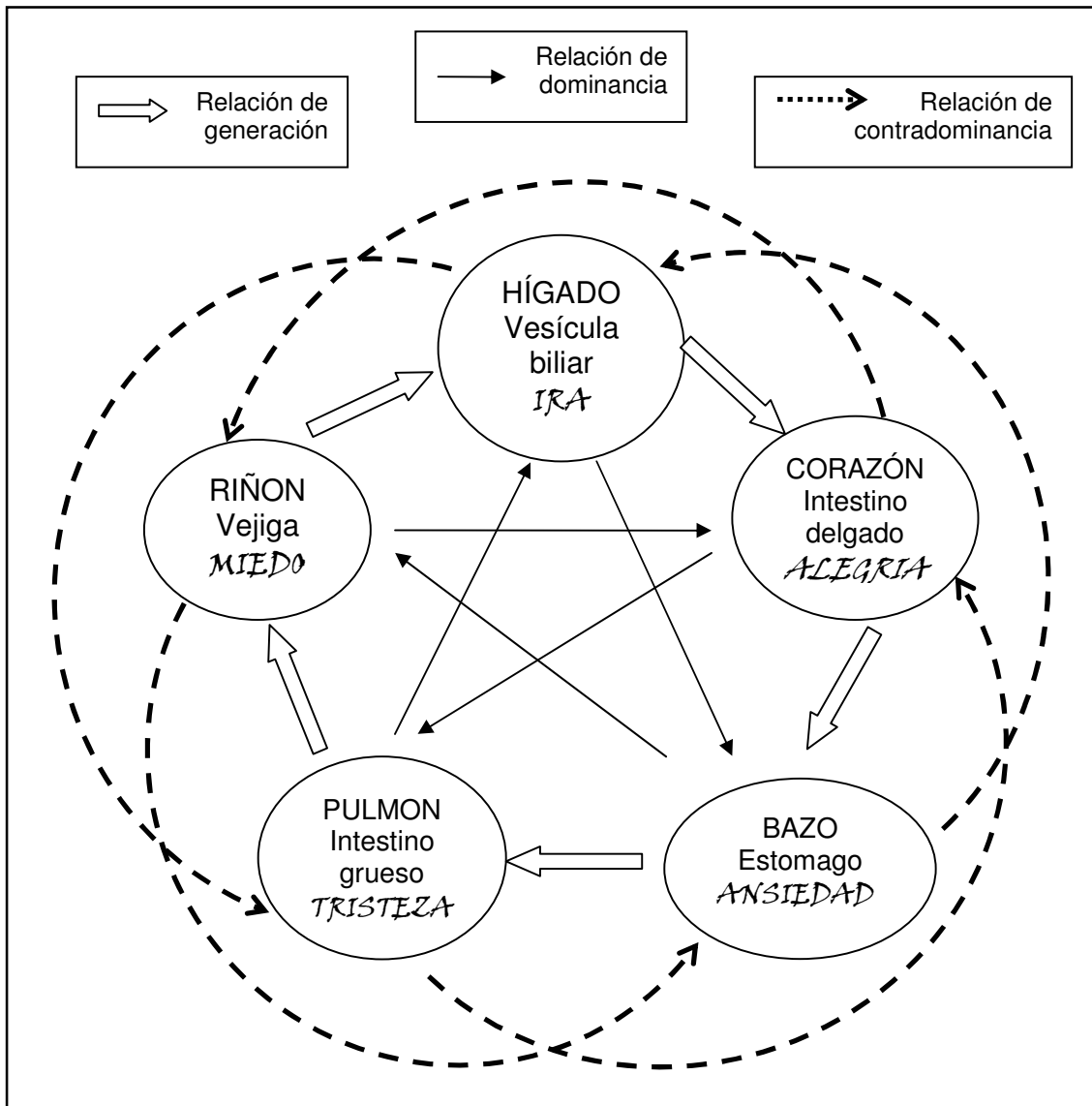


Fig. 2 teoría de los 5 elementos trasladada al cuerpo humano

2.1.2 Relación órgano emoción

La medicina tradicional china sostiene que una emoción o sentimiento se relaciona con un órgano y viceversa. Cuando la emoción domina se instala en el órgano, rompiendo con el equilibrio que guarda el organismo, provocando alguna sintomatología en la persona, esto clarifica el proceso salud-enfermedad¹². En este desequilibrio, debemos recordar que al alterarse un órgano, este puede a su

¹² López, R. S. (2002). Lo corporal y lo psicosomático I. México:CEAPAC

vez afectar a otro, ya que estamos hablando de una red de cooperación que mantiene el equilibrio en el organismo, para la supervivencia.

Siguiendo con esta lógica de articulación del organismo humano, tenemos que dar cuenta también de que todo lo que le sucede a la persona mantiene una relación con ese proceso de salud-enfermedad, el estilo de vida, la forma en como expresa los sentimientos, los cuidados de su cuerpo, el tipo de trabajo, su alimentación, las emociones que experimenta a lo largo de su vida, la forma de ver la vida, la cultura, la familia, el lugar en donde vive, etc., influye en la emoción que prepondera en determinado momento de su vida o durante toda su vida y esta afecte a un órgano, pero también éstos pueden presentar ciertas patologías debido al inadecuado cuidado corporal, ya sea por alimentación, ingesta de factores dañinos como la sal, el tabaco, el alcohol, etc., esto hace que determinado órgano no cumpla sus funciones orgánicas adecuadamente y exista un desequilibrio con los demás órganos y por consiguiente con las emociones.

El cuerpo es un cúmulo de energía tan impresionante e inteligente que puede cambiar la información metabólica de cada órgano con el fin de sobrevivir, e incluso puede avisarnos que algo está funcionando mal por medio del lenguaje del cuerpo que es la enfermedad, antes de que éste agote todos sus recursos y no pueda seguir manteniendo este equilibrio a costa de otros órganos, así que el soma se ha convertido en la única manera que le hemos dejado al cuerpo para comunicarse con nosotros, pero estamos tan acostumbrados a eliminar el síntoma en lugar de escucharlo que no nos damos cuenta de lo que realmente sucede dentro y alrededor de nosotros. “El síntoma es la expresión visible de un proceso invisible”¹³, es el lenguaje del cuerpo y debemos indagar que es lo que está funcionando mal, pero con una visión que va más allá del reduccionismo biológico, estamos hablando de un proceso psicosomático.

¹³ Dethlefsen, T. y Dahlke R. (2004). La enfermedad como camino. México:Debolsillo, p. 20

En los últimos años hemos escuchado el término psicósomático, dentro de la medicina alópata, se utiliza con el fin de explicar enfermedades a las cuales no se encuentran un origen fisiológico y entonces se le atribuyen a la mente, esta visión nos encasilla de nuevo en lo fragmentado, donde se pierde de vista el proceso y solo se busca la causa para atacar desde ahí el síntoma y eliminarlo, lo que nos muestra una monocausalidad, y a lo largo de este trabajo he planteado la importancia que tendría el abordar al ser humano desde otra visión que nos permita ver los diferentes factores que construyen al cuerpo, porque el cuerpo no solo es biología, es un cúmulo de relaciones más amplias que para poder abordar como objeto de estudio es necesario tomar en cuenta todas estas relaciones que a la hora de encontrar como se mezclan e influyen, vislumbramos un panorama más amplio de la complejidad del ser humano para así comprender el proceso que lleva a la construcción de una sintomatología.

Es un proceso histórico-cultural que transforma las funciones orgánicas dependiendo de cómo nos apropiamos de la vida, a partir de una religión, una familia, costumbres e ideas que delimitan el cómo se debe actuar y sentir, es decir la emoción y el cuerpo interactúan y mantienen una relación en donde se influyen mutuamente, esta relación vive y se concretiza en el cuerpo.

En esta relación de los órganos con las emociones es donde podemos encontrar la construcción de un proceso psicósomático (fuera de una visión cartesiana) que nos permite vislumbrar cómo una emoción ha logrado instalarse en el cuerpo, afectando de esta manera a un órgano, que a su vez afecta a otros (en el entendido de la relación que existe entre ellos, partiendo de la teoría de los 5 elementos), estos mecanismos de construcción no están ajenos a una cultura, símbolos, significados, costumbres y visión personal, que le permiten a la persona actuar, de cierta manera en la vida, en donde vemos implicadas las relaciones con otras personas y con su cuerpo (considerando a este no sólo como lo fisiológico, también consideramos sus pensamientos, emociones, costumbres, etc.). En este proceso de construcción social e histórica el cuerpo va a cambiar sus relaciones

para así adaptarse a las exigencias o cambios, logrando bloquear o cambiar la función de un órgano, esto se hace con la finalidad de mantener el equilibrio orgánico para su supervivencia llegando a modificar el metabolismo, dando como resultado la manifestación de alguna enfermedad.

Al abordar al ser humano es necesario considerar que el cuerpo es un conjunto de factores que rebasan lo fisiológico y que es la concretización de una construcción histórico-social, que invitan a pensarlo como un documento vivo, en el cual la sintomatología, la postura, las actitudes, los gustos en la comida, etc. nos señalan que emociones se mueven en el cuerpo, logrando vislumbrar aquellas costumbres, símbolos y signos culturales que se impregnan en el cuerpo y van moldeándolo junto con la elección personal, este tipo de lectura brinda la posibilidad de encontrar nuevas explicaciones de un fenómeno al cual solo se le ha buscado en el cerebro, las emociones, procesos endocrinos y celulares¹⁴.

A partir de esta visión podemos salir del encasillamiento de la dismenorrea como un padecimiento constitutivo de la naturaleza femenina, dejando a un lado la idea de que el dolor es natural en la mujer, en donde la explicación de la sintomatología va más allá de considerarlo como un mero procesos fisiológicos que solo han permitido buscar la solución del padecimiento en el bloqueo o introducción de sustancias que le faltan o exceden en el organismo y que dan como resultado el malestar, logrando anestesiar al cuerpo por un lapso de tiempo, lo que implica el consumo constante de medicamentos que tienen repercusiones a largo plazo en el organismo, y que a pesar de los tratamientos no se logra desaparecer la enfermedad.

Al mismo tiempo nos permite desmitificar la idea de que la dismenorrea se da como consecuencia de un rechazo a la feminidad, desde esta aproximación vamos a entender como una emoción exaltada, la historia personal, una dieta rica refinados y grasas, se conjugan y dan como resultado un desequilibrio en el

¹⁴ López, R. S. (2002). Lo corporal y psicosomático II. México: Zendová

cuerpo que afecta las funciones de diversos órganos provocando una sintomatología.

2.2 Otra explicación para la dismenorrea

Si partimos de la premisa de que dentro del cuerpo existe un equilibrio y el cuerpo nos avisa cuando este se rompe, la dismenorrea es un síntoma que nos avisa que la energía de ciertos órganos se encuentra estancada o debilitada. Dentro del cuerpo femenino los órganos implicados en ciclo menstrual son el hígado, el riñón, el bazo, la matriz y los ovarios.

En la menstruación la mujer pierde energía, porque ésta arrojando un líquido que necesita, la sangre, por lo cual el cuerpo está diseñado para desechar la menor cantidad posible para la conservación de energía y vida de la mujer¹⁵, dentro de este proceso se ve implicado el hígado, porque éste órgano está encargado del almacenamiento y dispersión de sangre, del adecuado aporte de este líquido depende el buen funcionamiento de los órganos y diversas funciones corporales, pero cuando el hígado se encuentra desequilibrado la dispersión de sangre se ve afectada, éste puede o no mandar sangre y la cantidad puede ser en demasía o escasez¹⁶.

La energía del hígado se puede ver afectado por una alimentación rica en grasas, carne, conservadores u hormonas que desgastan el hígado ya que debe trabajar más para poder procesar todos estos elementos en la sangre, otro factor que puede llegar a ocasionar un desequilibrio en el Hígado es el emocional, en este caso la ira, cuando éste estado de ánimo predomina en nuestra vida la energía del hígado se desequilibra y no puede llevar de manera adecuada sus distintas funciones. Este órgano también funciona como el drenaje del cuerpo humano y no

¹⁵ Chia (1998). amor curativo a través del Tao. Técnicas Taoístas para aumentar la energía sexual femenina. México: arbol editorial.

¹⁶ Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, et al (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Republica Popular de China: Ediciones en lenguas extranjeras.

solo por limpiar la sangre, si no también porque atempera las actividades mentales como la ira y la depresión¹⁷, estos trastornos emocionales provocan la coagulación de xue (sangre) en el útero y provocan la dismenorrea.

Cuando vienen el desprendimiento de la cavidad uterina es evacuada mediante contracciones uterinas, la presencia del dolor puede deberse a espasmos en el cuello uterino con una retención a contracorriente que puede ser por el estancamiento de xue (sangre) y la presencia de coágulos todavía más dolorosos de evacuar¹⁸.

Las hormonas son las que comunican al cuerpo que debe llevar a cabo determinado proceso, y en el caso de la menstruación los estrógenos y la progesterona son las hormonas que regulan este proceso, el hígado controla la cantidad de éstas en el cuerpo al eliminarlas, también se debe considerar que nuestro cuerpo en la actualidad esta bombardeado de cantidades de hormonas que provienen de los alimentos que consumimos como la carne, el pollo, los embutidos, las comidas rápidas, los transgénicos, entre otros, ante un hígado desequilibrado energéticamente este se fatiga y elimina menos hormonas y toxinas, así la mujer se intoxica con sus propias hormonas, dentro de éstas podemos encontrara a la foliculina u hormona estrogénica, que es responsable de la aparición de la mucosa uterina antes de la ovulación, “el hecho es que ciertamente el exceso de estrógenos produce los desarreglos gastro-intestinales, la retención de agua y la estimulación excesiva de los tejidos estro-sensibles como la mucosa cervical, el útero y los senos”¹⁹ lo que explicaría muchos de los síntomas presentados durante la dismenorrea.

El hígado también esta encargado de nutrir adecuadamente los músculos, entonces ante un desequilibrio en hígado los músculos también son afectados, esto explicaría el porque de los dolores en los músculos de las piernas que experimentan algunas mujeres cuando tienen dismenorrea.

¹⁷ Chenggu (2004). Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. China: Ediciones en lengua extranjeras

¹⁸ Nissim, R. (1984). Manual de ginecología nartural para la mujer. ICARIA. Barcelona

¹⁹ Ibid. p. 24

El bazo y los riñones son otros órganos relacionados con este malestar ya que los dolores pre-menstruales con un flujo de color purpúreo oscuro con coágulos indica el estancamiento de qi (energía) y xue (sangre), mientras que el dolor post-menstrual con un flujo en poca cantidad y de color rojo fresco es causado por xu (deficiencia) de xue (sangre)²⁰. Tanto la energía como la sangre son fundamentales para el mantenimiento adecuado de actividades corporales, nosotros tenemos 2 tipos de energía (qi) la heredada y la adquirida, la primera es la que recibimos genéticamente de nuestros padres mediante la unión del óvulo y el espermatozoide, la energía que genera la vida, la energía del universo, lo que hace que funcionen las cosas, ésta es recibida y captada principalmente en los riñones y se encuentra relacionada con la función reproductiva; la energía adquirida la obtenemos de la naturaleza por medio de la alimentación y la respiración después del nacimiento, bajo esta energía los órganos desarrollan sus funciones y generan a su vez su energía. La sangre se adquiere de la esencia obtenida del alimento después de la digestión y absorción por medio del bazo y el estómago, que después pasa al corazón y pulmón estos la transforman en sangre. El riñón genera la médula ósea que a su vez genera sangre, el qi de este órgano promueve la función del bazo, pulmón y corazón lo que estimula la formación de sangre, es decir la energía obtenida mediante el alimento y la energía de riñón forman la sangre, por lo cual xue y qi mantienen una estrecha relación, además la circulación de la sangre depende del impulso del impulso de qi. “La formación y circulación de xue dependen del qi, mientras que la formación y distribución del qi están relacionados con xue. Clínicamente, xu (deficiencia) del qi conduce a xu (deficiencia) de xue y a la inversa; el estancamiento del qi conduce a la éxtasis de xue y a la inversa.”²¹

El riñón también está relacionado con la menstruación porque el jing, que es la energía fundamental, se almacena dentro de él, ésta es de tipo generativa y en las mujeres es necesaria para crear óvulos, las hormonas, el recubrimiento interior

²⁰ Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, y cols, (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Ediciones en lenguas extranjeras. Bejin

²¹ Idid., p. 30

de la matriz, así como para mantener su vida sexual activa²², un desequilibrio de este órgano conduciría entonces a un desequilibrio hormonal y menstrual factores a considerar en la causas de la dismenorrea, otra razón por la que el riñón esta relacionado con la dismenorrea se debe a que este órgano esta encargado de nutrir adecuadamente los huesos y si recordamos que uno de los síntomas de la dismenorrea es el dolor de cadera, cintura o columna, es decir dolores en hueso, podemos comprender de manera más amplia el papel del riñón en la dismenorrea.

El desequilibrio tanto del bazo como del riñón pueden generarse también por medio de la predominancia de una emoción, en el caso del bazo es la ansiedad y el riñón el miedo, al igual que puede deberse a un tipo de alimentación que no contenga los nutrientes necesarios para la formación de una sangre que mantenga el adecuado funcionamiento de los órganos y al mismo tiempo la obtención de la energía adecuada para el equilibrio del cuerpo.

Todo fenómeno o cosa en el universo conlleva 2 aspectos opuestos yin y yang, fuerzas que se encuentran en contradicción, y mutuamente dependiente; la oposición entre éstas dentro de un fenómeno es para mantener el equilibrio de éste, la relación de dependencia se refiere a que cada uno es una condición para que exista el otro y ninguno puede existir aisladamente. Las propiedades de Yin están relacionadas con el agua, frío, oscuridad, noche, mujer, etc., las características de Yang están relacionadas con el fuego, calor, luz, día, hombre, etc.; todas las cosas están compuestas por estas dos fuerzas, incluyendo a nuestro cuerpo. Ante el desequilibrio de estas se presenta la enfermedad que se caracteriza por el predominio, o deficiencia de una u otra fuerza, cuando domina yin es una síndrome de frío, cuando se trata de yang es un síndrome de calor, si es predominio de alguna de las dos es de tipo shi (exceso), cuando es carencia de alguna es de tipo xu (deficiencia), como lo muestra la figura 5.

²² Chia (1998).amor curativo a través del Tao. Técnicas Taoístas para aumentar la energía sexual femenina. México: arbol editorial.

Estos movimientos del Yin y Yan tienen que ver con la dismenorrea porque esta se divide en dos tipos, de tipo shi (exceso) y de tipo xu (deficiencia)²³, en donde el desequilibrio de frío-calor se refleja en el sistema reproductor femenino, lo que nos tenemos que preguntar es ¿por qué la sintomatología se dirige al útero?

Si recordamos que estamos hablando de nuestro cuerpo como una unidad en relación con un macrocosmo, por lo tanto lo que se encuentra afuera esta dentro, entonces podemos comprender que la dismenorrea también es un síntoma de lo que esta pasando a nuestro alrededor y si volteamos nos podremos dar cuenta que la sociedad en la que vivimos va en decadencia debido a la posición antropocéntrica en la que nos hemos colocado, considerando a los humanos como seres únicos, idea que permite acabar con los otros seres vivos²⁴, incluyendo a la humanidad ya que esta idea a justificado las guerras y los genocidios, esto no es más que un desprecio por la vida, en donde el hombre cambio la cooperación por la competencia convirtiendo en realidad la premisa darwiniana de la supervivencia del más apto, siendo que el principio de la vida es la cooperación, porque para vivir un árbol nos proporciona el oxígeno que respiramos sin hacer discriminación alguna, lo mismo que hace la tierra al proporcionarnos los alimentos que requerimos, e incluso el sol que nos proporciona luz y calor sin importar la ingratitud que podemos llegar a demostrar²⁵.

²³ Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, y cols, (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Ediciones en lenguas extranjeras. Bejin

²⁴ López, R. (2006). Órganos, emociones y vida cotidiana. México: Editorial Los Reyes

²⁵ López, R. S. (2006). El cuerpo y sus vericuetos. México: Miguel Ángel Porrúa

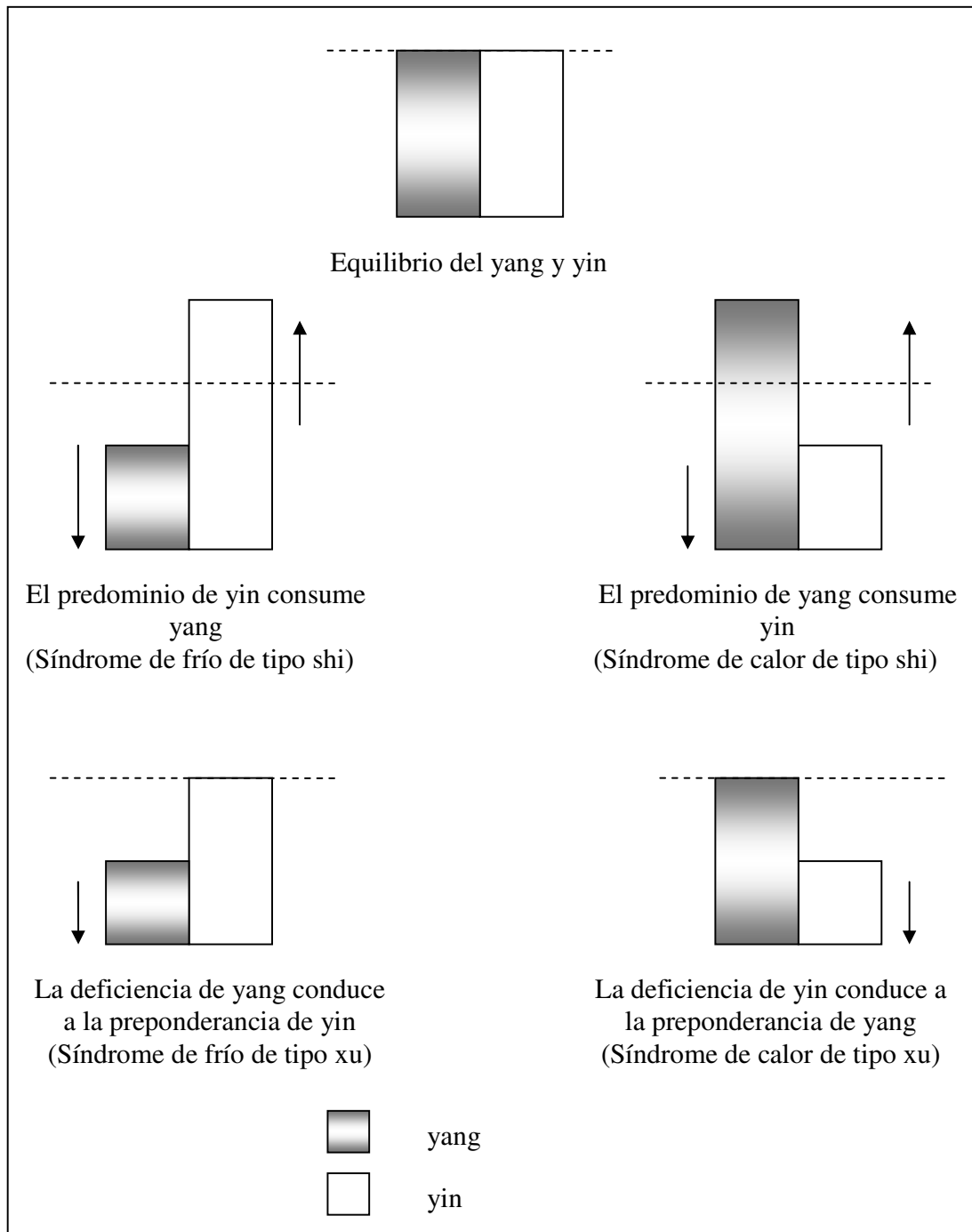


Fig. 5 exceso o deficiencia de yin y yang²⁶

²⁶ Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, y cols, (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Ediciones en lenguas extranjeras. Bejin. p. 7

Con esto nos damos cuenta que la idea de modernidad y progreso ha ocasionado un deterioro de la vida, proceso que se refleja en el cuerpo, si nos encontramos matando la vida, es lógico que se vea afectado, el útero y los ovarios, porque es el espacio donde se reproduce y se gesta una vida, por ello vemos el aumento de cáncer cervico uterino, dismenorrea, endometriosis, esterilidad, etc., considerando también que la condición femenina se ha modificado porque entro a la competencia social, donde se lucha por un trabajo, o una posición en la sociedad, en donde se ha optado por no tener hijos o solo uno, debido a la funcionalidad de su vida y la mujer ha dejado de valorar las capacidades que tienen para dar amor, para construir y para crear, porque se compara con el otro, quedando la idea de que el ser mujer significa luchar por una posición y sufrir, por tal motivo la vida femenina se ve terrible, dolorosa, así cualquier cosa que tenga que ver con la vida de mujer lo es, llámese menstruación, quehacer o tener hijos.

La dismenorrea es el único lenguaje que le hemos dejado al cuerpo femenino para poder comunicarnos que algo anda mal tanto emocional, orgánico, alimenticio, histórico, cultural y social, y esta sintomatología solo es una advertencia ante lo que puede llegar a ser, el cuerpo esta haciendo un esfuerzo para mantener el equilibrio, para sobrevivir, pero puede llegar el momento en el que la energía del cuerpo o determinados órganos se agote y no se puedan recuperar, la dismenorrea puede ser el mensajero que trata de avisar que algo más grave puede suceder en los ovarios, útero o incluso los senos, es una llamada de atención ante una posible endometriosis, esterilidad o cáncer.

Es necesario una calidad de vida mejor ante las enfermedades femeninas que con mayor velocidad van terminando con la vida de muchas mujeres, quizás si empezamos a escuchar las primeras señales como lo pueden ser las infecciones vaginales o la propia dismenorrea podamos vislumbrar una construcción del cuerpo femenino diferente a la enfermedad, que permita disfrutar de otra posibilidad de vida, más aya del dolor.

CAPÍTULO 3. METODOLOGÍA

*Aún habrán de transcurrir años
antes de que aprenda a escuchar
esa sabiduría del cuerpo que con una fidelidad
obstinada me hace saber que existe
y que con frecuencia intenta transmitir
alguna información que podría servirme de algo,
si tan sólo lo entendiera.
Pero yo no lo entendía bien, aún no.
Me costo trabajo conectarme a mi propia carne
y a mi propia sangre. Ante los mensajes de la piel,
el corazón, el cerebro, el hígado, las entrañas,
los riñones y esos órganos quejitas que daban
la tabarra en mi pelvis femenina,
estaban más sordos que una tapia.*

Connie Palmen

3.1 Objetivos

El objetivo general de esta tesis fue:

Analizar la dismenorrea como una enfermedad de tipo psicosomático.

Y como objetivos particulares los siguientes:

- ψ Analizar la relación que tienen las emociones con la existencia de la dismenorrea en las mujeres.
- ψ Describir la relación que existe entre la alimentación y la existencia de la dismenorrea en las mujeres.
- ψ Explicar la influencia que tiene las relaciones parentales en construcción de la dismenorrea.
- ψ Analizar la relación que existe entre el lugar que se ocupa en la familia y la dismenorrea.
- ψ Investigar la relación que existe entre el concepto de ser mujer y la dismenorrea.

3.2 Método

Se hizo una investigación de tipo cualitativa con el fin de proporcionar una descripción y explicación de los datos de forma más rica y profunda, esto mediante la realización de una entrevista semiestructurada (ver anexos).

Este trabajo se basa en dos tipos de métodos:

1) Historia oral: nace tras la segunda guerra mundial, con la comercialización de las grabadoras, este método consiste en grabar el testimonio de una o varias personas hagan memoria sobre acontecimientos tal y como los vivieron, estos testimonios son guardados por medio una grabación ya sea de video o de sonido, luego son transcritos. La técnica de la historia oral se refiere a todo este proceso, es decir:

- a) aquello de lo que el entrevistado hace memoria y narra, ya que queda grabado
- b) al texto escrito que copia lo que se ha grabado (transcripción).
- c) Al método que se ha seguido durante el acto de la entrevista, es decir, al como hemos conseguido la información.

La historia oral hace referencia a la actividad general de recogida de testimonios orales tratados de una forma especial después, normalmente para analizar un problema social.

2) La observación compartida: se caracteriza por una interrelación sujeto-sujeto, principio fundamental que incluye la consideración del otro, que pondría llamarse intersubjetiva, lo que implica ver al otro como creador, de esta manera se deja guiar la investigación por el objeto de estudio, esto significa que no se necesita un plan metodológico, no se puede definir el objeto de estudio en su totalidad porque no lo conocemos "...tampoco es posible prever una secuencia

de acciones, por lo que el investigador procederá a la identificación de aquellas más o menos frecuentes...”¹. “En esta observación el hecho...se ve tal como sucede..., no se juzga ni se rechaza,...la comprensión lleva a conocer al suceso tal como es; como el se explica a sí mismo. Esta condición hace que el observador se involucre en el acto de conocer por medio de la intuición, que incluye el cuerpo, el afecto y la emoción, antes que una pura reflexión conceptual”², así se hace una observación directa, que resulta un procedimiento empírico, sin precisión cuantitativa ni experimentación, pero con instrumentos de observación como una grabadora de sonido o video, esto permite al investigador la obtención de datos, de los cuales deriva la necesidad de opinar sobre ellos, esto es una interpretación, un proceso mental que se articula con las circunstancias, a los cuales se les denomina conceptos intuitivos, porque nos permitieron aprender de los hechos, “...en este momento entra en juego una abstracción del observador: las ideas generales que posee el investigador sobre el tema...”, otorgándoles así un nombre, convirtiéndose en conceptos intelectivos, que son la crítica de ideas preconcebidas teóricamente, son datos identificados con archivos mentales en un acto de introspección, ya que se estableció la correlación entre los conceptos intuitivos e intelectivos, se procede al manejo intelectual con los conceptos postulativos, que se refieren al componente teórico que se forma por la abstracción de conocimientos intuitivos-intelectivos, y al reconocimiento de la congruencia o la incongruencia con los postulados de teorías elaborados en otros contextos sobre el tema, encontrados en libros.

De estos dos tipos de métodos se retomaron ciertos principios bajo los cuales se dirigió esta tesis, de la historia de vida se retoma la consideración del sujeto como el centro del conocimiento a partir de su historia, pero no es una investigación netamente de este tipo debido a que los datos recabados a partir de las entrevistas no son tan extensos como lo requiere este tipo de metodología. También se retoman aspectos de la metodología compartida, porque a partir de la entrevista semiestructurada se estableció una relación sujeto-sujeto a partir de un proceso

¹ Durán, N. (2005). La quimera o la didáctica en México. El bachillerato universitario y la observación compartida. México: UNAM, cuadernos del CESU número 43, p. 139

² ibid. p. 30

lingüístico, entre la entrevistada y la investigadora, reconociendo de esta forma a la participante como creadora, porque es ésta la que nos proporciona los datos directamente de la realidad, cuyo significado es dado por ella misma, es decir el sujeto de estudio proporciona los múltiples factores a analizar de los cuales se van identificando los de mayor fuerza en el hecho, a partir de ellos se dirigió la entrevista, dejando guiar así la investigación por el objeto de estudio, y las primera impresiones del investigador sobre la dirección que tomaba el trabajo, estos datos después son interpretados por el investigador a partir de la información que se tiene sobre el tema, creando las categorías a analizar³, creando los conceptos intelectivos, por lo que no se termino el proceso de construcción de procesos postulativos, por ello no se puede considera una investigación de observación compartida netamente.

El retomar algunos puntos de estos métodos se dio por la consideración básica de que los participantes de la investigación son sujetos que tiene una visión del mundo que entra en juego a la hora de investigar, por lo que no se puede considerar como objeto, ya que no se puede controlar o cambiar, él tiene una historia, cultura, un tipo de alimentación, una forma de vivir, símbolos y significados que se reflejan en la información, empapa y construye a la investigación.

SUJETOS:

25 mujeres entre 17 y 53 años que padecieron o padecen de dismenorrea

INSTRUMENTOS:

- Entrevista semiestructurada
- Hojas
-
- Casetes
- CD'S
- Pilas

³ Durán, N. (2005). La quimera o la didáctica en México. El bachillerato universitario y la observación compartida. México: UNAM, cuadernos del CESU número 43.

APARATOS:

- Grabadora
- Computadora

3.3 Categorías

Las categorías con las que se trabajó fueron las siguientes:

- Ausencia paterna
- Ausencia materna
- Relación entre los padres
- Lugar que ocupa en la familia
- Características de la menstruación
- Significado emocional del padecimiento
- Control de la enfermedad
- Emoción predominante
- Sabor de preferencia
- Enfermedades más frecuentes
- Enfermedades que padece
- Concepto de ser mujer

En el siguiente apartado se describirá en que consiste cada categoría con las que se trabajó y como las entrevistadas se refieren a cada una de ellas

3.4 Resultados

Se puede observar de manera general la información recabada en el cuadro 1, el cual se puede consultar en el apartado de anexos, en el se encuentran las preguntas más representativas durante la entrevista de cada una de las 25 participantes.

Las categorías que se analizaron fueron las siguientes:

AUSENCIA PATERNAL: la ausencia del padre física o emocional en la vida de las entrevistadas debido al maltrato, a su trabajo, por su forma de ser o una separación entre los padres.

- a) por maltrato: existe un distanciamiento físico y/o emocional debido al maltrato o rechazo físico o emocional presenciado o sufrido por las entrevistadas de pequeñas de parte de su padre hacia ellas, su mamá o a toda su familia.
- b) por su forma de ser: no existe comunicación o acercamiento físico o emocional entre las entrevistadas y su padre debido a su forma de ser o por el tiempo que pasa trabajando.
- c) por separación: no existe comunicación, o acercamiento emocional entre las entrevistadas y su padre debido a su ausencia debido a una separación de pareja, por divorcio o muerte.

a) por maltrato

Entrevista 4:

...¡hum! j, pues bien o sea, bien y ahí más o menos, tengo una buena relación podemos decir así, pero si hay muchas cosas que me molestan, obviamente no así como de repente que sea muy enojón o muy necio, muy necio, como que el lo que dice y eso debe de ser y es eso es muy molesto... Con mi papa es como de repente mucho el enojo por como presiona por como te dice, ¡ya no!, calmate, o sea yo se que con mi papa cuento y nos hemos apoyado en cosas, pero si de repente se pasa, no, por ejemplo cuando es muy grosero, grita, ¡pues que te pasa!, si ni siquiera es para que grites o ni siquiera es para que hables de esa forma, yo siempre le he dicho hablando se entiende la gente, pues expresa mejor lo que sientes y lo que tienes y dilo no que grites y llegues aquí ha, no, así pelear o demás, uno que culpa tiene de que a ti te valla mal...

¹ Ríe

Entrevista 5:

... la relación es muy cordial, y de vez en cuando pues si nos llegamos un poquito más bien de la cordialidad, pero también pues casi no lo veo, Muy chiquita no recuerdo que emoción sentía, ya más grande como de enojo, pero más bien fue por la situación como mi papa estuvo con nosotros hasta los 7 años vivió con nosotros, 7 años míos, vivió en casa después tuvo problemas con mi mamá por infidelidad, nosotros nos salimos de la casa donde vivo ahorita actualmente, nos fuimos a otro lugar y como al año, mi papa regreso otra vez a vivir a la casa y ya restábamos todos juntos, pero como yo no estaba de acuerdo con que él regresara y estábamos ahí todos pues yo sentía

como que era una farsa el comer todos juntos como si realmente fuéramos como una familia muy unida, cuando realmente no era, había muchos pleitos, había muchos gritos, muchas faltas de espeto, y desea, ¿a que estamos jugando?, ahora como que ya me da lo mismo..., con mi papa, con mi papa no se, como que con mi papa creo que si hay cariño finalmente es mi papa, un poco de enojo yo creo que si, si, si hay enojo...creo que me molesta mucho el que el diga como se tienen que hacer las cosas o te juzgue de una manera muy dura cuando creo que es el menos indicado para hacerlo, creo que no se vale cuando tu no estas precisamente muy bien o que te pongas en el plan de "yo no perdono a nadie" si tu me lastimas a mi, pero los demás si tienen que perdonarme mi y eso a mi me molesta mucho, entonces la relación con mi papa es así como muy superficial, o sea nos vemos nos saludamos, hola como estas, platicamos un rato y ya, pero en términos afectivos no hay mucho acercamiento, de hecho ¡no me gusta que se me acerca!, no me gusta que me abrace mucho me incomoda, no osea, y aparte que en la casa no se hace mucho, a mi me cuesta como que mucho trabajo recibir el afecto o sea un ratito si pero yo te digo y ¡hay ya no!, como que me siento aprisionada como que no me puedo mover y no me gusta sentirme así, en mi casa como que más bien todo mundo grita y además es como que muy común para todos...

Entrevista 6:

...Relación con papa...pues siempre que llega era nada más para estarnos diciendo de groserías o que éramos tontos o decirles a mis hermanos por ejemplo algunos, tu si eres mi hijo porque te pareces a mi familia, yo nunca fui su hija porque siempre fui muy parecida ala familia de mi mamá, aunque a veces cuando yo estaba dormida como unas dos ocasiones me toco escucharlo que me acariciaba la cabeza² y me decía que era su princesa, me daba mucho gusto...Con mi papa no se contaba para nada, no podíamos platicar nunca nada, el siempre estaba cansado con sueño o no, no dejaba, que...nunca dio la confianza para que nos acercáramos con él para nada, mi papa no tomaba. Mi papa se encargaba mucho que siempre hubiera pique entre nosotros por ejemplo mi hermana la que sigue de mi, ella es blanca y tiene su cabello pues güerito y supuestamente s muy parecida a la familia de mi papa entonces él siempre le decía que ella si era su hija, que ella era su consentida y que tuviera cuidado porque mi mamá como yo me parecía a su familia mi mamá me daba mejor de comer a mi o la ropa que le regalaban, me repartía lo mejor a mi y a ella no, y con mis otros hermanos era lo mismo siempre trataba de que tuviéramos como rivalidad entre nosotros, entre los mas grandes, porque entre los más chicos, entre los que a mi me toco criar a mi, ellos me seguían mucho...

² Lloro, derramo lagrimas, pero siguió hablando

Entrevista 8:

... llegaba tomado mi papá, la maltrataba, o sea le decía malas palabras, llego a golpes, cuando estaba embarazada creo que no había golpes, bueno no me ha dicho mi mamá. la relación de mis papas del principio no era de maltrato, según lo que se, fue después, duro hasta hace 10 años, un poquito más que se separaron, se separan porque ya mi mama no aguanto tanto maltrato...Hacia mi papa..mmmm...pues a veces coraje, pues porque no me gusta que haya tratado mal a mi mamá que le haya dado un mal trato y que tome porque hasta la fecha pues sigue tomando entonces a mi no me gusta que haga eso, entonces pues me da mucho coraje, hablo con él pero pues, no es suficiente, presencie el maltrato, sentía, ¡hay!, impotencia, creo que miedo, si al principio si, y después ya fue coraje digamos, el miedo se transformo en coraje. No nos escondíamos estábamos ahí aun lado de mi mamá, tratando que mi papa se calmara, pero como llegaba tomado, era difícil, entonces ya, pues ya deseas de discutir y todo pues ya se iba a dormir, peor nosotros estábamos siempre ahí con mi mamá, mi mama dice que cuando estaba mi abuelito, la defendía, cuando le llego a pegar a mi mamá mi abuelito se daba cuenta, entonces él iba y hablaba con mi papa, no siempre hubo golpes, al principio no, cuando empezaron no pararon...

Entrevista 9:

...pues hay veces que si tengo un poco de fricciones porque somos del mismo carácter, es que hay veces que por cualquier cosa que por tonterías, porque pasa la mosca y no la quiero matar, yo le digo que no y ahí es cuando empezamos, de que el quiere tener la razón y yo también y es

cuando chocamos un poco... Con mi papa si digamos que le tengo hasta odio por eso, ese es mi trauma de la vida porque yo en le kinder aprendí a leer a escribir a sumar y todo de eso, entonces lo ejercicios, pues para una niña que tenia 5 años era difícil ponerte a escribir y a leer, y mi primos me acuerdo que es vez estaban ayudándome y papa llevo, y me dijo:- ¡no, yo te dije, que esa tarea-, o sea yo estaba chiquita porque y me acuerdo pero bien, porque me dijo, no esa tarea te dije que la hicieras sola porque ya debes de aprender y quien sabe que y mis primos me estaban ayudando, entonces para esto, pues ahí si me soltó una cachetada que hasta todavía me acuerdo y me da odio, de hecho pues le tengo, mucho, mucho odio a mi papá porque no se como que nos soy, para él, todavía hasta la fecha no soy lo suficientemente buena, ni aunque este aquí, no soy lo suficiente buena, para él, o sea nada, nada, o sea como que ha, si entraste a la universidad que bien bravo, hasta ahí sin embargo mi hermana va en la primaria y siempre, con mi hermana si hay diferencias en ese aspecto con mi papa porque mi papa me regaña, así de cualquier cosa:- no es que eres una tonta mira lo que hiciste según le estabas ayudando a tu hermana y si, si me regaña sí como que, por eso a aparte existen esas fricciones con él. Cundo mi papa me dio la cachetada, me dio coraje, siempre me ha regañado con golpes de hecho una vez hasta hubo golpes entre los dos, 17 años tenia yo. Fue por una tontería que le dije, igual, no recuerdo la tontería, pero el chiste es que estábamos viendo la tele, no me acuerdo que le dije, agarra y le di un golpe si querer en los bajo, se molesto y me dijo: andale, que yo no me estoy llevando contigo; le dije es que fue sin querer hice la mano, hacia a tras, y me dijo, no pues quien sabe que, y le dije ¡huy!, pues te molesta todo, pero yo ya agresiva, lo dije, y me dijo a sí y me tiro una cachetada, le dije nunca más me vuelvas a pegar y fue cuando yo le tire un golpe con el puño y pues mi mamá ya toda asustada, pues me separo ya me llevo al cuarto, me dijo sabes que mejor vamonos acá abajo, ya me baje y me encerré en el cuarto y le dije a mi mamá sabes que vete y ya, pero con mi papa esa vez sí fue así de agarrarnos a golpes, no mutuos golpes², pero si a golpes, pero mi mamá ya entro en rescate de mi. De hecho es por temperadas, de repente un mes estamos bien e que ¡hay papa vamos al fut o vamos a ver esto!, bien, pero como que en otros ratos llega de malas y yo también llego de malas ye s cuando empezamos achocar mucho, los golpes terminaron, así como que esa vez como que lo dos entramos en razón de que ni el me debe de pegar ni yo a él... por mi papá de repente te digo si llego a sentir un gran odio, de hecho hasta lo admito, no, no lo quiero, digo que no lo quiero pero de repente ¡papa esto!, ¡papa el otro!, pero pues igual no le digo te quiero o algo así...

² rió

Entrevista 11:

...la relación con el pues más o menos no muy buena...No pues a mi papa de plano no, lo que pasa es que ello, nunca y hasta la fecha, yo si me trevo a decir no llevaban bien y lo digo porque prácticamente es lo que tu ves, yo ya no se la verdad, yo si siento que igual a lo mejor ellos tuvieron broncas de las que nunca nos enteramos nosotros, pero por ejemplo a la fecha, yo me he dado cuenta que mi mamá si, bueno mi papa si es muy violento, muy agresivo, sobre todo agresivo, hacia ella o con ella, pero yo me he dado cuenta que cuando mi papa trata de acercarse que ¡hay!, mi mamá se llama Matilde, ¡hay que matildita!, y le empieza a agarrar así y mi mamá lo rechaza mucho, así como ¡hay vete de aquí!, o ¡hay, no, no, te me acerques!, yo se, siento que es porque si ha habido muchos problemas entre ellos, no se tampoco a la vez no se tampoco cual sea la razón pero no, siempre fue esa relación así yo desde que me acuerde si, yo creo que de coraje, porque pues la verdad mi mamá yo si digo, siempre estuvo como que al pendiente de nosotros, de él, cuidándonos, cuidándolo a él también, digo como que siempre estuvo y de todo, tanto de la casa como de nosotros, de comida y o sea de todo, entonces hasta cierto punto se me hacia como injusto que mi papa tratara de esa manera a mi mama, mira la verdad de pequeños yo me acuerdo que incluso llegaba a pegarle, a mi eso sí ¡haaa!, de hecho o sea precisamente por eso, yo lo veía un tanto ventajoso, porque dice ¡hay, pues si!, sabes que eres hombre y tienes mas fuerza y ¿por qué abusas? E injusto porque yo decía mi mamá o sea si alo mejor tendrá su carácter, pero finalmente esta aquí, lo atiende o sea como que s eme hacía injusto, o sea como que si hubo mucho coraje y ya después o sea como que el si fue un tanto, ajeno a que hiciéramos lo que hiciéramos el por ejemplo si daba gasto, dinero, pero dijo hasta la secundaria, el siempre nos dijo como era un tanto machista él decía, yo voy a apoyar a mis hijos hombres, porque ellos

para mantener, si ustedes quieren estudiar o sea mujeres, o sea va a ser porque quieren pero a mi no me pidan nada, yo no me voy a hacer cargo de nada, ya verán ustedes como lo hacen, pero ¡yo, no les voy a dar estudios!, entonces también por ese lado yo no lo vi bien y pues si como sea mi mamá y mi mamá si nos apoyo mucho, nos decía si ustedes quieren estudiar, aunque yo tenga que trabajar pues yo los apoyo, entonces yo creo que también fue esa parte. Me daba mucho coraje, yo de hecho siento que es como que gran parte de la razón por la que¹ aborrezco a los hombres, no o sea así como que ni pelear con los hombres ó sea como que ni pelear con los hombres yo creo que ni a mi papá, yo creo que veo un hombre y parece que veo a mi papá o sea, y porque a lo mejor te digo y en la forma que trataba a mi mamá y es que digamos él no tiene, él no estudio una carrera, si no mal no recuerdo él estudio hasta la secundaria, pero él siempre así como que a mi mamá siempre la trato menos, como que tu no eres nada, como que tu no vales o sea también eso, a mi tampoco nunca me gusto porque digo finalmente a lo mejor ni siquiera tienes razón la equivalencia que haces, yo creo que más que nada era en porque estudiar, nunca así yo creo que al contrario, al contrario mi mamá luego nos decía no es que tienes que ayudarlo y mi papá no es que son mis hijas, y ellas no son capa, o ellas no tienen porque estar limpiando el piso o sea mi papá, o sea en ese sentido no fue así con nosotras con mi mamá muchísimo, pero en cuanto a lo que era estudiar a eso si...

¹ Rió

Entrevista 17:

... no cumplía las expectativas de una niña normal, primero pues para mi papá no fui varón ...relación con mis papas pésima, también en la niñez, abandonada...siempre estaban discutiendo...La relación de pareja era pésima porque mi mamá no aceptaba esa vida mi papá no hacía nada por modificarla y pues sufría, mi mamá hizo todo lo que pudo por quitarle todas las viejas que pudo, y quitarle los vicios que tenía pero pues mi papá, no era su momento...mi abuela me decía que cuando ellos empezaban a tener problemas y yo estaba pequeña, me golpeaba contra la pared y me metía debajo de la cama, entonces mi abuela materna veía todos esos problemas, me decía que me fuera a su casa, entonces era una niña de 2, 3 años así emigrando, porque quedan cerca ahí las casa, no muy cerca pero era seguro por donde yo me movía y mi abuelo tuvo la disciplina de ir todos los días desde que yo tengo uso de razón tomar café en la mañana con mi mamá y ahí mi mamá le decía todas sus penas, entonces cuando se iba mi abuelo, yo me acuerdo que me le pepenaba de la mano y le decid, ¡quiero irme para aya!, y me llevaba mi abuelo, o en la tarde venía por él, por mí y me sentía más protegida...Yo pase a los 10 años pongo de referencia más o menos porque a los 10 me mandaron a E.U., mi mamá porque mi percepción es que no podía arreglar su relación con mi papá estando yo ahí, seguramente mi abuela le decía que había mucha violencia en mi casa o que no era correcto, entonces decidió mandarme con una hermana de mi papá a E.U. y ahí estuve un tiempo y cuando yo regreso, entonces fue un poquito depuse, fue como a los 12 años, yo estuve 2 años y medio en E. U. regreso pero mi estancia en E. U. fue muy especial porque el esposo de mi tía fue un abusador sexual, y mi tía una golpeadora, porque como no era hija de mi papá, pues me la tenía que cobrar y su meta era desaparecerme del mapa, no, así me lo decía que yo nunca iba a volver a ver a mis papas y me golpeaba hasta dejarme tirada y en las madrugadas iba el otro a consolarme y así me la pase hasta que tuve valor de denunciar lo que me pasaba me recogió el gobierno...a horita se me viene a la mente que mi papá y mi mamá nunca hayan querido hablar del asunto y que mi papá, yo tuviese la impresión de que mi papá, porque fue que me culpaba que había tenido que dejar de hablarle a su hermana y toda relación que con ella tenía, en algún momento él no me baja de puta, no entendía bien porque yo era puta, pero yo me sentía muy culpable de haber provocado a mi tío, eso fue toda mi adolescencia...

*La entrevistada fumo durante toda la entrevista y comenzó en el momento que comenzamos a hablar de su infancia y la convivencia con sus padres.

Entrevista 19:

...Con mi papa me llevaba bien, siempre fue de alguna manera un padre ausente, siempre, pero yo creo que de esos momentos de los 3 minutos que te proporciona al menos me abrazaba no o bueno al menos me cargaba, es hasta donde yo me acuerdo de ese apapacho por parte de él, porque igual si platicábamos, de hecho el que realmente siempre me estaba reconociendo todas mis cosas era mi papa... Siempre hubo muchos problemas, de ellos como pare, hubo económicos, hubo de ellos como pareja, o sea no se entendía, hubo mucho golpes, por el asunto del alcoholismo, hubo muchos insultos a la mejor a mi nunca me llevo a tocar mi papa, no, nunca me llevo a pegar pero era las golpizas que le daba, y mi mama entraba a trabajar a las 6 de la mañana y el llegaba como a las 9 de la noche y se ponía, o sea mi papa súper mal le pegaba y la amenazaba si te duermes te mato. Cuando había golpes...me daba mucho coraje, en un inicio cuando era más chica, me daba mucha tristeza y de alguna manera miedo, pero era más tristeza y fui creciendo yo creo que cuando tenía 9 años y me daba coraje, si cambio la relación con mi papa, cambio porque de él de alguna manera a su trabajo me llevaba y siempre así como que me alzaba y partir de que yo empezaba a ver cosas, hubo infidelidad de su parte y a mi me llevaba no, entonces yo veía ciertas cosas, entonces yo así como que eso ya no me agradaba, o se me acercaba y mejor me retiraba o de repente me decía, cosas, no, es que hay mi hija que esta tan bonita y ya no le tomaba importancia, o sea me daba cuenta en ese momento de que, o me decía es que yo te quiero mucho y decía pues es que no, no, porque haces sufrir a mi mamá y cambio mucho me distancie de él, no hacia.... Cuando era pequeña la emoción hacia mi papa yo creo que de cariño y después yo creo que de mucho resentimiento, muchísimo... por mi papa es bien encontrado, a veces siento mucho amor hacia él por todo lo que me pudo brindar en el tiempo que estuvo vivo, pero también hay mucho coraje, mucho, mucho coraje....

b) por su forma de ser o trabajo

Entrevista 3:

...me llevo...pues con él si tengo a veces problemillas pero estable...obviamente si lo quiero y todo y también puede ser que si haya amor, pero por lo mismo de que...por su trabajo, de su forma de ser, no es tan fácil de expresarse ni dejarse, ni dejar que las demás personas se expresen con el y pues eso si lo veo como una barrera para una mejor relación, te digo igual que amor, pero no tan al grado de cómo mi mamá...

Entrevista 7:

... por mi papa no siento nada¹ yo creo, es X para mi, no se como que decayó mucho la relación y pues cosas que te das cuentas que no son como tu pensabas y la persona que tenias en un lugar muy alto, pues te vas desilusionando y se te acaba la admiración, ha pues no se yo antes, pues todo niño ve al papa como un héroe, no, y pues yo le vi demasiados defectos al héroe y entonces ya no funciona igual, desde como a los 10 años, que le vi...a pues que no trabajaba, porque se hizo independiente y pues y casi no trabaja, no le ayuda a mi mamá pues es re conchudo, no nada más me es indiferente, yo nada más estoy esperando a ver a que hora mi mamá le pide el divorcio¹, pero bueno, yo se que ella lo piensa no es para que yo se lo sugiera, yo no se que esta esperando, pero bueno ya es cosa de ella....

¹ Ríe

Entrevista 22:

...la relación con mi papa es buena, bueno a veces como que es muy serio...a mi papa también lo quiero pero es que luego es así como muy cerrado y como casi, al principio si cuando era chiquita nos abrazábamos mucho, pero después cuando ya vio que ya crecí ya se alejo y ya, si lo quiero pero como que, como es que no se como explicarlo...lo quiero...pero¹...es que pues es mi papa no, pues lógico lo voy a querer pero supongo que quiero más a mi mamá...

¹ Ríe

Entrevista 23:

...la relación con mi papa no era buena, casi no lo veía, o bueno al menos no me acuerdo verlo, no se no me acuerdo, en mi infancia no me acuerdo de él, así haber estado mucho tiempo con él no...en la adolescencia, la relación con mi papa más o menos, casi no hablaba con él, porque no lo veía porque yo iba en la tarde a la secundaria entonces, en la mañana pues me levantaba como a las 8, entonces él llegaba así como a los 8, pero yo me ponía hacer mis cosas mi tarea y todo y entonces no lo veía.....mi relación con él es buena últimamente platicamos mucho...

Entrevista 24:

...la relación con mis papas...bonita, siento que era bonita...con mi papa definitivamente nunca platicábamos, no más teníamos, como quien dice...la imagen del papa, que era el papa, era el que nos mantenía, era el que llegaba a tales horas, el que a fin de año nos compraba todo nuevo¹ pero nada más y que nunca nos regañaba, pero nada más y al que debíamos respetar y bueno, obedecer, pero sí, no, con él nunca, nunca, nunca tuve así que habláramos...

¹ Ríe

Entrevista 25:

... mi relación con mi papa es bien, pero a veces me cuesta un poquito de trabajo relacionarme con él... Cuando era pequeña sí era una relación cercana...me separo cuando me aislé de todos...en la adolescencia... y ya después de ahí seguí hasta cuando empecé a tener problemas en la universidad porque me recomendó Arcelia que dijera, es que para que no sigas cargando con todo eso, pues mejor diles a tus papas que vas mal, porque de hecho tuve que repetir todo un semestre y yo no les quería decir a mis papas, entonces ahí fue cuando dije no pues sí, y si me costo un trabajo así de que y es que, pues yo pensando que me iba a decir ¿Cómo!, si mi hija siempre que ha sido viene estudiosa y todo y como, o sea yo tenía miedo que, de mi mama no tanto pero de mi papa que me fuera a decir, ¡hay, no vales nada!, o no se algún comentario feo no, ya cuando me dijo mi papa y eso sí me quedo muy grabado, dice es que a mí no me tienes porque sorprender o dice, yo me siento orgulloso por lo que tu eres, por lo que estas haciendo porque estas haciendo lo que tu quieres y ya, o sea nada mas de lo demás te lo tienes que demostrar a ti misma y yo así de ¡hups!¹, me hizo sentir así de órale ponte las pilas y apurate, ósea si no pudiste sacar estas cosas, pues tienes otro chance vas a sacarlas bien y también sentí bonito de que me dijera esas cosas mi papa, ya no me sigo comparando, ya no me sigo comparando desde esa vez que hable con mis papas y les dije que no iba bien en la escuela, desde ahí fue cuando dije no pues no... La relación con mi papa...pues me sigue costando trabajo pero ya no es tanto, pues es que es...como yo siempre he recurrido a mi mama entonces o sea si llego a platicar con mi papa y todo, pero en cuestiones de problemas a veces yo siento que, como que como que nada mas jalo a mi mama y le cuento a ella, entonces a veces sí siento que mi papa se siente así de ¡ha!, pero es que también es un problema así como que, como que digo, como que igual me da pena comentárselos a mi papa no, y antes sí me costaba trabajo por ejemplo decirle a mi papa te quiero a horita igual este, igual sigue no, pero igual se lo demuestro con otras cosas....

¹Rió

c) por separación

Entrevista 1:

....lo que pasa es que mis papas se separaron cuando yo tenía 3 años, casi 4, porque este...mi papá andaba con otra mujer, entonces mi mamá se dio cuenta, entonces mi abuela, la mamá de mi papá, le decía a mi papá que mi hermano no era hijo de mi papá...entonces mi papá se enoja y la dejo y seguía ora sí de canijo, y ya este mi mamá, ora sí..., mi abuelita y mi tía nos corrieran de la casa, entonces fuimos así con todas las hermanas de mi mamá viviendo y ya hasta que mi tía, la hermana de mi papá salio embarazada...pero,...ha mi abuelita es de otra religión entonces sí como que chocaba mucho con nosotros, porque le decía a mi mamá: -no los llesves a la iglesia, no esto,

no aquello...- mi abuelita es algo así como testigo de Jehová, Evangelista, algo así , entonces este, mi mamá es una persona así bien alegre, super alegre, entonces mi abuelita del decía, cualquier cosa que le hacia ella era pecado, entonces , mi mamá se sentía muy presionada en ese tiempo, entonces nos dejamos y todo, y ya fue cuando...ora si, viví con mi hermano y mi mamá casi toda mi infancia, y ya después ahora que nos juntamos este, mi papá como que...trato de...de volver a recuperarnos, no así como de, pues ya me ve a mi casi, pues ya que ¡una adolescente!, ¡ya no como que dijo! voy a recuperar el tiempo, porque mi hermano cuando lo veía, porque nada más lo veíamos cada quince días cada que llevaba el gasto, entonces mi hermano ya le decía ¡tío!, pues mi papá como que se sintió....a mi papá, ¡pues si lo quiero también!, pero como que le tengo mucho rencor, resentimiento, de que nos aya dejado, de que se haya portado mala onda con nosotros¹...

¹ La entrevistada bajo el tono de voz

Entrevista 12:

...mi papa se volvió a juntar a los 7 meses...que muere mi mamá..., a mi me dio mucha tristeza más que nada, decepción porque de por si yo antes sentía pues coraje o rencor por mi papa al ver que él, pues como que fue muy egoísta simplemente pensó en él primer y a nosotros nos hizo a un lado porque se volvió muy irresponsable... él siempre se preocupaba por él o sea él hizo su vida a parte y a nosotros nos hizo a un lado, o sea no se hizo cargo de gastos ni nada o sea no le importamos eso fue la decepción que me causo. Cuando mi mamá muere y mi papa se desobliga yo tomo el mando porque todos o sea yo me quede has de cuenta que al frente y mi hermano el mayor pues él trabajaba en lo que podía y estudiaba el la prepa abierta o sea yo me hice cargo, has de cuenta de la, del...del..la responsabilidad de la casa al ver que mi papa pues ya él, ya se había independizado de nosotros y nosotros estábamos chicos o sea nosotros tratamos de salir a delante solos con lo que pudimos, yo siento que la principio si nos apoyo mi hermano mayor pero pues, yo siento que un hombre es menos responsable, o sea ellos no se dan cuenta de muchas cosas, o sea simplemente ellos tratan de más que nada a veces nada mñas de solventar gastos y no se dan cuenta de, pues de muchas situaciones que hay alrededor...Antes de que se juntara mi papa ya sentía coraje hacia el porque luego discutía mucho con mi mamá, porque él a veces le era más importante cuidar sus animales que tenía, tenía ganado, por cuidar primero a sus animales, esto y lo otro y a nosotros nunca nos dio tiempo o sea de que dijeras ¡hay!, pues nos hizo una fiestasita o que nos llevo a la ferie o que tenía un tiempo para nosotros o sea no, de eso no hubo, o sea en cuestión de relación de pues que digamos mi papa nos llevo acá, nos llevo aya o sea que él conviviera con nosotros no, no hubo ese afecto de parte de él...

Entrevista 14:

...cuando yo nací se sepa, bueno casi cuando nací al año algo as, un poquito antes, no al año más o menos .se separan mis papas... ya había visto a mi papa, cuando cumplí yo 9 años, lo vi, porque el me busco, bueno se supone, entonces así como que fue un golpe, era lo que yo siempre había querido, que me buscara, que me viera, pero en vez de o sea si lo veía y todo, pero en vez de, o sea yo empecé a garrar a ver como signo de pesos, porque estaba así con culpa porque no veía y todo o sea me daba todo lo que yo quería y era yo la consentida de la casa de mi papa, entonces todo me daban a mi, pero para esto, y dure más o menos un año nada más, año y medio viéndolo porque mi abuelito falleció y entonces mi papa así como que se decayó, se deprimió mucho y recuerdo que yo le hable y todo y me dijo, ¡no que ya eres una carga para mi!, nos peleamos para esto y también porque el tenía otra pareja, entonces desde ahí se distancio y me dejo de ver otra vez, porque en todo este proceso desde que se aliviaron a la edad que tengo lo he visto 2 veces una vez cuando tenía 4, y otra vez cuando tenía 9 años, a los 4 también lo deje de ver, porque ya vez que te comentaba que tenía problemas de alcoholismo, o sea a los 4 años fue muy impresionante para mi porque yo lo vi, muy, muy, tomado, entonces para mi me decían alcohólico y yo me imaginaba a los borrachitos que estaban en la calle entonces era así como que una impresión muy fuerte para mi y le dije a mi mamá, sabes que ya no lo quiero ves y por eso lo deje de ver y en realidad la que busco a mi papa fue mi mamá para que me viera porque como me veía que esta tan mal y fue cuando me busco a los 9 años, yo nunca quise buscarlo porque me daba miedo, porque yo decía no, pues o sea como, ya no quiere ver o sea yo creo que siempre pensé

que ya no me quiere, ya no me quiere, ya no me quiere, y así o sea lo deje, lo deje, lo deje, y para mi siempre estuvo en el rollo de el te busco, el te busco ya cuando crecí más me entere que no, que él no me había buscado, que la que la había buscado era mi mamá, o sea y también dije ¡hay, no!, y en ese proceso siempre a la que culpe fue a mi mamá así de y por tu culpa porque tu te divorcias porque tu lo alejaste de mi y no lo veo o sea siempre fue así como culparla a ella cuando te digo que cumplo, bueno que estaba en la secundaria y llego a este grupo, me dicen ahí buscalo, habla con él, bla, bla, bla, mandale una carta, muchas cosas, entonces yo ahí fue como que el primer paso así como que para medio perdonarlo y decir, bueno, por algo lo hizo, por algo así, por lago acá, y ya pero no lo había resuelto bien ahí, porque ósea yo lo seguí así como cargándolo y todo o sea yo nunca lo resolví, ya hasta después me empecé a pegar a ese grupo, a ese grupo, y después ya estaban así, mi mamá y yo, entonces empezamos a jalar de ahí porque mejoro mucho la relación porque tanto ella fue, y le bajo a sus neuras y muchas cosas como yo también, entonces desde ahí empezamos a estar juntas, juntas, juntas, entonces íbamos a diario al grupo, entonces nos íbamos en la noche y fue cuando nos independizamos, o sea nos fuimos a vivir a otro lado y esa vez, a raíz de eso fueron mucho cambio, entonces por ahí vino otro problema, porque como yo convivía con gente más grande o sea empecé a fijar en chavos más grandes y todo, entonces también me trajo muchos problemas pues, porque entonces, era así como que el rollo de mi papa estaba ahí, y entonces mi mamá siempre me dijo, no vas a poder establecer una relación con un chavo mientras no resuelvas lo de tu papa y ya ahí veas bien que onda, y yo de decía ¡hay, no!, por lo mismo que eran chavos más grandes, yo tenía 14 años, entonces era así como que si me veían y todo, pero como que era la niña, o sea siempre fui la niña, entonces todo mundo me cuidaba, todo mundo ¡hay S, S, entonces fui yo ahí como empecé más a desenvolverme a se menos tímida o sea a poder hablar a poder decir a poder hacer más amigos a poder socializar con más gente, pero creo que algunos de los procesos más dolorosos fueron ahí porque entonces fue cuando anduve con el primer chavo y ósea muchas cosas que así como que me marcaron, entonces yo vuelvo a ir otra vez a otro retiro de ese tipo y entonces ahí si fue como darme cuanta y todavía lo de mi papa si lo traía cargando, cargando, hasta que yo siento que ya ahorita ya lo resolví, porque también dure mucho tiempo, bueno como un año en terapia, entonces estarlo trabajando, trabajando, y trabajando, entonces ya a horita así como que el asunto con mi papa ya esta así, así resulto porque yo digo si se fue si no me gusta y todo eso, su razones tendrá pero finalmente es mi papa y yo lo quiero, o sea ese asunto como que ya esta por ahí ya, sacado, que si me darían ganas de buscarlo, que si me da muchas cosas, si las quiera hacer pero o sea también como que me quiero dar mi tiempo porque yo por ejemplo, a mi me decían es que ya no lo busques, es que esto el otro, y yo digo, pues no o sea tu piensas así, pues tu piensas, pero yo pienso en diferente manera, o sea yo voy a seguir pensando así cosas, aunque todos me digan que es un maldito, que es malo y todo, pero es mi papa.... Los hombres...son feos pero también hay unos muy ¡malos!, no se así, unos 6 meses, meses me lo imaginaba así de ¡malditos, todos son iguales todos me han hecho los mismo!, pero ahorita como que me reconcilie, con esa parte y dije, pues o sea, pues si o sea no todos son iguales, porque no todos son iguales, o sea siempre alguno va atener un defecto, entonces nunca voy a encontrar la hombre perfecto, y pus o sea, me hice así ala idea como que, pues ya, pues ni modo así son, ¡hay si!¹. En ocasiones o sea hay veces que si uno como mujer se deja ir así ¡hay lo amo!, o cosas así y el hombre es como más despacio, más poco a poco, pero también hay muchos hombres que se dejan ir así, ¡hay!, igual y o sea como que es depende del hombre que sea o de cómo sea esa persona porque si hay hombres que te digo que son así también. Yo creo que resolver el asunto con mi papa me hizo pensar de otra forma, porque desde que, o sea el primero que me dejo fue él, yo decía, pues igual así todos me van a hacer, pero yo siento que lo que me ayudo a resolver eso, fue uno, con esa experiencia de que me quede en el CCH, o sea fue así como revalorar todo y volver a replantear cosas que me habían pasado y volver a decir pues no, no va por ahí o sea con esa actitud no voy a llegar a ninguna parte, porque finalmente o sea siempre vana estar ahí los hombres y de todas formas siempre me voy a enamorar de uno o me va a gustar uno, entonces para que me peleo con ellos, que me cuesta trabajo porque a veces si me sale como que mi parte negativa así de ¡hay maldito!, ¡si tenias que resultar igual que todos!, o cosas así, pero pues así como que trato de nivelarlo.

¹ Ríe

Entrevista 16:

... tengo un papa pero no es mi papa, es como quien dice padrastro pero me dio su apeado, entonces el también nos ayuda, no vive con mi mama pero esta a veces los fines de semana, va a la casa, mi relación con él es indiferente así como que no, platico con él como con cualquier otra persona, pero así afectivamente distanciada...mi papa la dejo...nunca he tenido contacto con mi papa... Pocas veces mi mamá me mencionaba algo de mi papa verdadero, teníamos unas fotos donde pero estaba muy chica tenia como 6 años, menos, de hecho no me acuerdo muy bien del rostro, no pregunto por él, solamente mi mamá me dijo que tenia otra familia, creo que tenia hijos, y ya pero no he preguntado cosas de él. Mi padrastro nunca a vivido con nosotros, no se si tiene otra familia, él dice, yo no cuestiono eso a mi mamá porque pues ya llevamos muchos años así, pero supuestamente él vive con sus hermanas en otro lado, no se en donde, pero nunca ha vivido con nosotros... cuando mi mamá trae a mi padrastro me siento mal porque estábamos comiendo en la mesa, no se que comida era, porque estaba toda la familia, mi abuelita, mi tías, unas tías que no vivían ahí, mis primos todos, entonces mi mamá presenta al que es ahora mi papa así como que su esposo, y a mi como que yo no sabía nada, si me quede así como que no me gusto, como que no preguntaron nada así, no me agrado³ que hicieron eso mi mamá, sentí que... que me hizo a un lado, que no me quería, como que alguien me iba a desplazar, no me dijo nada, no sabía nada y de repente lo escuche, no se lo demostré, la relación con mi mamá con ella tenia más significancia ahí en la casa yo oía que mi mamá ponía más atención, por ejemplo lo que él iba a comer o cuando lavaba la ropa de él, la echaba en suavitel y todo eso, y me acuerdo que yo llevaba mi ropa y se la lleva a sí para que le hiciera lo mismo y le preguntaba que porque la de él si la lavaba así y mi mamá se reía, no se cuidaba mucho así como que, que le iba a dar de comer, que los cubiertos estuvieran bien, le prestaba como que mas atención y eso me hacia sentir celos de él, no me gustaba , me desagradaba así sentía así como que mi mamá no me ponía atención a mi por estar con él. Cuando mi mamá rompió las fotos...las rompe cuando llega mi padrastro, me dijo que a él no le gustaba que tuviera eso mi mama, y que el las iba a romper porque ella quería estar ahí con él y luego fuimos a l aparte de atrás¹ de la casa y ahí las quemó, me sentí mal, porque no se, no conocía nada de mi papa y pues no se sentía como que mi mamá hacia todo por él y no le importo nada y ahora pues todavía me duele porque no se nada de él, no me acuerdo, nada. La relación con mi padrastro no fue buena porque a pesar de que vagamente me acuerdo que si me llevaba al circo con mi mamá o me llevaban a pasear nunca, mi mamá nunca me dijo que le dijera papa, siempre así como que, siempre le he dicho por su nombre, de hecho no le digo papa, pues cuando iba a la casa nunca platicamos de nada, menos cuando estaba chica, ya empecé así como que me platicaba ya cuando iba en la secundaria ya fue cuando ya a veces me preguntaba que como estaba que como me iba en la escuela, nunca me trato mal, pero tampoco se ha fijado así como que interés conmigo para mi es indiferente....

¹ llora

³ se le corta la voz

El maltrato que experimentaron las entrevistadas 4, 5, 6, 8, 9, 11, 17 y 19 de parte de su padre provoco la aparición de miedo, que posteriormente se convirtió en coraje hacia la persona que se supone debería de protegerlas, como consecuencia se tiene un distanciamiento físico y/o emocional con la figura paterna, este tipo de relación también la tienen las entrevistadas 1, 12, 14 y 16 donde el abandono paterno se hace presente por un divorcio, separación, o muerte de la madre, provocando en ellas la tristeza por no sentirse queridas, volviéndose crónica a lo largo de su vida o dando paso al coraje hacia su padre porque no las amo. El distanciamiento con el padre se presenta también en las

entrevistadas 3, 7, 22, 23, 24 y 25, donde él nunca mantuvo o mantiene una relación afectiva con su hija, siendo dos conocidos en el mismo lugar, donde se saben quien es el padre, al cual se le debe respetar y querer, pero simplemente no se siente afecto en una relación donde no se ha cultivado el amor, siempre le hace falta a un hijo el cariño de ambos padres; así las entrevistadas experimentan una tristeza por no sentirse queridas que se vuelve crónica con el tiempo.

El coraje se hace presente en la vida de las entrevistadas debido a la inconformidad por lo que les toco vivir con su papá, por la falta de afecto, por sentirse mal amadas, en donde también se pierde la alegría por vivir.

AUSENCIA MATERNAL: la ausencia de la madre física y/o emocional debido a su trabajo o por su forma de ser.

- a) por maltrato: existe un distanciamiento físico y/o emocional debido al maltrato o rechazo físico o emocional sufrido por las entrevistadas de pequeñas.
- b) por trabajo: no existe la comunicación o acercamiento físico o emocional entre las entrevistada y su madre, debido a su ausencia por que trabaja
- c) por su forma de ser: no existe comunicación o acercamiento físico o emocional debido a su forma de ser o por las exigencias que deposita en las personas o hijas.

a) por maltrato

Entrevista 6:

...cuando cometía algún error era corregida a golpes y a groserías más de mi mamá, cuando me pegaba si sentía dolor, pero me dolía más las groserías que nos decía, que me decía principalmente a mi, yo soy la mayor de las mujeres y yo siento que mucha de la impotencia que tenía porque mi papa casi la violaba cada que estaba con ella o sea la obligaba a estar con el nunca fue por deseo ni nada de eso y todos los, nunca la llevo a golpear, pero si le decía muchas groserías, la humillaba de muchas maneras y todo, yo siento que mi mamá se desquitaba mucho con migo, ... Antes de casarme me sentía demasiado amarrada ala casa no podía, no tenía, no podía tener amigos, no podía salir a la calle, no podía ir a ningún lado, porque a veces me daba permiso mi mamá, pero al mismo tiempo que me daban permiso a la media hora se arrepentía e iba por mi a la fiesta y me decía muchas groserías delante de mis amigos y me daba mucha pena porque, inclusive una vez que me dejo ir a un baile, llevo una de sus hermanos y fuimos al baile y después fue por mi y esotro ya íbamos llegando a la casa y íbamos con unos muchachos que nos fueron a acompañar y me empezó a gritar que era un puta que ya estaba harta de siempre andar

detrás de mi yéndome a traer de las fiestas y no era cierto porque nunca me dejaba ir a ninguna, y no tenía porque tratarme así pero no se si era una forma de desahogarse de ella porque de verdad que no merecía que me tratara así... Cuando me caso yo no quería tener hijos al momento porque quería, era el momento de estar libre de poder ir a las fiestas de poder llegar a la hora que yo quisiera, de poder ir a muchos lados, y llegar tarde y nadie me iba a estar regañando estaba tan oprimida en mi casa que ya tenía como 3 meses de casada y estábamos acostados viendo la tele y de repente vi el reloj eran las 10 de la noche, me levante como loca, no supe ni como me vestí, salí corriendo a la calle y me alcanza mi esposo y me cansa y me dice ¿Qué te pasa?, ¿Qué tienes?, ¿te dije algo?, o ¿Qué?, no es que mi mamá me va a matar ya viste son las 10 de la noche y ya nada más lo que hice fue abrazarme y decirme, pero ya tu mamá no tienen nada que decirte, estamos ¡casados! Y me regrese con toda la pena del mundo porque fue bastante chistoso que todavía a esas alturas y todavía tiene poco que dejo de preocuparme el tener que estar bien con mi mamá, obedecer a mi mamá, no tiene mucho que me solté, de estar siempre lo que mi mamá dice se hace y lo que mi mamá ordena se tiene que hacer, le parezca a quien le parezca, tiene poquito que deje de, pues me voy a verla porque no tengo ganas y antes era, no es que tengo que ir porque sí no se va a enojar y luego, ese cambio...yo creo que entra de que todo me empieza a perder importancia, si se acerca mi familia ¡que bueno sino también!, mientras yo este bien con mi esposo y mi hija y ellos no me respeten, no dejen de querer meterse en mi vida, mejor me alejo... Por mi mamá...³ pues a veces es respeto, cariño y resentimiento

³ Ríe

Entrevista 17:

... De pequeña estuve al cuidado de mi madre, cuando crecí pase a ser poder de mis abuelos. Mi mamá me cuidó pues yo creo que hasta los 10 años, la relación con mi mamá era mala pésima, era una mujer atormentada y golpeadora, neurótica, esquisofrenica¹ ... Cuando cometía algún error había muchos golpes, muchos golpes, sentía coraje, dolor, tristeza, me frecuentaba con mis primas, la relación con ellas es buena era, tres huérfanas también, éramos tres, porque cada una a su manera tenía dolor de ausencia materna, abandono, de falta de cariño... Yo pase a los 10 años pongo de referencia más o menos porque a los 10 me mandaron a E.U., mi mamá porque mi percepción es que no podía arreglar su relación con mi papá estando yo ahí, seguramente mi abuela le decía que había mucha violencia en mi casa o que no era correcto, entonces decidió mandarme con una hermana de mi papá a E.U. y ahí estuve un tiempo y cuando yo regreso, entonces fue un poquito depuse, fue como a los 12 años, yo estuve 2 años y medio en E. U. regreso pero mi estancia en E. U. fue muy especial porque el esposo de mi tía fue un abusador sexual, y mi tía una golpeadora, porque como no era hija de mi papá, pues me la tenía que cobrar y su meta era desaparecerme del mapa, no, así me lo decía que yo nunca iba a volver a ver a mis papas y me golpeaba hasta dejarme tirada y en las madrugadas iba el otro a consolarme y así me la pase hasta que tuve valor de denunciar lo que me pasaba me recogió el gobierno, se lo dije a una maestra y mi mamá tomó la decisión de que terminara aya la secundaria porque pues ya nada más me faltaban como 6 meses cuando me recogió el gobierno el FBI y que me quedara en un internado hasta que terminara la secundaria, en esa etapa de mi vida si pensé que verdaderamente mi madre no me quería, pues porque yo me hubiera traído a mi hija inmediatamente, pero a ella le importaba más que terminara yo la secundaria, pero ahí en el internado la cosa estaba peor que¹ con mi tía, y empecé a dar teléfonos y todo, a mis tíos que les hablaran para que hicieran algo para que intercedieran por mi para que me regresaran, las chavas...era un internado donde estábamos...era mixto, no, pero pues se brincaban la varada para estar con los chavos y yo veía cosas que no me agradaban, había, me tocó la época en que los negros atacan a los chicanos, entonces yo era la única chicana ahí en ese internado y me sentía muy amenazada, mi único amigo era el cocinero y comía muchos hotcaques hasta engorde, enserio¹, eso es, ya no me acordaba del cocinero²...

¹ Ríe

² Guarda silencio

*La entrevistada fumó durante toda la entrevista y comenzó en el momento que comenzamos a hablar de su infancia y la convivencia con sus padres.

Entrevista 18:

...mi mamá era la que siempre ha sido conmigo muy fuerte, porque mi papá me consentía mucho, pero mi mamá, yo fui la que más maltrataron hasta antes de casarme, porque siempre mi mamá me da cachetadas, siempre me pegó de grande y le tenía que pedir permiso ya de grande, y ahora con lo que veo con mi hermana no, ella hace lo que ella quiere, y ella no le dice nada, le contesta y yo no, siento que conmigo se le pasó la mano, ¡sí!, o sea me cacheteaba, con la mano, lo que tenía es que también me pegaba en el pulmón, pero siempre me pegaba, había golpes porque..... porque ya si me iba a los bailes, o si le contestaba, ha por que , por ejemplo me decía ¡contéstame! Ya fuiste al baile, no pus que sí, dónde estuviste, no le contesté, yo bien agachada y no le contestaba, ¡que me contestes sino que quien sabe que!, o por fin le digo que quieres, ¡no me contestes!, le digo te contesto o no te contesto, ¡cállate! O sea una contradicción..., siempre porque o sea por ejemplo me daba hasta las nueve y yo me agarraba las once, las doce, la una¹, me agarraba más tiempo del que me daba y así que no le parecía, que no hacía el que hacer y así. Si sentía yo feo, porque yo fui muy dócil, muy ósea como que yo no daba, o sea... Cuando mi mamá me pegaba de grande me daba coraje porque decía, ¿porqué me pega, si ya estoy grande?, o luego a veces decía yo ¡hay , es que me lo busqué!, pero ya últimamente, o sea, antes de casarme porque yo me casé más antes, o sea, yo ya tuve otra vida, pero esta vez que me casé todavía me pegaba, antes de que yo casara me pegaba, y decía no, tu ya no me debes de pegar porque ya estoy grande, tu ya no me debes de pegar, yo ya no me voy a dejar, y ya como que se calmó... La relación con mi mamá de pequeña, yo siento que nunca fue buena, hasta a horita, después de la desgracia de que me dejaron, como a la primera vez, como que ella sufría junto conmigo y fue cuando yo creo que ella se dio cuenta de que ahí estaba yo, pues sí, de que yo era su hija, fue cuando ella también sufrió y empezó a valorarme un poco más, mejoró la relación, porque yo sentía que ella como que me odiaba, yo sentía como que... me hablaba golpeado, me odiaba porque luego hasta me pedía las cosas de manera muy fea, y ahora ya como que ya es más, no sé, más sensible y me habla de otro modo, me sentía muy triste porque yo decía, pus yo quiero ser, pus hora sí que yo no me he portado mal con ella, yo quiero ser, yo cuando trabajaba yo le daba, yo le ayudaba con ella, yo siempre le ayudé en el que hacer, y sí , yo decía me voy a apurar en el que hacer para que ella no haga nada, incluso cuando yo tenía a mi novio, yo lo primero que agarraba yo era barrer el patio, barrer la sala, tender mi cama, o sea, yo decía yo, yo no , y lavaba los trastes, pero aunque me levantara temprano, yo le dejaba eso ya hecho para que ella ya no estuviera haciendo que hacer, pero pus ahora ya tiene el que hacer encima, ya lo tiene ella que hacer...

¹ Ríe

Entrevista 21:

... mi mama siempre fue en base a golpes, hasta que mi papa le dijo que ya no me pegara, eso fue cuando ya entre a la primaria, como a los 6 años, si se aguantaba o sea nos gritaba en vez de golpearnos no¹, con los gritos... ¡hay no!, es que a mí los gritos de mi mama siempre me han dado coraje porque luego creo que son sin fundamentos ...yo siempre veía a mi mama enojada, yo todo el tiempo la vi enojada, entonces hay a mi me caía gordo eso porque , has de cuenta que nos decía que hiciéramos el quehacer y lo hacíamos todo y nos faltaba por ejemplo lavar un plato y decía ve esos pinches traste que no se que, que no se cuanto, entonces yo decía, ¡hay no mames!, no es cierto, no si decía eso, este yo decía ¡hay no manches! o sea hicimos todo y nada más porque no alcanzamos a lavar un pinche plato pues no, se ponía así de loca y entonces ya después nos e ya ahora que platico más con mi mama y le digo, pero ¿Por qué te enojabas tanto? Y luego ella me dice y la entiendo no, me dice es que luego recordaba por ejemplo y es que siempre se enojaba más cuando estaba mi papa, dice y es que ahora que recuerdo por ejemplo cuando ahora que tu papa cuando recuerdo que es lo que el me hacia que me pegaba y eso, como que me da coraje entonces me enojo con todos pero a hora trato de hablar más con ella por ejemplo si se enoja por alguna cosa le digo, pero para que te enojas si de todos modos lo vamos a seguir haciendo, para que te enojas, trato de suavizar las cosas y ya no pelearme con ella igual que antes... también quiero a mi mama pero no tanto como a mi papa...

¹ Ríe

b) por trabajo

Entrevista 16:

...Por mi mamá si la quiero mucho también, la admiro también mucho porque sola ha hecho muchas cosas, en cuanto al trabajo y eso, pues so la admiro mucho en eso, pero también siento como que le ha faltado más para estar cerca de nosotros de la familia, en platicar, en escuchar lo que necesitamos, de que nos pasa a veces...siempre ha trabajado mi mamá...

c) por su forma de ser

Entrevista 5:

...A mi mamá la quiero mucho, a veces me enoja con ella, como que siento que se preocupa por cosas que no debería preocuparte, crea muchas expectativas hacia las demás personas y eso...como que te limita para hacer otras, terminas pensando en que espera ella de ti y lo que tu quieres hacer y entonces como que viene todo un choque de que quiero, o sea si lo hago se puede enojar y si se enoja se puede enfermar o no te a hablar porque ella es muy dada a eso cuando se enoja ni te habla, ni te pela, y te ignora y te manda al carajo, no te dice nada ala mejor pero ni te pela, pero al caso es lo mismo, pero dentro de todo yo la quiero mucho y a veces siento que hay que cuidarla mucho...

Entrevista 12:

....En la niñez...la relación con mi mamá se puede decir que regular, no buena porque mi mamá también era muy...este...pues a veces muy...pues nos quería exigir a veces también a lo mejor más de lo que uno como niño puede hacer... ..mi mamá muere cuando yo acababa de cumplir 16 años... Por mi mamá siento tristeza porque ya no la tengo, y antes sentía tranquilidad y pues alegría porque sabía yo que ahí estaba...

Entrevista 13:

....Con mi mamá si la quiero, si la quiero mucho pero, pues de repente como que si chocamos, si es así como que ¿qué onda?, no ¿qué onda con mi mamá?, porque si como que siempre la trae, sobre, sobre, mí!, ahí esta presente... Que mi mamá siempre este sobres, sobres, sobres de eso me siento...¡huy hijole!, a veces si me desespero mucho, a veces hasta a veces digo ¡hay!, porque mi mamá esta aquí, fíjate que a veces cuando ella no esta, se va de compras o algo así y a mi me deja porque yo soy la que se cocinar y me dices sabes que vas a hacer esto, esto, y esto, cuando no esta ¡huy!, ago lo que yo quiero me apuro a todo mi quehacer y lo hago bien, pero cuando esta mi mamá ni me apuro, me estreso, me pongo toda floja, así como que ¡hay!, y ya lo voy a hacer, y ya lo voy a hacer, y ¡ahorita lo hago, ahorita lo hago!, pero no, porque has de cuanta que mi mamá dice hazlo, pero no es la que te deja, si no que esta ahí: ¡y a sí no me gusta!, y yo lo hago diferente, y, ¡no lo hagas así!, y yo así como que y ahora que, por eso, siempre le he dicho es que tu no lo vas a hacer, yo lo voy a hacer, déjame hacerlo como yo creo conveniente, igual y tomo uno que otro...este, un consejo tuyo pero si yo creo conveniente hacerlo así pues si, por eso mi mamá así, no me gusta que este con migo cuando yo estoy haciendo las cosas porque siempre quiere hacerlas, quiere que las haga uno como ella dice, o sea a veces dices como que si te sientes ¡hay mamá, pus ya déjame hacer tantito!, entonces así es como que medio de repente!, pero pues si eso es lo que nada...

¹ Ríe

Entrevista 19:

... la relación con mi mamá de pequeña siempre fue muy X, fue muy, una relación muy indiferente o sea yo sabía que estaba mi mamá sabía que tenía que bailar en los bailables, y sabía que era mi mamá, pero yo nunca me acuerdo de ella ni platicando con migo, ni acercándose, ni yo a ella...en la adolescencia igual..ahora...la relación con mamá, ¡ya esta mejorada desde hace un tiempo!, yo diría que desde hace como 2 años, si yo creo que como dos años se empezo a mejorar un poquito un

poquito y ahora es mucho más trato de decirle yo igual e tiempo que tenemos y que podemos de la una para la otra es totalmente es de calidad, o sea si platicamos 15 mininitos en la noche 20 somos ella y yo, ni televisión ni nada, platicamos nada más ella y yo, ni el perro, nosotras no, y si a mejorado mucho, mucho.....por mi mamá ¡hay!, con respecto a mi mamá me siento súper frustrada porque mi mamá a veces se enferme de todo y no se nada, o sea no quiere hacer nada, nada, no, y es como que escuchar el llanto diario, la queja diario, de repente me frustra y me da mucha tristeza no poderla ayudar, bien dice por ahí el dicho que nadie es profeta en su propia tierra, entonces, pues también esa o impotencia, y la quiero mucho, o sea quiero mucho a mi mamá, pero me frustra...

Entrevista 24:

... La relación con mis papas...bonita, siento que era bonita, mi mama no era de las mamas comunicativas, entonces, pero siento que yo como no tenia otro patrón, pues se me hacia norma, y entonces siento que era bonita. Si llevaba buena relación con mi mama pero no éramos de las mamas que platican y que uno les dice pues a la mejor que un muchacho me hablo para su novia, no nunca tuve esa confianza, nunca, nunca, con mi mama debes en cuan do platicábamos pero cuando estábamos todas las hermanas así general, pero solitas casi no....

La cultura marca que una madre quiere, protege y cuida a sus hijos, incluso que es capaz de dar la vida por ellos, el problema llega cuando lo que se dice no concuerda con lo que se vive y esto ocurre en el caso de las entrevistadas 6, 17, 18 y 21 las cuales experimentan el rechazo y el maltrato físico y/o emocional proveniente de sus madres, experimentando así una niñez llena de tristeza que se vuelve crónica al paso del tiempo como en el caso de la entrevistada 17, o surge el coraje hacia la madre por el trato que les dio como lo manifiestan las entrevistadas 6, 18 y 21, provocan un distanciamiento físico y/o emocional entre ellas y sus madres, este tipo de separación también se da cuando una relación no esta sustentada, donde no hay convivencia, muestras o intercambio de cariño, lo que sucede en el caso de las entrevistadas 16, 5, 12, 13, 19 y 24 donde su madre se aleja de ellas por el trabajo o por su forma de ser que les impide o las limita a mostrar su afecto hacia ellas, la inconformidad por lo que les toco vivir, perdiendo la alegría por vivir y por consiguiente surge el enojo por no haber obtenido lo que se deseaba.

RELACIÓN ENTRE LOS PADRES: la presencia de maltrato físico y emocional por parte de uno de los integrantes de la pareja o de ambos.

- a) maltrato: cuando la relación de pareja esta basada en el maltrato físico y/o emocional por parte de ambos
- b) sometimiento: cuando la relación de pareja esta basada en el maltrato físico y/o emocional por parte de un integrante de la pareja, el esposo.

a) maltrato

Entrevista 6:

...mi papa casi la violaba cada que estaba con ella o sea la obligaba a estar con el nunca fue por deseo ni nada de eso y todos los, nunca la llevo a golpear, pero si le decía muchas groserías, la humillaba de muchas maneras y todo, yo siento que mi mamá se desquitaba mucho con migo... En mi infancia una vez que mi papa llevo en la noche a comer en la casa, tenia mucho que no trabajaba y se iba a dormir a un jardín en lugar de ir a buscar trabajo, llevo a la noche en la casa y con mucho cuidado saco la comida, empezó a comer y mi mama se levanto³, ²le quito el plato con el que estaba comiendo y lo aventó a la calle y le dijo que no tenia derecho a comer porque no daba para la comida y no iba a trabajar para mantenerlo si no nada más iba a trabajar para sus hijos, se me quedo muy gravado, tengo gravadas muchas palabras de las peleas de mis papas, las utilizo yo en contra de mi esposo aunque no se las merescas² en esas peleas experimentaba mucha tristeza porque alrededor de nosotros vivían familias que yo vea que su relación de pareja siempre muy amorosos, muy cariñosos, con sus esposos muy respetuosos y que siempre decían que se querían mucho y mi mamá nunca comentaba que quisiera a mi papá y yo le lleve preguntar varias veces que entonces porque se había casado si no lo quería y mi mamá me decía que esas ¡babosadas y tonterías de que estaban enamorados no eran ciertas!, que eso no existía, yo siempre, cuando mi mamá contestaba eso, yo siempre pensaba que yo si me iba a casar porque quisiera mucho a mi pareja y que yo no quería vivir como veía que vivían ellos, pero yo creo que no lo supere lo suficiente porque a veces no valoro a mi esposo y trato de estarlo lastimando, de estarlo haciendo sentirse siempre inferior a mi...

² lloro, derramo lagrimas pero siguió hablando

³ Suspira

Entrevista 12:

... La relación entre mis padre, pues yo siento que era mala porque ellos tendían mucho a discutir...he...pues a ala mejor porque los dos se adentraba mucho en su trabajo o sea cada quien, el como trabajaba en su fabrica, y luego llegaba y ya se hacia cargo de sus animales, mi mamá pues por el trabajo de la casa tenia que ver a los animales y tenia que ver la responsabilidad de nosotros de la escuela y de todo lo que se refería a la casa, las discusiones eran de palabras y a veces si también era de golpes de los dos, se puede decir que de los dos, yo les decía que ¡se calmaran!, y así y pues hubo un momento que a veces hasta me puse en medio para que no discutieran y así pero pues ellos seguían discutiendo, te digo que a veces llegan hasta incluso a los golpes, entonces a nosotros no tenían en un ambiente se puede decir de miedo, cuando empezaron esos problemas...

Entrevista 17:

..... La relación de pareja era pésima porque mi mama no aceptaba esa vida mi papa no hacia nada por modificarla y pues sufría, mi mama hizo todo lo que pudo por quitarle todas las viejas que pudo, y quitarle los vicios que tenia pero pues mi papa, no era su momento. Vivian solos, siempre han sido independientes. A mi mama no la aceptaban porque mi papa havia sido casado previamente, entonces las mejores mujeres para mi abuela eran aquellas que hacían jalón con mi papa, que se emborrachaban con el que andaban en jugar y mi mamá era para su punto de vista media mojigata, ella trataba de llevara una buena relación porque si me consta pero mi abuela, inclusive no aceptaba mi nacimiento decía que yo no era hija de mi papa y así se murió pensando eso.... nunca vi yo que mi papa golpear a mi mamá, no creo que haya habido golpes pero, violencia psicológica era muy cañona, gritos, mi mama ¡pues!, ofendía a mi papa con muchas malas palabras y mi papa no, mi papa se reía....

b) sometimiento

Entrevista 1:

...pues es difícil, muy difícil, estar en algo que de que él, nada más te dice que tu eres, o sea, es que ya llegaba a ofendernos, entonces pues sí, yo si me enojaba mucho, a veces como que si tengo un carácter medio especial y pues si yo soy la única que se siempre ando peleando con mi papá, porque no me gusta que se a injusto no me gusta que ofenda a mi mamá a mi hermano más que nada...

Entrevista 5:

... Mis papas van dos veces que se separan la primera tenía 7 años, y la segunda 17, 16 años, cuando se fue mi papa, la primera vez sentí mucho enojo, igual que cuando regreso, la segunda vez fue como entre como que yo ya me lo esperaba y lo estaba yo pidiendo pero como que si me dio tristeza, lo pedía porque me caía gordo que estuviera en la casa o sea no me gustaba que estuviera en la casa, por la relación que había, o sea eran muchos gritos y eran así como que una relación muy fea en la casa, entre ellos, entre ella, él, y mi mamá habíamos tenido que defender a mi mamá o tenía yo que defender a mi mamá para que mi papa no la estuviera agrediendo, entonces los pleitos ya eran grande, ya la ultima vez que nos peleamos, ya iba a ver golpes, entonces yo dije : -¡chin!, hasta donde estamos llegando, porque ya no nada más es de grito, si no ya también de haber a como nos toca, nunca hubo golpes, pero si ya estábamos que íbamos para aya....

Entrevista 8:

... mis abuelos no querían a mi papa porque trataba mal a mi mamá, entonces no había muy buena relación con ellos, llegaba tomado mi papá, la maltrataba, o sea le decía malas palabras, llego a golpes, cuando estaba embarazada creo que no había golpes, bueno no me ha dicho mi mamá. La relación de mis papas del principio no era de maltrato, según lo que se, fue después, duro hasta hace 10 años, un poquito más que se separaron, se separan porque ya mi mamá no aguanto tanto maltrato...

Entrevista 11:

...No pues a mi papa de plano no, lo que pasa es que ello, nunca y hasta la fecha, yo si me trevo a decir no llevaban bien y lo digo porque prácticamente es lo que tu ves, yo ya no se la verdad, yo si siento que igual a lo mejor ellos tuvieron broncas de las que nunca nos enteramos nosotros, pero por ejemplo a la fecha, yo me he dado cuenta que mi mamá sí, bueno mi papa si es muy violento, muy agresivo, sobre todo agresivo, hacia ella o con ella, pero yo me he dado cuenta que cuando mi papa trata de acercarse que ¡hay!, mi mamá se llama Matilde, ¡hay que matildita!, y le empieza a agarrar así y mi mamá lo rechaza mucho, así como ¡hay vete de aquí!, o ¡hay, no, no, te me acerques!, yo se, siento que es porque si ha habido muchos problemas entre ellos, no se tampoco a la vez no se tampoco cual sea la razón pero no, siempre fue esa relación así yo desde que me acuerde sí, yo creo que de coraje, porque pues la verdad mi mamá yo si digo, siempre estuvo como que al pendiente de nosotros, de él, cuidándonos, cuidándolo a él también, digo como que siempre estuvo y de todo, tanto de la casa como de nosotros, de comida y o sea de todo, entonces hasta cierto punto se me hacia como injusto que mi papa tratara de esa manera a mi mamá, mira la verdad de pequeños yo me acuerdo que incluso llegaba a pegarle, a mi eso si ¡haaa!, de hecho o sea precisamente por eso, yo lo veía un tanto ventajoso, porque dice ¡hay, pues sí!, sabes que eres hombre y tienes mas fuerza y ¿por qué abusas? Es injusto porque yo decía mi mamá o sea si alo mejor tendrá su carácter, pero finalmente esta aquí, lo atiende o sea como que si fue un tanto, ajeno a que hiciéramos lo que hiciéramos el por ejemplo si daba gasto, dinero, pero dijo hasta la secundaria, el siempre nos dijo como era un tanto machista él decía, yo voy a apoyar a mis hijos hombres, porque ellos para mantener, si ustedes quieren estudiar o sea mujeres, o sea va a ser porque quieren pero a mi no me pidan nada, yo no me voy a hacer cargo de nada, ya verán ustedes como lo hacen, pero ¡yo, no les voy a dar estudios!, entonces también por ese lado yo no

lo vi bien y pues si como sea mi mama y mi papa si nos apoyo mucho, nos decía si ustedes quieren estudiar, aunque yo tenga que trabajar pues yo los apoyo, entonces yo creo que también fue esa parte...

Entrevista 18

.... Si era mucho atender de ella porque ella si le tenía la casa limpia, su ropa, su comida y se sentaba con él, pero ya últimamente ya no, luego si estaban enojados y la maldecía no, o la quería humillar enfrente de las personas, ella creo también recuerda eso, no y luego más a parte así fue de que yo creo que la engaño y ella se entero y de ahí yo creo que empezó a cambiar la relación. La humillada pero enfrente de la gente, le decía ¡pendeja!, ¡fíjate!, la regañaba enfrente de la gente, siendo pues oye estas mal o, no hagas eso, pero no enfrente de la gente se lucía y más por ejemplo decía mi mama ya cállate que nos están oyendo y yo creo que le decía pues habla más o que, o sea el hablaba un tono más, más fuerte ¡yo a mi me importa que no se que! o sea empezaba, entonces mama yo creo eso también es lo que se acuerda...

Entrevista 19

... La situación de pareja siempre fue muy mala, fue mala porque mi papa era alcohólico, de alguna manera lo conoció siendo alcohólico, hubo un tiempo que dejo de tomar, pero era mala, como que nunca apreciaron o nunca se vieron como papas, a mi mama siempre me ha dicho eso, o sea ella se enteraba que estaba embarazada y lloraba, lloraba todo su embarazo, todo el embarazo lloraba porque decía, y bueno como los voy alimentar y que les voy a dar, entonces mi papa también nunca estuvo, nunca estuvo con ella en los embarazos como tal, si la maltrato físicamente, psicológicamente también fue muy maltratada, fue muy sobajada como mujer....

Entrevista 21

.... La situación de pareja, siempre ha sido como buena cuando mi papa no toma, cuando mi papa no toma si como que todo esta bien desde que bueno desde que me cuenta mi mama que estaba con el, y nada más me tenían a mí, dice que cuando él tomaba pues si como que le daba mucho miedo a mi mama, porque si le llego a pe, bueno si le pegaba, este o luego le gritaba cosas, te digo que su hermana era muy chismosa, la hermana de mi papa, entonces de repente le inventaban a mi mama que había salido con otra persona y así entonces luego le gritaba así que era una puta y cosas así no y que había tenido que ver con otras personas o así, pero eso solo cuando estaba borracho mi papa, cuando no toma como que se transforma, no se cuando no toma podemos estar tranquilos con él, estamos platicando, jugando, no se como que hay mucha confianza...Niñez...yo creo que mi papa tomara porque le pegaba a mi mama entonces siempre le ha, bueno eso siempre me dio miedo, cuando veía eso, porque siempre le pego hasta que nosotros crecimos, no se yo creo que cuando yo tenía como 14 años, que ya podíamos defender un poco a mi mama y pues y ya no dejábamos que mi papa le pegara, eso me daba miedo, hasta ahora¹, ahora que veo que toma mi papa me da como que siento otra vez esa misma sensación de cuando era chica, pero por ejemplo mi papa ya casi no toma porque de repente hacen juramentos ye so no, pero cuando termina su juramento es cuando empieza a tomar mucho...

La relación de pareja que viven nuestros padres también es un factor determinante en nuestra vida porque es a partir de ella que aprendemos a establecer las relaciones con los otros, en el caso de las entrevistadas 6, 12 y 17 el haber presenciado el maltrato mutuo en la relación de los padres generó una imagen sobre las relaciones con los otros, se ve la competencia en su máxima expresión por conseguir lo que se desea, esta es la forma en la que ellas aprendieron de tal manera que así se vana a dirigir en la vida, compitiendo con el otro con el fin de

buscar la "igualdad" o la superioridad porque solo el más fuerte sobrevive, lo que las mete en una dinámica de continua ansiedad por alcanzar lo que desean.

En el caso de las entrevistadas 1, 5, 8, 11, 18, 19 y 21, el vivir o presenciar el maltrato ya fuese físico o verbal que proporcione su padre hacia su madre, lo primero que generó en el cuerpo de las entrevistadas fue el miedo, que al paso de los años se transforma en coraje, al ver como en este caso su padre se aprovecha de la situación, esta imagen se traslada a todos los hombres, entonces ellas se dirigen en la vida con la idea de que no se vana dejar de los hombres como lo hicieron sus madres, por ello se la viven pelean, insultando o compitiendo con los hombres dejando entrever su enojo con el sexo opuesto.

LUGAR QUE OCUPA EN LA FAMILIA: el lugar que ocupa la entrevistada dentro de su familia de origen como hija.

- a) la mayor: ser la primer hijo del matrimonio o ser la hija mayor de la familia
 - b) la pequeña: ser el ultimo hijo de la familia o la ultima hija de la familia
- a) la mayor

Entrevista 1:

... Con mi medio hermano sería la de en medio, pero como no vivo con él, la mayor, y así como la que toma la iniciativa, la que siempre anda ahí de emprendedora, -¡hay, vamos hacer esto!, ¡vamos aya! hay que...no se invitar a tal persona-, a veces es muy padre porque digo, no me van a comparar con...¡hay tu hermano ya hizo esto! o no se, pero luego viene así, como que...es que eres la mayor pon el ejemplo, ¡hijote! Y se siente medio feo, pero pues, no, tampoco tengo problemas lo supero...

Entrevista 2:

...me siento bien de ser la mayor, no me otorgan mucha libertad, pero bien...

Entrevista 3:

... A la vez me gusta y a la vez no ser la mayor, porque de mi abuelito, mas de la familia de mi mamá soy la consentida y la primer nieta y todo para mi y de hecho cuando nació mi primo, el segundo nieto ya no fue tanto así con el, entonces a pesar de ser el chiquito seguían estando conmigo y la familia de mi papa como es más grande ya había mucho más nietos, más primos, entonces ahí no era tanto que me consintieran , a la vez, por eso me agradaba, porque era la muñequita, todo mundo estaba conmigo y todo, y no me agradaba, bueno eso de que no me agradaba fue después cuando tenía como 12, 13 años de que ya yo quería empezar a salir sola y no como que con quien vas a salir y ya después así con los primos ya no tan cercanos comenzaba a salir pus ya era muy diferente, pero así como que...igual yo lo veo con mis primos que piden permiso y están platicando mis tíos de cómo fue mi mama conmigo y así como que yo soy el ejemplo, no, eso sí no me gusta, pero así lo hacen, a la vez me siento bien porque hasta el momento no puedo decir que no he tropezado así que me haya dolido mucho, no, hasta el

momento voy bien en la escuela , no tengo muchos problemas, problemas normales no en la familia que de repente me enoja o algo así, pero bien todo bien hasta a horita, no te voy a decir ¡hay soy la hija ejemplo!, pero pus si como un ejemplo estable se puede decir que s, pero no me gusta porque...por lo mismo de que con migo haber que pasa, para ver que pasa con los demás, entonces, eso si no me agrada, o igualmente a horita con mis primos que tienen 15:-¡hay dile a Ale que te ayude con esto!- o, -¡hay dile Ale que te ayude a esto!- o, -a ver pregúntale a ella-, o sea como que mi me dejan, igual en mi casa no mi mamá con mi hermano, como a horita esta en la prepa:-hay dile a tu hermana que te ayuda, ella ya sabe-, yo decía: -pero yo no soy la mamá tu eres la mamá- entonces si, eso si no me agrada, la sobreprotección ya paso, eso si fue como cuando tenia 12, que empezaba a salir, no pues a tales horas ya estar aquí, pero como que era muy temprano², no, entonces como que no, no me gustaba eso, más mi mamá era muy preocupona, se le fue quitando, porque por lo mismo que sabe que me decía a tales horas estas aquí, aunque no me pareciera, me pasaba que media hora, a la mucho una hora pero le estaba avisando, sabes que voy aquí o voy a llegar un poquito más tarde o sea siempre, como que si he sido responsable de que me dicen a tales horas y ahí estoy o si no lo puedo hacer pues estoy avisando o desde un principio, si me dicen a tales horas a tales horas:- ¡hay no! , además va estar...me puedo regresar con quien sabe quien- o sea siempre he sido así como que si responsable en ese sentido...

²sonrió la entrevistada

Entrevista 4:

... De las hijas pues soy la mayor, ¡hay! mucha responsabilidad, yo los siento así, a la mejor este es responsabilidad en la casa, responsabilidad con mi hermana sobre todo porque es así como échale ganas y tu puedes no te dejes vencer y mostrarme a veces fuerte por ejemplo, porque cuando hay situaciones o problemas con mis papas pues mi mamá se apoya conmigo, con mi hermana igual si mi hermana se pelea con mis papas pues la que sale a defensa de mi hermana pues soy yo o a la que a la mejor luego se les una a mis papas pues soy yo cuando mi hermana anda muy rebelde o muy mal pues también soy yo como que si tengo esa responsabilidad muchas veces en la casa, sobre todo en esa cuestión como de mediar...

Entrevista 5:

...Soy la más grande, de las hijas soy la mayor y de las nietas por parte de mi mamá soy la más grande también, que emociones experimento...pues yo creo que más bien es mucha responsabilidad, aprendes a ser muy responsable o más bien aprendes a ser responsable desde muy chica por la misma situación de que mi papa no estaba, mi mamá se tuvo que ir a trabajar, si un tiempo vivimos con mi abuelita, pero fue como meses, mi mamá luego, luego busco un departamento y nos fuimos a vivir aya, y entonces yo cuidaba a mis hermanos, mi mamá trabajaba todo el día, todo el día, y pues yo era la mas grande entonces aprendí desde muy chica yo ya sabía hacer de comer, te digo sabia que hacer cuando mis hermanos se enfermaban, o sea no necesitaba yo como que al adulto, porque yo sabía que si se cortaban sabia como tenia que curarlos, para que cuando mi mamá llegara ya más o menos los encontrara y ya nada más como que terminara el trabajo, entonces más bien, como que aprendes a ser muy responsable, hay mucha responsabilidad y después cuesta mucho trabajo como que hacer a un lado la responsabilidad, porque por ejemplo ahora ya están grande los dos pero por ejemplo si mi hermana no llega a la hora que tiene que llegar, ya estoy, ¡no ha llegado!, y ¡tardara mucho!, y donde esta o la espero a que llegue o sea como que se te vuelve un habito al estar atento a lo que necesitan o tu hermanos, o tu mamá o tu papa, como más bien te vuelves más responsable...

Entrevista 6:

... De ser la mayor...toda la responsabilidad de atender a mis hermanos los más chicos también a los grandes, hacer comida, lavar ropa, no porque mi mama fuera floja, nunca lo fue ni lo será pero ella tenia que salir a trabajar yo regresaba de la escuela y era entonces ser la mamá cuidar a mis hermanos, siempre, siempre traía bebé en los brazos salía a jugar a ratos y siempre con mi niño en los brazos porque mi mama se tenia que ir a trabajar y yo tenia que hacer la comía y lavar los

pañales y ayudarle en lo más que podía en la casa en lo que ella iba a conseguirnos para comer, al tener esta responsabilidad sentía mucho coraje porque a pesar de todos los problemas mi mamá se seguía embarazando y a mi me daba mucho coraje verla cuando estaba embarazada y alguna vez le reclame que como ella no se encargaba de sus hijos se seguía embarazando, lo que me costo que me lastimara la nariz de un golpe que me dio por haberle dicho eso...

Entrevista 7:

... Por ser la mayor...pues nada más que algunas cosas no son justas como que cuando eres la mayor, tus papas te echan a perder primero contigo y luego lo arreglan con el otro y pues muchas castigos, muchos regaños que me tocaban a mi ya no le tocan a mi hermano y ¡no es justo!, nada más porque soy la mayor...

Entrevista 9:

... De ser la mayor...hay pues en parte se siente mucha responsabilidad, no se yo siento responsabilidad , porque te digo cuando nació mi hermana yo tenía 9 años, iba a cumplir 9 años de hecho, pues mi mamá pierde su trabajo como al año pero yo en ese año en ese lapso, ¡hay mi hermana para acá!, yo llegaba de la primaria, ya cuando corren a mi mamá yo empiezo a cuidar a mi hermana, o sea yo llegaba de la primaria y era de que mi hermanita para esto y yo le preparaba su mamila y la bañaba, bueno siempre y cuando con ayuda de mi abuelita, y como desde ahí le empecé a agarrar cariño y yo digo que si es mucha responsabilidad porque hasta la fecha todo lo que hago o digo ella lo imita, hasta la fecha, y por ejemplo en cuestiones de la escuela para las matemáticas yo nunca he sido muy buena y como a ni me gustan a ella tampoco entonces le da una flojera y ni modo, así a veces que los quebrados o esto, pues me tengo que poner a estudiar para enseñarle a ella porque en la escuela de plano a su maestra como que en si tampoco le entiende muy bien, entonces yo siento responsabilidad porque como mi mamá ya esta enferma el día que falte mi mama pues la única que va a cuidar a mi hermana pues voy a ser yo y pues por eso no se, por eso digo que si es así como feo ser la mayor, no me gusta....

Entrevista 10:

... De ser la mayor...¡huy!, como que es mucha responsabilidad porque si como que tienes que proyectar tus hermanos cosas buenas, o sea como que mayor responsabilidad de ser la mayor, yo misma, que me lo digan mis papas tal cual no, pero si me dan ciertas ideas, ¡échala ganas porque tus hermanos ven en ti!, y no se que tanto, pero así que me hayan dicho, así, implica mayor, no, mayor responsabilidad no tan explicito me lo han dicho....

Entrevista 12:

... De ser la segunda,..la primera hija... pues no emoción simplemente que lleva uno más responsabilidad eso es, eso es lo que yo siento que uno tiene que tener más responsabilidad porque aunque ellos ya están casados, siempre vienen y me preguntan o sea siento como la responsabilidad de seguirlos apoyando, o sea a la mejor no económicamente pero moralmente....

Entrevista 16:

...Ser la mayor...no me gusta porque cuando yo era la única no había ningún problema o sea de hecho todo me daban a mi, pero ya cuando nació mi hermano ya como que, más bien me mandaban a cuidarlo a que viera que tenía, porque mi mamá trabajaba y no me gustaba estarlo cuidarlo, me molestaba que me hablaran para ir a cuidarlo, para darle la mamila o cosas así, pensaba que no era mi responsabilidad que yo no tenía que hacerlo, me enojaba, tenía.....como 9, 8 años, no me gusta por eso porque como que te dejan la responsabilidad de y más a mi como mi mamá trabajaba, de cuidarlos, de ver que hacen y de todo eso, siempre ha sido así....

Entrevista 18:

... De ser la mayor...pues no me agradaba porque tenia que cuidar a los mas chicos, recuerdo que estaba yo chica y en estos tiempo de diciembre mi mama: -¡andale parate a la leche!- y hay iba yo temblando así bien y pues no, yo así con un vestidito ahí, no recuerdo arroparme como ahora me arropo y yo temblaba y yo iba corre y corre ala leche, y: -¡estate con el niño!, o con la niña porque voy a salir- yo estaba durmiendo bien rico y oía que estaba chillando la niña, ¡como si fuera mía!, sí, yo cargue con esta como esta como responsabilidad, y ya yo estaba con la niña y yo tenia sueño y recuerdo que la niña que quería que jugara con ella, o mis hermanos: -¡llevales a la escuela!- yo los llevaba a la escuela o este cuando teníamos algún, por ejemplo cuando iba yo a la escuela que tenia que estar mi mamá nunca estaba, nunca, nunca se apareció es que tenia más quehacer que: -¡hay es que tengo quehacer!- o venos a ver mas pus vamos a bailar, -hay no, no-siempre el quehacer para ella, hasta la fecha, con ninguno, a mi me gustaba decía ¿hay!, hasta incluso en la salida de mi, recuerdo que en la salida de sexto de mi hermana yo me pare junto a ella porque mi mama como que muy o sea como que mi mama es muy indiferente muy fría, no, no le tomo, a esas cosas no le tomo...

Entrevista 19:

... Soy la más chica en mi familia...ahora experimento el sentimiento y la emoción de decir que poca abuela me dejaron un paquetote a veces me da mucho coraje haber sido la chica, porque ahorita en este momento desde hace años soy la responsable de los gastos de mi casa, de absolutamente todos los gastos, llega un momento en el que me canso, no me canso de pagar, si no me canso de trabajar, no, me canso de que a veces también no se entienda, no se comprende de que el trabajo que realizo nada más es sentarte con el otro y a ver cuéntame un chisme no, por que no se contar chismes y eso no me gusta que sean tan incomprensivos de alguna manera o que tengo el derecho a divertirme y tampoco se entienda como que hay tu debes de estar en tu casa un momento no, y como mis hermanos los dos se casaron a la misma edad a los 22 años, pues de alguna manera yo rebase el limite y desde que mi hermana se caso se quedo en un 100% los gastos hacia mi, o si no al menos en un 50%, si se quedaron, pero de repente digo siendo la más chiquita, la que tiene que arreglarle las broncas a los hermanos, la que tiene que apoyar a la mamá y dices a mi quien no, por ejemplo a mis hermanos mi hermano tuvo hace años un problema fuerte de pareja, entonces se mueve la situación económica, es una infidelidad le quitan el trabajo, entonces nosotros los apoyamos de alguna manera por mis sobrinos económicamente, en la despensa, de que no les falte esto no, entonces si no era solucionarles, al menos si que no carecieran lo que al menos yo carecí y con mi hermana pues a veces también tenia esas broncas con su pareja o los gritos con los niños y era así como que ¡hay, habla con tu hermana!, entonces ahí voy yo de sonsa y hablaba con la hermana no, o la cuestión económica de consígueme dinero, préstame dinero, y entonces como que esas son las broncas que ellos han tenido, o platicar con los sobrinos, siempre ha sido como que en lo que me he establecido con ellos...De pequeña ser la más chica...pues de alguna manera si sentía bonito, porque al menos mi papa me apachaba aunque era, un poco ambivalente porque no me gustaba como trataba a mis hermanos con ellos peleaba demasiado y con migo no, empiezo a los 16 años a hacerme cargo de los gastos y bien casi en un 100 abra sido hace como 4 años, en este momento si siento mucha carga sobre mi....

Entrevista 21:

... Soy la mayor emoción...hay no siento que es mucho compromiso para mi ¡hay!¹, no se como que todos, uno antes como que la responsable de mis hermanos era yo porque cuando nos cambiamos para la otra casa, bueno para acá al estado de México este, mi mama empezó a trabajar entonces siempre yo era la responsable de mis hermanos, siempre yo tenia que estar al pendiente de ellos que comieran, que hicieran la tarea, pero, bueno a mi no me gustaba eso porque a mi nadie me ayudaba ¡hay!¹ yo siempre les tenia que estar ayudando, yo creo que siempre he sido de muy mal genio, entonces yo creo que si me enoja tener esa responsabilidad porque ahora se que no me corresponde no, pero por ejemplo me enoja porque a la mejor también por eso no me puedo llevarme bien con mi hermano porque como a mi me dejaban la responsabilidad pues yo sentía que tenia que aprovecharme de eso no, entonces yo regañaba mucho a mi hermano o de repente si nos peleábamos y eso, igual con mi hermana a veces o sea

que me llevo bien con ella, de repente por eso mismo de que de repente luego hasta llegaban a decirme que yo era su mamá porque yo los, yo luego les daba de comer y los atendía por ejemplo, entonces siento que no se si me enojaba. A veces si me aprovechaba de eso, pero no siempre he porque como que yo siempre he sido más débil que mis hermano¹, bueno yo digo, como de fuerza, es que mira por ejemplo de repente mis hermanos se pelean así a golpes no, y cuando estábamos más chicos igual me agarraban a mí pero a mí nunca me ha gustado pelearme entonces no se si no les quería yo pegar o aprovecharme de eso, pero no se como que siempre¹ me terminaban pegando a mí, me aprovechaba por ejemplo de que los regañaba o que les decía o sea yo les exigía que se pusieran a hacer las cosas...

¹ Ríe

Entrevista 22:

... Soy la mayor... ¡hay pues!, quisiera tener un hermano más grande, no se para que, bueno antes quería tener un hermano más grande para que no se luego me ayudara así con algún problema o algo y luego es que siempre me dicen: - tienes que darle el ejemplo a tu hermana- así como por ejemplo yo le ayudo a ella, yo también hubiera querido que alguien me ayudara a mí, un hermano, no se pues porque nunca tuve un hermano¹...

¹ ríe

b) la pequeña

Entrevista 8:

... De ser la más pequeña, ¡hay!, pues a veces alegría y a veces coraje¹, porque es uno, bueno yo soy la más pequeña y tengo como que, de parte de mis hermanos, como que me protegen mucho, como que me cuidan mucho y a veces me gusta y a veces no me gusta, me fastidia que me cuiden tanto, no se...no me gusta mucho, a veces, a veces si. Cuando me gusta me siento orgullosa, o sea bueno me gusta que lo hagan o sea, obviamente depende de situaciones, el que le guste a uno que lo cuiden, entonces cuando eso sucede me siento orgullosa, pero algunas otras cosas que quiero hacer o quisiera hacer y no puedo, pues entonces ahí es cuando me da mucho coraje...

¹ suspira

Entrevista 11:

... Soy la cuarta de mi familia nuclear de 5, pues mira la verdad desde que eso lo que es si real y hasta la fecha es que mi mamá siempre se ha inclinado más por ejemplo por mis hermanos los dos más grandes porque fue mujer y hombre y por el más chiquito por ser el más chiquito, o sea como que las quedamos en medio fuimos nosotras dos, entonces como te digo, a la fecha, mi mamá ¡hay que mi hijo!, y todo eso, yo creo que de chicos pues no lo entiende, como ahorita, yo ahorita si lo entiendo y es que es real o sea a lo mejor yo no tengo dos hijos, pero a lo mejor no vamos a querer a los dos hijos igual, tan solo porque desde un principio empezamos a ver que son diferentes, pero yo creo que de chica no sentí eso, ya de que será como después de los 9 o 10 años, como que si se empezó a percibir un poquito más de que mi mamá si tenía más inclinación por los hombres, a mí si me daba mucho coraje...

Entrevista 13:

... Soy la última, yo creo que me siento bien porque con mi hermana, bueno soy la última en nacer, pero de edad pues mi hermana y yo somos las últimas (son gemelas, las hijas más pequeñas de la familia), no me siento mal porque con mi hermana, ¡hijole!, no me pueden quitar a mi hermana un ratito porque ya estoy, fíjate cuando no está mi hermana y nada más estas mis hermanos ósea todos me quieren bombardear y si te sientes así como que ¡hijole y si no estuviera mi hermana!, has de cuenta que siempre me están diciendo ¡hay es que tu siempre te enojas de

todo o a veces mi hermano me esta molestando y me dice una que otra cosilla, o me manda algo, le digo ¡no pues sabes que a mi no me mandes! Y ya me esta gritando, y con mi hermana, si esta mi hermana pues ya como que se compensa eso, pero si no esta ¡hijole!, si es como que yo solita que hago contra ellos no, pues porque siempre me han catalogado como que yo soy la rebelde, a veces si es así, a veces ni uno dice nada y ya te están...pero pues si a sí me siento, como que a veces si no esta mi hermana me siento mal, pero si esta ella se compensa todo....

Entrevista 14:

... De ser la única, la niña bonita, la consentida...por un lado me siento bien pero por otro mal, porque por ejemplo mis tías y todo, estoy así como que muy sobreprotegida, porque digo, o sea todos me ponen atención a mi que si hago, que si no hago, que si esto y que si el otro, y yo por ejemplo o sea yo tengo varios amigos que su familia rara vez saben donde andan y todo y por ejemplo yo les digo, no, por ejemplo ahora que me quede otro año en la prepa, era así como que a mi se me venia el mundo encima porque yo sabía que no nada más iba a ser el regaño de mi mamá como en muchas familia, o sea iba a ser el regaño de mi mamá de mi tía, de mi otra tía, de mi otro tío, de aquí, de aya, o sea de toda la familia, porque la familia es muy apegada o sea muy, muy, apegada, entonces, si me siento bien, porque por ejemplo, todas las cosas son para mi, por ejemplo ene le caso de mi mama, pero también a veces me dicen quisieras tener un hermano y yo, pues sí, porque finalmente de niña siempre fui solita, siempre y siento que ese fue un factor que por eso yo era así como que muy finita....

Entrevista 15:

... Soy la tercera, no me considero la menor, no, definitivamente no¹ (Gemela, la primera en nacer, pero son las ultimas hijas de la familia). Me siento...a no pues perfecta porque pues a parte de que soy de las que consienten más y casi no tengo problemas con nadie¹ entonces estoy feliz de la vida en esta posición...

¹ Ríe

Entrevista 17:

... En mi familia de origen, mi madre tuvo también otro hijo antes que se casara con mi papa fue madre soltera, duro 14 años creo (ella era la hija única de la familia porque se acaba de enterar que tenia un hermano) y no me sentí, no creo que aya cumplido el rol de hija con mi mamá hasta ahora porque siempre fue su marido y su hijo y yo no ocupe un espacio pues en su vida, no, siempre me sentía rechazada por ella...

Entrevista 20:

... De ser la más chica...pues yo me siento bien porque pues mis papas me han trato muy bien, mi hermana pues también, nunca he recibido un maltrato por parte de ninguno, aun dentro de la familia en general, pues hasta ahorita que nació mi sobrina la mas chiquita fue así como que el desfalque no, todo el mundo me decía, ¡hay ya te quitaron de tu trono!, siendo que tenia sobrinos más chicos que yo pero siempre ha sido una relación más estrecha con mis tíos...

Entrevista 23:

... De ser la pequeña...pues a veces así como que me cuidan mucho, creo que si me gusta, no lo se, no me gusta tanto que me cuiden mucho porque hay veces que te sobreprotegen, pero esta bien creo...

Entrevista 24:

.... De ser la ultima.... Pues de en cierto modo si me sentía yo privilegiada porque por ejemplo cuando había de que mi mama tenia que salir y se quedaban todas mis hermanas me llevaba para que lo peleara y yo pues me sentía bien a gusto porque no hacia nada¹, mis hermanas se quedaban pues a barrer a lavar los trastes a trapear y yo no hacia nada inclusive les cuento a mis hijas, que yo siento que yo, nada mas me acuerdo de haber tenido que hacer en mi casa era lavar

los pajaritos, ¡odíe lavar los pajaritos! por eso no tengo pajarito en jaula, pues nada mas yo me acuerdo de eso de soltera, ya que trabaje, nada mas era atender lo mío, yo me lava yo me planchaba yo me cosía, porque ni siquiera era yo para, tendía mi cama eso si cuando salíamos a trabajar ya la recamara quedaba levantada completamente recogida y la cama hecha los olanes arriba de la cama, nada más para que llegaran sacudir la reja porque ni eso hacíamos, bueno yo, yo ni eso hacia, hasta cierto punto me crié como hombre porque no hacia yo nada en mi casa, me hacia sentir privilegiada porque otras compañeras de trabaja o tenían que llegar a ayudarles a sus mamas y yo nunca. ...

¹ Ríe

Entrevista 25:

... La mas pequeña...pues se siente padre no, pero a veces así como que me llega a desesperar porque luego no me dan la misma libertad que a mi hermana, me hace sentir mal, porque me siento luego muy sobreprotegida, enojada no, porque luego yo digo ¡hay!, tampoco soy una persona que les pide muchas cosas, bueno en cuanto a permisos, asid e que déjenme Salir, o sea tampoco, y cuando me dejan pues siempre me comunico con ellos no, le digo no pues estoy en tal lugar y voy a llegar a tales horas a la caso o sea tampoco me paso así de, nunca he llegado así de, pues si a las dos a mi casa y si llego tarde pues ya mejor en ese caso mejor mis papas van por mi en caso de que haya ido a una fiesta no, rara vez me han dejado quedarme en esa casa no, pero siempre ha habido como que problemas, no me agrada porque digo, porque no me dejan salir, cuando a la edad, a la edad que yo tengo y lo comparo con mi hermana por ejemplo y lo comparo con mi hermana o sea ha tenido mas libertad, entonces si me da mas coraje, no se porque¹

¹ Ríe

Las responsabilidades a las que se enfrentan las entrevistadas al ser la hija mayor y las limitaciones o cuidados excesivos que experimentan las hijas menores o únicas, han metido a las entrevistadas a una dinámica emocional en la que el enojo predomina, porque voltean a ver a su hermanos, primos o amigos y se dan cuenta que ellas no tienen las mismas responsabilidades, libertades o privilegios que pueden llegar a tener los demás, quedando en desacuerdo con lo que les tocó vivir, un rechazo a como viven las mujeres; cultivando frustración por no tener lo que se desea.

CARACTERÍSTICAS DE LA MENSTRUACIÓN: particularidades que la entrevistada presentar durante su menstruación tanto orgánicas como del flujo menstrual.

- a) color del sangrado: color que presenta el sangrado durante la menstruación
- ii) rojo fresco: cuando el color del flujo menstrual se asemeja al color de sangre fresca, un rojo brillante.

iii) rojo oscuro: cuando el flujo menstrual se asemeja al color de la sangre después de que se seca, un rojo oscuro, quemado con una tonalidad café.

b) coágulos: la presencia de coágulos durante la menstruación

c) periodo menstrual: la duración, presencia o ausencia de flujo menstrual con una periodicidad considerada normal, esto es entre 21 y 35 días.

d) síntomas de la enfermedad: los síntomas que presentan las entrevistadas debido a la Dismenorrea.

A continuación se presentara lo que las entrevistas reportaron como las características de su menstruación en los siguientes párrafos.

Entrevista 1:

...Soy muy exacta, exactísima y del día que me toca, puede que sea un día antes o un día después, no a bueno, nunca es después, siempre es un día antes o el mero día que me toca, pero en la mañana, en las mañanas siempre, entonces este y por lo regular me dan cólicos pero el primer día nada más, las primeras tenía cólico, porque ya después en la secundar no, en la prepa, ya nada más fue el último año, me dolía mucho, luego me decían que ya no comiera tanto irritante o que el limón, pero pus eso no se me hace nada lógico. Empiezan otra vez los dolores como a los 17, y nada más es el primer día, en la parte baja del abdomen, pero como que de repente me duele nada más, más...yo le digo a mi mamá, es que hoy me duele este ovario³ y al siguiente mes: ¡hay⁴, me duele el otro!¹, entonces...nada más por partes y si, la cintura⁵, si como que no me puedo ni sentar o ¡hay me duele!, a veces me duele la cabeza, me da hambre. La sangre es de color rojo, los últimos días hay coágulos... y además no duro mucho, a lo mucho duro 4 días excesivamente...

¹ Rió

³ La entrevistada se toca con la mano su vientre bajo de lado derecho

⁴ La entrevistada se toca con la mano su vientre bajo de lado izquierdo

⁵ La entrevistada toca con sus dos manos la parte baja de su espalda.

Entrevista 2:

... Me duele mucho, mucho, pero mucho el vientre, me duele así con ganas de pegarme, retorcerme¹, a veces si se me llega a inflamar, nada más. Antes de que valla a empieza a reglar como que me empiezan porque como que como que me duele el estomago, un día antes, entonces me duele el estomago y ya al siguiente en la mañanita temprano, pues ya, como que es intermedio porque yo siento que me duele el estomago, no se como punzadas así como que me siento así rara, y ya después ya sigue todo, pero por ejemplo me pongo triste y luego todavía los dolores, no se me dan ganas de ¡ahorcar a alguien!¹, y así me duele toda una semana, el dolor va disminuyendo, el día que me tengo los dolores más fuertes esta entre el primero, segundo y tercer día, mi menstruación dura una semana.... Si como limón el sangrado es de color oscuro, como que se corta tantito luego se me olvida y es obscura, cuando no como nada y es normal pues rojita, rojita, brillante, un color bonito, a veces hay coágulos....

¹ Rió

Entrevista 3:

... al principio puro cólico ya después a los 17 fue yo creo que se me bajaba la presión, no se, fue el primero, primero, que nada más me acosté, de hecho ya no me tomaba la Sincol, cuando me dio el primero más fuerte ya no me tome la Sincol, me tome una que se llamaba Comel que supuestamente era más fuerte, entonces me la tome y me acosté y pues ya se me quito, y ya sabes que el té de canela y de orégano, no se que más tes me daban pero no se me quitaba, o sea ya después no se unos 4, 5 meses me seguía dando así fuerte, me tomando el Sincol pero todavía lo soportaba ya no me tuve que acostar la segunda recaída muy fuertísimo, tenía ya casi 18 años, algo así, primero o sea me empezó a doler fuerte, me tome la pastilla, no se me quito, empecé a trasudar, me sentía así muy mal, después... ¡ha! porque fue cuando estaba trabajando en la tienda, cuando no hice nada, como era de mi tía le hable a mi mamá, le dije:-sabes que ven por mi porque yo sola no se si llegue a la casa¹-, estaba mareada, tenía muchas nauseas, vomite, este te digo porque empecé a trasudar, la vista se me nublo completamente, ya llego mi mamá y me fui con ella a mi casa, llegue y pues ya igual la pastilla ya me la había tomada, y me quede o sea con lo único con lo único que se me olvidaba y se me calmaba era dormirme entonces lo único que quería era dormir, y ya por eso mi mamá fue por mi, y ya llegue a mi casa y me dormí, y si ya después se me paso, pero esa fue la primera vez que me dio así totalmente fuerte, después de ahí en adelante igual otros meses pasaron y me seguía doliendo así muchísimo, era cada mes que me dolía muchísimo, este, la tercera recuerdo que fue cuando se caso un tío por el civil, primero se casaron, hicieron toda la fiesta y todo y no se casaron por el civil se casaron como medio año después, y así un día vamos a casarnos ya, porque necesitaban el papel, me hablaron:- no pues sabes que si vas a firmar de testigo-, -no, si-, yo estaba bien, o sea todavía no me, has de cuenta me hablaron en la mañana y me baja como a la 1 y la esta era a las 3, entonces ya me fui y este fue con mi mamá toda la familia ahí estaba y a la hora de firmar ¡te lo juro parecía de telenovela² que yo quería impedir la boda! o no se, me empecé a marear, me puse toda amarilla, igual a trasudar, la vista nublada, ahí si fue esa fue la única vez que por poco y si me desmayo ya faltó muy poco para desmayarme y me empecé a tambalear, la vista nublada, nada más firme y me salí porque ya no aguantaba estar ahí y ya le dije a mi mamá, íbamos caminando como no esta muy lejos mi casa de la presidencia, íbamos caminando, me tuve que regresar en taxi porque no podía caminar, ya llegue a mi casa y me tome las pastillas, ahí ya me tomaba 2 porque con una ya no se me quitaba, Comel, y pues ya no, me dormí y ya se me paso y ya o sea después de que dormía despertaba y seguía sintiendo el dolor, pero ya podía estar caminando, ya podía estar bien, esa fue la tercera, así la peor que me dolió, ya después igual, pasaban los meses y cada mes el dolor...A partir del tratamiento, era por lo regular 3 días el primero era igual cafecito, el segundo como que seguí siendo como rojito, era muy poquito con rojo vivo y otra vez café, el sangrado disminuyo, antes del tratamiento el flujo no era mucho, no te puedo decir hay me sangraba pero si era abundante, hubo coágulos durante el tratamiento normal, pero ovinamente muy poquito, ahorita, es que siempre ha sido así el primer día cafecito, cuando era 5 el segundo y el tercero era así más rojo vivo, cuando eran de 3 el segundo nada más, y ya al final el tercero y el cuarto era cafecito otra vez, y cuando era nada más de tres el tercero era más cafecito, ahorita mi ultimo periodo fue de 5, hubo coágulos pero no así muchos, los coágulos fueron más en el segundo en el tercero, el dolor fue mínimo en le primer día... Nada más el primer día me dura el dolor, pero mas corto los, no se empezaba en la mañana, me dolía no se al medio día una media hora, tenía que estar así descansando 40 min., hasta una hora y ya en la tarde me volvía a doler pero ya menos, o menos dolor o menos tiempo y ya al segundo día ya nada. Ahora ya nada más fue una vez pero si me duro más tiempo... Si siempre he sido regular en mi ciclo menstrual...

¹ Rió

² Sonrió

Entrevista 4:

...Cólicos muy fuertes, dolor en el vientre bajo y los piquetes así de ¡crac!, inflamación, así tremenda, y si mucho dolor, de doblarte, de no puedo¹, nunca me había pasado hasta apenas precisamente este ultimo periodo el dolor en la cintura que ¡no lo aguantaba!, no lo aguantaba, era

un dolor como si no se hubiera hecho mil abdominales o no se, un dolor en la cintura que no me aguantaba, fue esta ultima vez, no se, nunca me había pasado, siempre eran como que los cólicos, me duraban por decir el primer día, eran los más fuertes, ya el segundo día como si nada, perfecto, pero ahora no, este ultimo periodo fue, como 15 día antes empezar a tener cólicos leve, yo decía ¿pero por que?, 15 día antes y así como que esos 15 día estuve con cólicos, y él día que ya me bajo fueron los cólicos muy, muy fuertes y el dolor de cintura que n aguantaba... El sangrado es claro, no hay coágulos, soy muy regular....

¹ Ríe

Entrevista 5:

... Dolor cólico desde una semana antes, en vientre bajo, inflamación horrible, pero ahí es todo ose es vientre bajo, estomago, todo inflamado, hubo vomito, a mi me duele de la cintura para abajo, piernas, un poco de nauseas a veces. 5 días antes, empiezo más o menos, empiezo con un dolor muy bajito, chiquito, que puedo tolerar sin ningún medicamento, los 5 días sí me la llevo, y después ya que me baja la regla, porque soy demasiado exacta o se me atrasa un día o dos, o se me adelanta un día o dos, porque soy, muy, muy, exacta, entonces ya cuando me baja, ¡no!, pues ya es un dolor que ya o me tomo el medicamento o no me paras, dos días, la regla me dura en promedio 3, 4, pero lo que es el primero y el segundo día si no estoy tomando algo, pa mi es como que ¡ahu!, comencé a menstruar como a los 14, los cólicos desde los 14, desde la primera vez, la sangre es de color rojo...es que depende es bien chistoso, a veces es rojo oscuro, a veces es un rojo más claro y ya final, final, si ya es un rojo como que más tirandole a café, pero es el ultimo día, o los dos últimos días, eso si seguro, hay coágulos...

Entrevista 6:

.... dolor en la parte baja del vientre y mucho dolor en la cadera, pero como que en el vientre sentía que algo se me estaba desgarrando por dentro, mucha inflamación, baja presión. La sangre era de color café oscuro y nada más menstruaba tres días exactitos, el primer día era mucho, el segundo día más moderado y el tercer día casi nada, había coágulos el primer día...siempre fui muy irregular...

Entrevista 7:

... ¡Me duele mucho!, en vientre bajo, inflación mucha, dolor de la cintura, diarrea a veces, baja de presión, los síntomas duran los tres primeros días de mi periodo que son los fuertes, mi menstruación dura 4 días más lo que se rezague, porque de fluido constante son 4 días y ya lo demás son como que los rehuidos, las sobras¹,... Hay coágulos, va de rojo vivo y rojo normal, ¡quien sabe si soy regular o irregular!, es que no llevo la cuenta¹, pero según yo soy bastante regular, porque casi siempre se así aunque no haga la cuenta cuando me va a tocar, lo que si es que se me adelanta cuando tengo sustos o mucho estrés...

¹ Ríe

Entrevista 8:

... Cólicos, dolor en vientre bajo, es variable porque hay meses en que 8 días antes comienza a dolerme el vientre empiezan a darme cólicos, entonces 2 o 3 días tengo molestias y se quitan y hay meses en que cuando ya estoy menstruando es cuando ya me duele el vientre, o sea que es variable. Comencé a menstruar a los 12 años, sentí mucho miedo, porque pues mi mamá no me había explicado bien lo que era o sea yo más o menos sabía lo que era por las amigas, y esto de, ya estaba yo en segundo de secundaria entonces pues más o menos sabía, a lo que platicaba yo con las amigas, pero nunca sabía más afondo entonces cuando me sucedió, si tenía yo así como que miedo, como que estaba yo asustada, dura 3 días, 3 a 4, el sangrado varia hay menstruaciones en que los primeros dos días son muy abundantes y el tercero y el cuarto ya casi no, no soy regular, el primer día cuando me empieza a bajar es sí, como medio cafecito y ya los otros días ya el sangrado es normal es rojo sangre, a veces hay coágulos, me dicen que no es digamos muy irregular que s eme adelanta un día o 2 días, se adelanta, los síntomas son los mismos...

Entrevista 9:

.... El sangrado es rojo oscuro, café, de repente hay coágulos, el primero y el segundo día mi flujo es abundante, tercero y cuarto como que modera, y ya quinto sexto y hasta séptimo y octavo ya era un poco menos, el primer día o el segundo hay coágulos, el dolor los tres primeros días no lo soporto, síntomas: me empieza a doler la columna horrible, de hecho asta el caminar me cuesta un poco de trabajo, y pues el estomago es lo que me duele mucho, mucho, inflamación, de repente este años si me empezó a dar vomito vomitaba como sal, tipo sal o sea agua pero muy sala, muy, muy, salada, la cadera un poco...los primeros 4, 5 años regular, ósea el 28, 28, 28, pero de repente hubo un tiempo que si se me atraso o se me atrasaba 5 días o se me atrasaba 5 días así un año me la lleve, no se porque factor fue eso, empecé a los 16, 17 años no recuerdo cuantos años tenia pero sí, y ahorita pues ya así que me toca ese día o un día me varia nada más yo creo...

Entrevista 10:

... cólicos, y como que en la espalda, baja, inflamación en los pechos a veces pero no es muy raro, y en el vientre, en el vientre si más y empiezo a sentir lo cólicos como 3 días antes de que me baje y el primer día si me dan muy fuertes de hecho cuando era más joven bueno más niña, llegaba a vomitar de los dolores. Básicamente el dolor en el vientre bajo y en la espalda, 3 días antes y el primer días, el primer día con mas intensidad no aguanto, hay veces en que si no me levanto de la cama, los tres días es entre momentos, son esporádicos, todo el día no, pero 3 días, e l primer día es desde que ya comienza o sea me empieza a bajar y ya hasta el siguiente que pasan casi las 24 horas,... Color de la menstruación rojo, es que es como oscuro, es que no siempre, por lo regular es cuando inicio o cuando ya voy a terminar esa coloración, pero después ya es normal, oscuro, casi es por lo regular casi al final ya cuando voy a terminar, es rojo quemado como cuando se seca la sangre, como cuando te sale sangre de loa nariz, así...Soy irregular, ahorita ya soy medio regular, porque si te acuerdas que te dije, que de hecho hasta fui al doctor y me dieron pastillas, pero ahorita pues si soy, no regular 28, no, pero ahorita a partir de que seguí mi tratamiento no he dejado de reglar, antes si... Mi periodo me dura 5 días, 6 días, si hay coágulos peor no muchos...

Entrevista 11:

...Ahorita por ejemplo fue muy raro porque generalmente yo se que ya me toca porque empiezo con el cólico, con él por ejemplo dolor así como en el vientre y dolor en las piernas a veces, pero por ejemplo esta ultimas vez has de cuenta que me agarro por sorpresa o sea ni sentí nada y ya cuando me salí, de hecho, si porque se me adelanto 2 días pero has de cuenta que sentí el dolor nada más a ver que fue el primer día y ahorita ya, te digo generalmente, ahorita ha sido como que más tranquilo pero hace 2 meses, fue así como que ¡hay, no, terrible!, de que te digo te duele que hasta te duele como la cintura y te duele, pues todo a mi hasta desde uno o 2 días antes hasta como por el tercero y cuarto día, las molestias si como el segundo tercer día , ponle tercero, me duran , pero empiezan dos o un día antes o un día antes, pero muy, muy fuerte la verdad y todo y las piernas, a veces me duelen hasta las piernas... Generalmente la sangres es como rojo oscuro y han sido muy raras veces como rojo brillante, si hay coágulos, algunas ocasiones más que otras pero por lo general si...

Entrevista 12:

.... La sangre es de color rojo brillante, no hay coágulos, era regular, hasta como los 30 años, fue regular, se me atrasa ahora, se puede decir que uno o 2 días o sea siempre era de cada fin de mes casi, o sea cada 28, pero ya después empezaron las irregularidades porque ya se me adelantaba un día o alo mejor ya no eran los 28, eran 30 días los que ya menstruaba, después el dolor fue en aumento, yo me acuerde que desde por los 20 años, 22 años, eran más fuertes, ahorita ya es menos pero porque me dieron un tratamiento. Síntomas...me daba mucho dolor en le vientre, me ponía muy temblorosa, sudaba frío, se me revolvía mucho el estomago ósea así como mucho, mucho escalofrió... dura 3 días la menstruación, el dolor nada más el primer día y el ultimo...

Entrevista 13:

...Color...los primeros dos días es rojo vivo y ya los demás porque me dura 5 días entonces los otros 3 días se vuelve normal y es menos. En los primeros dos días hay coágulos, ya después ya no, soy irregular, se me por lo regular se adelanta, cuando se adelanta hay menos dolor... Síntomas..., cólicos, dolor de espalda, dolor de pies y de cintura, ¡hijole!, son los que me matan y la sed...

Entrevista 14:

... Síntomas...o sea me inflamo horrible, vientre bajo, y siento atrás las molestias de esta parte de aquí, en la cadera así como que, ¡hay,no!, muy feo aquí, en esta parte de aquí, o sea el vientre bajo y se me inflama mucho, o sea depende porque hay ocasiones hay periodos que no me baja tan mucho, bueno en mucha cantidad o que se me retrasa más días y menos días o así depende por ejemplo me duele mucho, cuando se me retrasa 15, 20 días , o sea me duele así para que me baje²,... la sangre, pues depende a veces es rojo así, es como a veces es como rojo intenso, así como brillante y a veces como que quemado, como que pinta café. La regla me dura como 3 días y medio por mucho 4 días pero, casi 3, siempre, si hay coágulos pero casi nunca, creo que cuando hay coágulos es menos el dolor y cuando es rojo brillante hay más dolor que cuando es café... nada mas es el primer día o sea no me dura los 3 días, nada mas es al ratito, por ejemplo si me baja en la mañana, me duele en la mañana y en la tarde ya no tengo cólicos, pero por ejemplo esta vez me bajo ayer y hoy en la mañana todavía tenía el vientre muy inflamado y todavía tenía cólicos, no tan fuertes pero si estaba el dolor ahí,...

² se pone derecha, un poco hacia atrás.

Entrevista 15:

.... Síntomas...cólicos, el dolor, y el dolor de espalda y cintura, durante el periodo, me dura 2 días el dolor, nada mas son el primer día, el segundo día con dolor todavía un poco de cólicos, y dolor de espalda y de pies, ya los demás días son así como que no tengo nada, mi menstruación es de 5 a 6 días, la sangre es rojo, a veces hay coágulos, soy irregular...

Entrevista 16:

... Síntomas...el primer día me duele horrible vientre bajo, inflamación, dolor en la cintura, en las piernas, vomito, el primero y el segundo día, el día con más intensidad el primero...me dura 7 días la menstruación, la coloración es rojo normal, si hay coágulos, son irregular, si he dejado meses sin menstruar, algunas veces he visto que por años no menstruaba en una mes y ya después si, pero siempre ha sido un mes que no, no siempre es así, cuando pasa eso el dolor es igual, siempre ha sido con la misma intensidad...

Entrevista 17:

... mucha hinchazón en la piernas me inflo como globo como sapo, dolor en la cintura, me duele la cabeza, baja de azúcar hipoglucemia, malestar o sea ando molesta, irritable, hay dolor en vientre bajo,... mi menstruación últimamente s de color rojo, y al ultimo sangrinoaniento, o sea cafesosa, si hay coágulos, hay meses, mira yo siento que cuando óvulo del lado izquierdo son los dolores muy intensos y cuando óvulo del lado derecho son tolerables o sea hasta a veces pasan desapercibidos, pero el lado derecho me basta, hasta hace poquito digamos que como 7 meses ha sido muy exacta porque era muy imprecisa, he sido muy exacta y 3 días y duraba 7 osea que es una maravilla, ya voy, ya voy, si fui muchos años irregular, pero toda mi vida, antes el sangrado duraba 7 días, abundante, ahora es abundante pero 2 días y el tercero ya voy en camino, los cólicos me dan antes de menstruar, como una semana de incomodidad y como el mero día que me va a bajar ese día es de que se acentúan hasta que aviento el primer chorro y ya, y al final yo se el día que ya no voy a sangrar nada inclusive ya ni me pongo cotex, porque me da un pequeño cólico y ya...

Entrevista 18:

...Mi menstruación ahorita ya me cambio, porque yo duraba 3 días, el primer día mas o menos, el segundo día ¿bastante!, el tercer día pues un poco menos, ya hasta el cuarto veces ya casi no, y ahora ya no, por ejemplo unos 15 días me dan unos cólicos, así ¡huy!, me duelen mis ovarios, unos 15 días, ya después ya me empieza a bajar ya, ya, me dura un día y medio, primer día todo mucho, el otro bien poquito. La sangre es de color rojo normal, con coágulos, siempre desde que empecé yo me recuerdo que así siempre he sido. Pues casi no me dolía ya hasta últimamente, bueno como a los 20 años, o sea me dolía, lo que me dolía era mucho la cintura, antes no recuerdo, yo digo que después que me case, bueno que tuve mis bebés, como que me empezó a doler más, me duele mucho, a veces me duele mucho todo mi estomago, luego no puedo, lo hasta

me tenía que doblar porque no yo sentía que así se me quitaba, vientre bajo, hay ¿ocasiones en las que me dolía las piernas bastante hasta para caminar, la cintura, hasta parte de la espalda, así como que se me recorría para arriba, ¡hay!, yo sentía así, y ya yo sentía, me tenía que poner un short para que me apretara, o sea me apretara mi estómago, y así entonces apretándome ya como que se me quitaba un poco más. Yo siento como que vomito y siento asco así como que, luego me siento así como mal, así como desguanzada como mal, así que, pues no se, así, si así como que, pero digo yo sola me doy ánimo, yo siento que si me apuro rápido siento que se me quita, no, no se¹. A los 20 años solo era dolor de cintura. Es que también cuando me junte ya estaba embarazada², yo creo ya lo tuve a los 27 años, a esa edad comienzan los síntomas más fuertes... Soy irregular siempre he sido irregular, si he dejado de menstruar meses, porque he tenido, tenía yo quistes en los ovarios, y dejaba a veces mes y medio, casi los dos meses...

¹ Ríe

² Aplaude

Entrevista 19:

...ha sido tan variante eso con migo que de repente me pueden dar muchos cólicos a veces puede pasar dos años que tengo síndrome premenstrual y a veces de plano no tengo ningún síndrome premenstrual, si no nada más ese día que empiezan los cólicos es porque ese día va haber algo, me varia pero grueso, porque sufro de trastornos hormonales, no soy regular, se atrasa, se adelanta o no llega, cuando se atrasa o dejo de menstruar si hay mas dolor, hasta eso si hay o sabes que, también lo que pasa es que el síndrome premenstrual es más largo me dura 15 días, entonces los 15 días estoy así como a ver, a ver y nada entonces cuando supongamos que 3 meses que no menstruo el síndrome es más largo todavía mucho más largo. Premenstrual...cólicos pero no tan seguidos, el mismo dolor, los senos, hay dolor, me pongo de malas, me pongo muy chillona y nada más, cuando es así 15 días antes, cuando es cada mes que menstruo son aproximadamente, puede ser una semana o 5, o 4 días, duran hasta que empieza la menstruación a veces es que es súper variable, el primer día que menstrué también hay dolor, ese si es de ley, cuando hay menstruación, menstruación de ley, el primer día y curiosamente yo creo que el último o el penúltimo es en donde me da más fuerte, mucho más ya se que cuando me da ese cólico tan fuerte es porque me va a durar un día más y después ya nada...Dura te puedo decir actualmente si dura como 3 o 4 días, muy poco, si porque cuando empecé a menstruar me duraba 5 días o 6 días y después menstruaba hasta 3 veces por mes y en esas tres veces por mes menstruaba 4 días, entonces a sido tan así...

Entrevista 20:

... Síntomas...como tirones en le vientre, inflamación, dolor de piernas poco, lo que es la parte de la cintura, atrás en la espalda dolor y el busto también me duele mucho, los síntomas me duran como una semana antes de que empiece a reglar, la semana continua, hasta que empiezo a reglar, ese día se quita el malestar, los días más fuertes son ya días antes de comenzar, no se uno o días antes...Color de la sangre...rojo normal, con coágulos, si soy regular ya tiene como 2 años que ya ha sido regular mi periodo, porque si al principio era muy espaciado, la hemorragia me duro alrededor de 15, 20 días, me dieron Hierro y unas vitaminas para regular, di me ayudo de hecho me cortaron, bueno los malestares fueron ya más, disminuyendo más rápido, igual me duro pues relativamente poco tiempo...

Entrevista 21:

...Antes la sangre era de color más cafecito o sea no era roja, o era rojo así como muy opaco, si había coágulos. Ahora es un poquito más como rojo brillante, como brillantito, pero a veces siguen saliendo coágulos, ya no café, ahora si soy regular antes no....Antes...era más el dolor, síntomas, me dolía mucho, mucho, mucho el bajo vientre y la cadera atrás, inflamación. Los síntomas duraban siempre fue el primero y el segundo día de la menstruación, bueno es que siempre el primero y ya es a veces si el segundo... La menstruación me dura 5 días no ha cambiado, pero por ejemplo antes, antes me salía, mucho, mucho, mucho y ahora aunque solo 5 días no es tanto.... Antes no era regular ahora casi si, era muy, muy irregular porque de repente podría menstruar dos veces al mes o de repente podía tardarse o, pero si, ósea se adelanta o se atrasaba, era lo mismo

de dolor solo que ya después o sea conforme pasaba el tiempo me daban más fuertes, fue aumentando yo creo que cuando entre ala prepa que tenia como 15 años, como 14...

Entrevista 22:

... Síntomas...el primer día sin me dan muchos cólicos, dolor en el bajo vientre, en espalda baja, lo que es cadera, ¡hay no!, y me siento bien mal o sea tampoco me, a veces si me tira a la cama pero así como luego yo escuchado como 3 chavas que no se pueden levantar, pues no tampoco, pero nada más el primer día, los demás ya no... la menstruación es de color es como rojo brillante, como rojo bonito¹, a veces hay coágulos chiquitos, no soy regular, por ejemplo me tardo una semana o 15 días después, cuando hay retraso el dolor es menos... A veces me dura 3 días, cuando soy regular 3, y cuando soy irregular una semana, el sangrado es normal...

¹ Ríe

Entrevista 23:

... La regla me dura por lo regular 8 días, o menos, lo mínimo 7¹, el flujo los primeros días no es muy abundante ya después se va haciendo un poquito menos, desde la primera vez tuve cólicos, síntomas...me dolía la cadera me dolía la espalda, me dolía el estomago, diarrea, los síntomas son como 3 días antes que me dan seguidos, y siguen van pasando no los he, he contado, pero van pasando y ya cuando termina pues ya no tengo, no hasta que termino, no se nunca los he contado, el dolor sigue con lamisca intensidad. O puede ser por ratitos así también, no es todo el día, o sea puedo tener el dolor así por ratos, y ya....Color de la sangre...cafecito, si hay coágulos, no soy regular, dejo de menstruar a veces por meses, a veces 6, si he asistido al ginecólogo, me dijeron que era un problema hormonal, asistí hace como 2 años, si me dieron medicamento me tengo que tomar 15 días una patillita cada mes, son hormonas, si me ha funcionado el tratamiento desde ahí me regule...Desde que empecé a menstruar soy irregular, hasta el tratamiento soy regular, de hecho lo siguió tomando, lo voy a dejar hasta que el doctor me diga, todavía no me da fecha, llevo 2 años tomándolo, cuando dejaba de menstruar el dolor era igual...

¹ Ríe

Entrevista 24:

... Síntomas...me dolía el bajo vientre, ala altura de los óvulos, las piernas y las caderas, dolor, porque sentía yo que era dolor muscular, nada más era dolor...la sangre rojo normal, rojo vivo, no había coágulos, eso ya fue después de los 22 años, siento que fue cuando me daban más fuertes los dolores. Los dolores...pues yo me recuerdo que como a los 14, 15 años, pues casi fue siempre, nada más al principio no me dolio¹, pero después si, no había coágulos ahí, pero a partir como de los 22 años empezaron los dolores más fuertes no cambio la coronación de la sangre, aparecen coagulo y muy grandes. El primer día era, mediana el escurrimiento, pero a otro día era abundante y ya al tercer día también mediano y era realmente me duraba 6 días, 3 días era más, y ya los otros 3 días era más poquito, más poquito hasta que ya no, entonces 6 realmente y eran los que me dolían porque los otros 3 ya no me dolía, nada más los primeros 3 días que eran abundantes. Era el dolor igual los 3 días. Antes de los 22 años no me impedía nada el dolor...

¹ Rió

Entrevista 25:

... La sangre...rojita, siempre ha sido rojita, ha sido como rojo brillante y como 2 ocasiones me ha salido así negro, pero eso era cuando a penas empezaba, eso fueron dos veces y si mi mama me llevo a preguntar que si ahí cuando, si cuando me salio eso, me llevo a doler algo, si que me dolieran si el vientre o eso, le digo no lo normal, yo siempre considere que era normal. En los últimos dos meses que me ha bajado si ha habido coágulos pero mas que nada ha salido pero con mucho flujo...La menstruación me dura así bien, 2 días, luego a partir del tercer día hasta el quinto día como que se va retirando así me sale bien poquito hasta ya el quinto día es así mínimo no, pero

así los días bien son los dos primeros días así que me sale mucho, si soy regular.... Síntomas... pues me duele así mucho, se me inflama mucho el vientre y la parte ora si que la cadera me duele, toda adolorida y lo que es las piernas de aquí o sea, el muslo es lo que esta así adolorido, me duele y así pues siento así como si mis ovarios fueran a explotar no, que los estiran eso es lo que he sentido, porque ya después de mas grande, llego un tiempo en el que sentía como si alguien estuviera con un agujita así, ti, ti, ti, puros piquetitos y yo así decía ¡huy que es eso! ¹... Me dan el primer día que me baja y un poquito ya el segundo día pero ya muy poco...

¹ Rió

Para una mayor apreciación de los datos se realizaron 2 tablas con la información recabada.

Tabla 1. Características del periodo menstrual de las entrevistadas

ENTREVISTA	COLOR DEL SANGRADO		COAGULOS	PERIODO MENSTRUAL
	ROJO FRESCO	ROJO OSCURO		
1			x	regular, 4 días
2	x		x	1 semana
3	x	x	x	regular, 5 días
4	x			regular
5	x	x	x	regular, 3, 4 días
6		x	x	irregular, 3 días
7	x		x	no se, 4 días más lo que se rezague
8	x		x	regular, 3 a 4 días
9		x	x	regular, 5 o 6 días
10		x	x	irregular, 5 o 6 días
11		x	x	irregular, 8 días
12	x			irregular, 3 días
13	x		x	irregular, 5 días
14	x	x	x	irregular, 3, 4 días
15			x	irregular, 5 a 6 días
16			x	irregular, 7 días
17		x	x	regular, 3 días
18			x	irregular, 1 día y medio
19		x	x	irregular, 3 o 4 días
20			x	regular,
21	x		x	regular, 5 días
22	x		x	regular, 3 días
23		x	x	regular, 8 días
24	x		x	6 días
25	x		x	regular, 5 días

Tabla 2. Síntomas de la enfermedad en cada una de las entrevistadas

NUM	SINTOMAS					
	COLICO	INFLAMACIÓN DE VIENTRE	DOLOR CINTURA CADERA	DOLOR DE PIERNAS	NAUSEA VOMITO	OTROS
1	x		x			Dolor de cabeza, hambre
2	x	x				
3	x				x	Baja presión, trasudar, casi me desmayo
4	x	x	x			
5	x	x	x	x	x	
6	x	x	x			Baja presión
7	x	x	x			Diarrea, baja presión
8	x					
9	x	x	x		x	Dolor de columna
10	x	x	x			Inflamación pecho
11	x		x	x		
12	x				x	Escalofríos, sudar frío
13	x		x	x		sed
14		x	x			Suelta el estomago
15	x		x	x		
16	x	x	x	x	x	
17	x		x			Hinchan piernas, dolor de cabeza, hipoglucemia
18	x		x	x	x	
19	x					Dolor de senos
20	x	x	x	x		Dolor de senos
21	x	x	x			
22	x		x			
23	x		x		x	
24	x		x	x		
25	x	x	x	x		

La sangre es una sustancia fundamental para el cuerpo humano, en ella refleja el funcionamiento de los órganos, porque es mediante ellos que se transforman el oxígeno y el alimento en este líquido, por lo que el desequilibrio orgánico se reflejaría en el tipo de sangre tanto en su coloración, capacidad de coagulación y cantidad.

El aporte adecuado de este líquido a los diversos órganos depende tanto de la función normal de corazón como de hígado y en el caso de las entrevistadas, la irregularidad de los periodos se relaciona con un desequilibrio en estos órganos, esto ocurre en el caso de las entrevistadas 6, 10, 11,12, 13, 14, 15, 16, 18 y 19, otra función del hígado es la coagulación adecuada de la sangre por lo que la presencia de coágulos durante la menstruación responde a un desequilibrio en este órgano, característica que presentan la mayoría de las entrevistadas con excepción de las entrevistadas 12 y 4.

El exceso de estrógenos en el cuerpo provoca problemas gastrointestinales, la retención de líquidos y la estimulación excesiva de los tejidos estro-sensibles como lo son el útero y los senos⁴ , el hígado es el órgano encargado de controlar el nivel de elementos tóxicos en la sangre incluidas las hormonas, así que algunos de los síntomas que presentan las entrevistadas durante su ciclo menstrual corresponden a un desequilibrio en este órgano.

El riñón es el órgano que proporciona la energía para el adecuado funcionamiento de los diversos órganos que transforman los nutrientes del alimento en sangre por lo cual un inadecuado funcionamiento de este órgano tienen repercusiones en la calidad y cantidad de sangre, este desequilibrio en el riñón puede deberse al poco consumo de agua o por la exaltación del miedo, el cual se ve reflejado en las entrevistadas cuando mencionan el temor que tiene a salir embarazadas, también este órgano mantiene relación con la menstruación porque es el encargado de los ciclos de producción de los estrógenos⁵. El riñón también está relacionado con los síntomas de la dismenorrea debido a que se encarga de nutrir los huesos y ante un riñón desgastado este proceso no se lleva a cabo adecuadamente, de esta forma se presenta el dolor se puede explicar el dolor de cadera, de cintura o columna, que las mujeres dismenorreicas presentan.

⁴ Nissim, R. (1984). Manual de ginecología natural para la mujer. Barcelona: ICARIA.

⁵ López, R. S. (2006). El cuerpo humano y sus vericuetos. México: Miguel Ángel Porrúa.

El tipo de alimento que consumimos también contribuye a la calidad de sangre en nuestro organismo, porque si consumimos toxinas, grasas, refinados o químicos al organismo le cuesta más trabajo procesar la sangre con este tipo de elemento, de tal forma que se desgasta el Bazo porque es el que procesa el alimento, y el hígado porque es el que limpia a la sangre de toxinas y junto con la bilis desdobla las grasas, teniendo como resultado un Bazo e Hígado desgastados, alterando de esta forma la producción de sangre.

SIGNIFICADO EMOCIONAL DEL PADECIMIENTO: lo que la entrevistada reporta cuando se le pregunta ¿Qué son los cólicos y la menstruación?, considerando también la emoción que experimentaron durante su menarquia y la que se presenta a la hora de padecer la sintomatología de la dismenorrea.

- a) Significado de la menstruación: lo que la entrevistada reporta ante la pregunta ¿Qué es la menstruación?
- b) Significado de los cólicos: lo que la entrevistada responde ante la pregunta ¿Qué son los cólicos?
- c) Emoción en la menarquia: la emoción que experimentaron las entrevistadas la primera vez que menstruaron.
- d) Emoción durante el padecimiento: emoción que experimentan las entrevistadas en el momento que se presenta la sintomatología de la dismenorrea.

a) significado de la menstruación

Entrevista 1:

... Al principio me incomodaba la menstruación, porque decía: - ¡hay, no porque!- o vas a un balneario y ¡hay!, los días que te tocan se me hacía algo...no me gustaba, pero ya después con el paso del tiempo pues dije, pues si es algo bien normal, luego me ponía a pensar, no, pues si nunca menstruo nunca voy a tener bebés y eso es lo que pensaba hasta hace como 3 años¹, ahora si digo, pues es algo bien normal, pero no quiero tener bebés¹, pero, no, no me incomoda a horita, ya lo tomo como algo bien normal y además no duro mucho, a lo mucho duro 4 días excesivamente, entonces⁶, como a los 16 o 15, me dejo de incomodar...

¹ Ríe

⁶ alzo los hombros

Entrevista 2:

...Que signífico... ¡hay una pesadilla, Dios mío ya cada mes!, y así porque te impide hacer muchas cosas, como correr, o salta, o subirte a algunas cosas, porque por ejemplo si te pones falta o algo así no puedes subirte porque se ve lo de la toalla, o luego no estas segura, porque que tal si haces un movimiento y en eso, pues ¡hay!, ya te chorreaste o algo así, pues no es feo, es incomodo¹. Mi sangrado no es abundante, porque como dura una semana, va de poquito en poquito así, va lento. Lo que significa para mi la menstruación...no se...que...uno pasa de niña a mujer...que, pues eres una mujer fértil, puedes tener hijos, familia, no se eso...

¹ Rió

Entrevista 3:

... ¡Ha!, pues por eso te digo que después ya no la quería, porque no se a la mejor al principio hay que padre y ya bajo y más porque todas mis amigas pues ya, pero este... después si la molestia de cuidado de no mancharte o siéntate bien o ya cambiante o no se, no, así cada mes eso, ¡hay! así como que ya no era agradable como al principio y ya después cuando empezaron los dolores ¡hay, no!, decía:- ¡ya no quiero esto por favor! -y este, si ahí fue cuando dije hay no prefiero no tener nunca una regla porque si era insoportable el dolor...

Entrevista 4:

... Para mi la menstruación significa esa idea de que si puedo procrear una vida, y que para mi significa una responsabilidad tremenda y que siempre he dicho, ¡hay, yo, no, yo, no!, porque es como traer a alguien al mundo a sufrir, yo lo pienso así como dañar a alguien que no tiene la culpa, entonces cada vez es ese...

Entrevista 5:

... Para mi la menstruación significa que segurito me la voy a pasar tres días doliéndome el estomago, si es de que yo se que me va a bajar y ¡chin!, o sea, pues más bien de que me tengo que aguantar el dolor, o sea de que tengo que tomarme el dolor y digo pues ya ni modo, ya que...

Entrevista 6:

... en su momento signífico que dejaba de ser una niña para convertirme ya en una jovencita que podía ya en cualquier momento embarazarme, que tenía que tener mucho cuidado, que tuve que aprender muchas cosas preguntando porque mi mama nunca me las explico entonces yo preguntaba de que forma podía embarazarme para evitarlo porque no, en la escuela pues lo técnico que nos enseñaban, pero mi mamá nunca me comento en si cual era la forma en que podía llegar a embarazarme, yo sentía que a lo mejor este, si se me acercaba mucho algún muchacho podía llegar a embarazarme y mi mama me mataba, a lo que me habían educado tenía que embarazarme hasta que estuviera casada, nunca pensaba en tener relaciones con nadie, o sea no era, ni tenía novios, ni así, pero era un pánico porque no tenía bien marcado en mi cabeza que era lo que podía producirme un embarazo, entonces yo decía cualquier cosa que pudiera hacer que por algún descuido me embarazara, no sabia que tenía que tener relaciones sexuales para embarazarme, entonces para mi cualquier cosa que pudiera provocarlo me daba miedo. La menstruación es un ciclo que tenemos que pasar todas las mujeres para poder tener hijos, pero no nada más para tener hijos, también para desarrollarnos como personas y para, pues madurar de cierta manera...

Entrevista 7:

... la menstruación significa...dolor, mucho dolor², me desagrada mucho²...

² sonrío

Entrevista 8:

... La menstruación...² ¡hay!, pues significa....digamos que...pues que me siento... una mujer y pues digamos que me gusta, no se yo a veces no se he oído a otras personas que dicen que les molestaba cuando llegaba su periodo que les fastidiaba y yo decía pero porque si es algo natural, algo normal, o sea, ya deben de estar acostumbradas, pues si es algo que y pues es bonito, dentro de lo que cabe, pues porque y cuando empecé yo decía, bueno es que siempre todas o la gente me decía, es que ya es cuando uno es mujer y yo decía pero ¿porque es mujer que le pasa a uno?, o sea uno nace y es mujer, no es que decían, no es que ya cuando tienen su primera menstruación quiere decir que ya eres una mujer ya no eres una niña, decía ¡hay!, o sea creo que nunca lo había visto de esa forma pero ya cuando conforme pasa el tiempo dice uno pues si es cierto o sea es uno una mujer y pues es bonito....

² ríe

Entrevista 9:

...la etapa de pasar de niña a señorita ¡ha!¹ ...

¹ sonrío

Entrevista 10:

... La menstruación...pues es como un ciclo, ¿Qué significa para mí? Es que es como que una característica de las mujeres que hace que puedas concebir que puedas tener hijos...A veces no, a veces si soy sincera y digo, hay por Dios porque no pasa eso, por ejemplo hoy dije, ¡hay hoy es mi primer día en el trabajo, no no, voy a aguantar! Si me dan los dolores horribles no voy a aguantar, o por ejemplo si tienes que ir a la playa yo, a mi me da miedo usar tampones te soy sincera, nunca he usado, entonces digo¹ no, no se porque no, me da miedo y, yo no voy a poder ponérmelo, no se, entonces, pues si eso es lo que digo, arruina ciertos planes no, porque a la mejor ir a la playa pues yo no puedo, y si los he arruinado durante todo el recorrido de mi vida, porque recuerdo que un día que fui a la playa, dije no me puedo meter porque estoy, no pues usa tampón, no gracias, prefiero quedarme viendo¹, entonces eso es a lo que me refiero, estar a alerta cada 28 días así de ¡hay!, así de no puede ser, y luego te digo también hoy vi que el trabajo digo, ¡hoy no se si voy a aguantar! que tal si me dan los dolores como antes, que tal si me siento mal y o sea si digo no que horror, y en la escuela también lo viví, en la universidad lo recuerdo, una vez dolor así que dije, no, no pude ni estar en la escuela, hice mi graciasa de vomitar en la escuela, no en el salón obviamente en el baño, pero de plano que, o sea tan mal me sentí que hasta un chavo así de ¡que tiene tu cara!, ya sabes lo que le pasa a todas las mujeres tengo cólicos muy fuertes y me tuve que ir, por eso te digo, estar a alerta cada 28 días, si a mi por el dolor en parte las dos cosas, o sea tanto a mi de los dolores que digo ¡hay!, y como tengo antes, o sea antes de que me baje, si siento así que, digo no empiezo con los dolores y digo ¡hay no otra vez!, no es carga pero si molesto de que ¡hay otra vez!, es como cuando estas enferma de la gripe, y dices no me da la gripe que horror...

¹ Rió

Entrevista 11:

... La menstruación significa...no me gusta, es molesto es así como que o sea para mí a sido como que la maldición¹, no, has de cuenta para mí no....

¹ Rió

Entrevista 12:

....La menstruación...se puede decir de que se limpia uno del estomago...

Entrevista 13:

...La menstruación...pues yo creo que es un proceso que todas las mujeres debemos de pasar ora si que si no menstruas, pues entonces ¡ho,ho!, ¡que esta pasando contigo¹...

Entrevista 14:

.....¡es algo insoportable!, no me gusta, no, no me quita mi rutina habitual, porque no dejo de hacer cosas porque ando en mis días, o me dejo de poner ropa, porque yo tampoco soy de las que me mancho a cada rato, pero si así como que es la molestia de estarte cambiando y todo o sea, cosas así...

Entrevista 15:

... La menstruación...significa pues ¡hay!, pues es que a veces te juro que no quisiera tenerla¹, mas que nada por el proceso de dolores, pues antes cuando no tenía dolores pues yo estaba, me sentía normal no, o se si es un proceso en los que, pero cuando pues era de cuestión de ponerte cosas blancas ahí si, ¡y si lo mancho!, es así como que decir ¡hay!, y ya estoy así y no me puedo poner esto por esto y cosas así y más ahora así me siento fatal por lo dolores ósea es así como que hay no quisiera tenerlo...

¹ Ríe

Entrevista 16:

...pues algo que la vida reproductiva de la mujer, ¿hay no me agrada!, me es incomoda, porque me dura mucho tiempo porque siempre he tenido molestias, porque al principio es muy abundante y no me gusta porque no me puedo poner a veces ropa blanca o así y se me hace muy incomodo estar yendo al baño a revisarme a cada rato o estar al pendiente, si me parece algo sucio...

Entrevista 17:

... una corroboración de ser mujer, de ser fértil, de vida no...

Entrevista 18:

La menstruación...¡hay pues este!, mucho dolor¹, días incómodos, porque luego siempre a veces siempre me tocaba los domingos y los domingos y los domingos ¡casi!, hubo un tiempo que hasta pensaba digo ¡hay ya mero me toca!, ojala y ya para el otro mes no me toque en domingo, siempre era los domingos y los domingos y luego tenía que, y son los días que más ando que salgo, que a traer mandado para arrimar toda la semana y luego cargaba yo a mi niño chiquito porque tengo él más chiquito y bien pesado y yo, me escurría así, yo creo que por el peso, si era muy incomodo y ahorita como que se me cambio un poquito, como que a veces es sábado, o domingo, o lunes, pero ya no, pero hubo un buen tiempo, yo creo que como 4, 5 meses que pero domingo y domingo, ¡hay, no!, yo decía hay Dios mio² ...Antes de que hubiera esos dolores como que me baja un poquito más pero no más que no como ahora, nunca me fue cómoda la menstruación...

¹ Rió

² Aplaude

Entrevista 19:

... Menstruación...¡es molesta no!¹, cuando te dan cólicos es súper molesta, si no te dieran creeme que yo no tendría problema alguno por tenerla, si no son principalmente es por la situación del dolor no, pero ya si lo veo así sin dolor, significa mucho es que creo que es como la capacidad de dar vida no, porque eso que todo mundo ve así como ¡hay guacala!, que feo es necesario y es funcional para cuando una nueva vida no, pero de repente puede significar algo muy molesto de

repente cuando no menstruo me da mucha alegría, después cuando menstruo no¹ porque significa que la menos estoy sana, de que mi cuerpo esta reaccionando como tiene que reaccionar así si no de hecho el medico me dice, es que tu estas loca, no, menstruas y te quejas, si pero son 3 veces ala mes, no, me dice y cuando no menstruas te quejas, le digo pues es que algo debe de andar mal en mi cuerpo o sea yo no le veo de otra no, pero no significa ni cochinada, ni porquería, ni desecho, si no que creo que es un proceso natural del cuerpo cuando no le es funcional y nada más...

¹ Ríe

Entrevista 20:

...ahora ya lo veo como algo bueno, porque pues, es una seña de que puedes darle vida a alguien más no, antes yo lo sentía algo como malo, como que nada más me estaba perjudicando, por el hecho de la hemorragia, durante mi estancia en la secundaria y preparatoria cambio esa idea, yo creo que por ya informarme por más conocimiento del tema...

Entrevista 21:

...así como normal que a fuerzas nos tiene que pasar no la menstruación, antes lo veía como con miedo y como sucio porque luego pues yo no me sentía a gusto no porque traías la toalla y de repente que no te podías cambiar y eso, pues si me sentía incomoda, yo creo que nada más al principio fue eso, a la mejor a sí a los 3 años pero pues ya, y pues ya yo creo que eso nos tiene que pasar a todas las mujeres, o sea como que tomarlo como algo trágico pues ya no para que sí de todos lo vas a tener no, pero pues sí ya y que...

Entrevista 22:

... pues no se¹, algo normal...

¹ Rió

Entrevista 23:

...una carga, pues si es así como que algo difícil e incomodo pues porque no puedes hacer muchas actividades o sea no te puedes sentir así, cruzar las piernas, no puedes usar ropa blanca, entonces así como que es incomodo...

Entrevista 24:

... después de la primera vez que menstrué ya era una calamidad porque uno siempre se siente libre, nada más con la pantaletita y en esos días andar con otra, otro elemento mas dentro de la pantaleta¹, como que se siente uno incomoda y cuando me empezó a doler me sentía todavía más incomoda y entonces pues sí, y como antes no había pantalón, no tan fácil uno pantalón, y uno era muy chiva, me gustaba andar en bicicleta entonces si me sentía mal, andar con el lienzo y en bicicleta, sentimiento...mas que nada de asco porque como sabía que tenía yo que lavar¹, no me gustaba....

¹ Ríe

Entrevista 25:

...pues un cambio que sucede en tu cuerpo y que, pues también es valioso no porque también te da la oportunidad de que a partir de eso pues puedes generar otra vida no...

b) significado de los cólicos

Entrevista 1:

... Yo considero que los cólicos, es el dolor que me da conjuntado con inflamación, o sea porque se me inflama mucho el vientre, y así un dolor, así ¡bien horrible!, así como...no se...si se me ofrece hacer algo, y como que de repente punzaditas, yo digo que si es normal y que en algún momento, las mujeres lo tienen...

Entrevista 2:

... Los cólicos son porque...a bueno a mi me dijeron, me explicaron que la matriz se mueve y que para que se limpie bien se tiene que mover, entonces por eso te duele, hace como 1 año o 2 me lo explicaron...

Entrevista 3:

.... Al principio consideraba a los cólicos como algo normal porque por eso no tomaba pastillas, decía ¡ha!, hoy me duele, OK, pero no voy a tomar nada porque es normal, yo creo que nos han enseñado que la menstruación hay posibilidad de que te den cólicos o nada, entonces yo decía, si es normal que te den cólicos, OK los tengo que soportar no voy a tomar nada me voy aguantar, pero llego el momento en que decía, -¡no! es que esto es, ¡ha! algo insoportable ya no voy aguantar, me voy a tomar algo - después de que me lo tome, no otra más porque ya no aguanto y ya hasta que dije:-¡no, ya seguir así, no! – y según yo no iba al doctor porque decía no es que es normal no, los cólicos, ya hasta que me altero muchísimo mi ritmo de vida entonces, dije, no pues algo si esta pasando porque no es normal que me tire por algo que supuestamente es normal, no sentía nada, simplemente quería que se me quitara ese dolor o sea ya lo demás no me importaba, te digo me salía de clases, me regresaba temprano, no me importaba simplemente quería que ese dolor se me quitara....

Entrevista 4:

... y con los cólicos es más porque obviamente no se que tanto sea verdad o sea mentira que ¡no es que te hace falta actividad sexual y demás!, y es como ese reclamo de ¿Cuándo? ¿a ver a que horas?, eso se convierte, nunca he dicho ¡hay es un castigo!, no lo veo como eso, como lo que es pero significa eso como que he dejado atrás, la pareja, la familia, en parte mi familia, o formar una familia, porque a parte las amigas se están casado ya esto ya lo otro y tu dices ¡mmm!, esta idea fue reciente, antes se me hacia como pues es lo más natural del mundo, nunca lo vi como la bronca de ¡hay! la falta de actividad y demás, no, no, no, como que es lo normal y lo tengo que pasar y toda las mujeres lo pasamos, y ahora no, ahora cada vez significa eso de, no, porque, yo no y...se me contrapuntea eso, eso, los considero como reclamo como ¡hey! Y es algo que me cuesta mucho trabajo, escuchar al cuerpo, es que ya no lo puedes negar, yo ya no lo puedo negar yo ya no puedo decir hay es que no escucho como antes, no de verdad ya no puedo, porque es como el reclamo constante, y yo se que la parte de la pareja es lo que me cuesta demasiado trabajo, entonces es como esperame¹ porque es muy difícil para mi...

¹ Ríe

Entrevista 5:

.....¡hay no son horribles!, yo digo el día que me de la menopausia que bueno, porque me darán bochornos y lo que quieran pero el estomago ya no me va a doler y aparte ya ni me voy a preocupar porque ya puedo hacer lo que yo quiera y ya ¿que tienes que cuidarte?, entonces yo digo, ya, le digo a mi mamá, disfruta de la vida¹ tu que ya puedes ¡cara!, no quiere ya la mande a traer novio y no quiere, ya no tienes que cuidarte porque vas a tener hijos, ya no te duele el estomago, total tienes calor, te echas aire y ya paso¹, que mas da, uno se tiene que andar a preocupando por todo...

¹ Ríe

Entrevista 6:

... No se yo al principio pensaba porque había tenido muchas caídas, después cuando entre a estudiar enfermería, pues me explicaban ya más en forma como estaba la matriz, como trabajaban los ovarios y todo entonces ya le daba más explicación científica a lo que me provocaba el dolor...

Entrevista 7

... dolor, más dolor², algo normal,...

² sonrío

Entrevista 8:

... Los cólicos son... ¡hay!... pues que pasan porque, pues por todos los cambios que hay dentro de uno en esos días, y por eso es porque es como todo, tiene que haber... digamos un antes para que puedan suceder las cosas...

Entrevista 9:

... Los cólicos son porque pues tu óvulo te esta saliendo, como no esta fecundado yo digo que por eso te dan los cólicos...

Entrevista 10:

... no lo catalogo como una enfermedad porque no, pero los dolores digo no que feo, es que todos pasan por eso la mayoría las personas, tienen cólicos, entonces no, pues no es enfermedad...

Entrevista 11:

... los cólicos... yo creo que... son... a la mejor si estoy como en ¿por qué nosotras sí? O sea ¿por qué yo como mujer si me da y a los hombres no?....

Entrevista 12:

... Los cólicos... yo a veces siento que no deberían de existir¹, pues no, pero por un aparte yo digo que es también para que pues ya uno ya se pone, se avisa uno que ya, te va a venir tu menstruación, ahora ya es normal, porque antes yo decía que ¿por qué, por qué?, como a los 20, se puede decir que dices pues ya, después de haber tenido tantas molestias fuertes o sea yo decía ¿por qué?, porque te digo que había momentos que casi me desmayaba o sea si me sentía yo tan mal que decía que yo porque, porque tan mal y pues ya después de tantas explicaciones que te dan los doctores pues ya dices ¡bueno! Pues algo normal, pero ya teniendo, tomando pastillas digo bueno, pues ya que sea...

¹ Ríe

Entrevista 13:

... Los cólicos... pues yo creo que ya es algo que se te viene dando es como cuando dicen que las mujeres se embarazan normal o tiene su parto normal duele mucho y pues no debería de pasar, yo digo que con lo mismo con los cólico, no tendría que haber, bueno supongo yo que no tendría que haber dolor, pero no, pues, no se porque pasa eso...

Entrevista 14:

... ¡hay horribles!, si o sea muy dolorosos, pues porque se den no se muy bien, pero, hay si me explicaron pero ya hasta se me olvido, creo que tiene algo, bueno no que tiene que ver algo con los, que, obviamente que cuando te llega tu periodo es porque estas ovalando y hay cierto día y todo, pero nos e algo así me, es que si me explicaron, pero ya se me olvido, que yo piense que es algo normal, no es algo normal, porque por ejemplo yo platico con mi abuelita y con mi mamá y no

pues yo nunca sufrí de eso, no pues yo tampoco y varias de mis amigas también, no pues a mí no me duele, entonces siento que no es normal, pero que sí es algo que viene con la menstruación...

Entrevista 15:

...normal, realmente no, no es, es más ni la siento como enfermedad siento que pues es un proceso pero, obviamente que yo se que no es normal dentro de, que no debe de presentarse ningún dolor, pero yo ahorita ya lo siento como normal realmente no me preocupa mucho porque son cosas que son muy secundarias realmente no me he preocupado mucho por el dolor...

Entrevista 16:

...síntomas que a partir de la menstruación te dan y que conlleva diferentes formas de ser, son normales...

Entrevista 17:

... son contracciones ha nivel de útero a veces puede ser porque algo te este obstruyendo, o me diagnosticaron que los padecía también por tropas invertidas o obstruidas, cosas así pero yo me imagino y me visualizo como que el desprendimiento del epitelio el que es muy grueso y por eso sufre, no aquello para poderlo arrojar...

Entrevista 18:

... No he ido al medico, yo pienso que es normal, ósea para mí, yo pienso que es normal y ya, no he ido al medico...

Entrevista 19:

... el endometrio se esta moviendo, o sea el útero se mueve para que pueda salir, todo lo que tenga que salir, eso es lo que considero que son los cólico, siento que es un proceso natural, pero entonces a mí me lleva a la pregunta, bueno si es tan natural, porque no todas lo tenemos, entonces yo diría no es tan normal que todas lo tengamos...

Entrevista 20:

...desprendimiento de todo lo que, la capa que se forma en el útero para cuando se prepara para tener un bebe o algo así, que yo sepa cuando se úvula se tiene como una capa, o se va formando una capa y ese es el desprendimiento, es algo normal...

Entrevista 21:

...dolor muy fuerte en el estomago¹, ¡hay no pues no se! como, ¡hay! pues si es que es un dolor que a veces me hacia hasta llorar y tirarme en el piso, nunca los vi como normales yo siempre pensé que bueno que por ejemplo el ginecólogo me dijo que eran normales, yo nunca pensé que fueran normales porque eran un dolor muy feo entonces yo dije, ¡hay!, como voy a tener un dolor tan fuerte siendo normal no, y entonces y bueno creo que no a todas las personas les da entonces si no a todas las personas les da entonces no es normal...

¹ Ríe

Entrevista 22:

... pues son¹, son dolor, bueno yo digo que son doloritos que me imagino no se, que cuando se desprende todo lo que sale pues nos duele, pues por eso...

¹ Ríe

Entrevista 23:

...son dolores que podría ser algo que vienen con la menstruación no, igual y no a todas las mujeres porque no ha todas le da, pues depende del cuerpo de cada persona no todos somos iguales...

Entrevista 24:

...pues normales porque platicaba con mis compañeras y también, también unas mas unas menos, que cuando trabajaba era mes con mes que estaba yo en la enfermería y me ponían una bolsa de agua caliente y me daban un como te negro, pero pues yo ni investigaba lo que quería yo es que se me quitara y si me quitaba con eso....

Entrevista 25:

...considero que son como contracciones en el útero y más que nada eso...

c) emoción en la menarquia

Entrevista 1:

...Comencé a menstruar a los 11, que paso...¡me espante!, porque yo iba en la primaria, entonces te daban platicas, bueno a las que íbamos en quinto y en sexto, y no decían:- no, pues va a ser así, lo que va a pasar es que van a salir sus óvulos y es sangre y todo, ¿no?-, pero yo recuerdo que ese día yo desperté para ir a la primaria y lo primero que vi así...pues me cambiaba ¿no?, entonces vi en mi calzón, como algo café, así como si fuera, así, masa, entonces yo me espante mucho, le dije a mi mamá: -¡mamá mira, mira mamá!-, y me dice mi mamá no te preocupes, mi mamá ya había hablado conmigo, mi mamá me había dicho: -mira, este, las mujeres tenemos un periodo menstrual, reglamos cada mes y te tienes que cuidar y todo...-, luego ese día me dijo mi mamá me dijo:- si no quieres ir a la escuela, no vayas, para que no te sientas incomoda y no fui a la escuela ese día-, me metí a bañar, mi mamá ya me había enseñado como se ponían las toallas sanitarias, ya me cambie, y pues ese día, ¡no me sentía mal!, pero como a los 2 días, porque dure 3 días, y el ultimo día este...me empezó a doler mucho el estomago, me decía mi mamá que también era normal y ya de ahí, este soy muy exacta...

Entrevista 2:

... El primer día que comencé a menstruar no se ¡hay!, no se sentí medio raro¹, le dije a mi mamá y me dijo:- es normal, es normal, no te preocupes-¹, no me espante porque ya sabía¹, me bajo bien poquito, o sea lo normal, ni me espante ni nada, fue normal. Que signífico...¡hay una pesadilla, Dios mío ya cada mes!, y así porque te impide hacer muchas cosas, como correr, o salta, o subirte a algunas cosas, porque por ejemplo si te pones falta o algo así no puedes subirte porque se ve lo de la toalla ,o luego no estas segura, porque que tal si haces un movimiento y en eso, pues ¡hay!, ya te chorreaste o algo así, pues no es feo, es incomodo¹...

¹ Rió

Entrevista 3:

... me sentí muy bien y feliz, porque ya estaba en la secundaria, la mayoría, casi todas ya estaban con el periodo, y yo decía:- ¿yo por que no?, ¿yo hasta cuando?, ¡yo ya quiero!- pero después ¡hoo! Sorpresa yo ya no quería nada¹, ya cuando me llego estábamos de vacaciones estábamos de primero para segundo, estábamos en ese periodo de vacaciones y ya pues yo bien feliz, ya le dije a mi mamá, ahí no sentí nada de dolores, nada, nada, así todo normal, así bajo y ya y si me

sentí muy feliz, porque yo decía: - ¡hay! ¿yo por que no?, ya me estoy tardando¹ – pero pues ya total llevo y feliz...

¹ Rió

Entrevista 4:

...la primera vez significo miedo y duda, siempre han hablado con migo pero era así como que: es que ahora tienes que cuidar mucho, y a hora tienes que tener mucho cuidado, pero ni siquiera me decían como que a que o porque, porque precisamente porque en la escuela y en todos lados teníamos información lo vi como lo más natural del mundo por decirlo¹ de una manera, pero más fue la alarma en mi casa, ese día mi mamá no quería que me fuera a la escuela, ¡pero porque!, ¡no, no vayas!, yo voy a la escuela y normal, pero era más como que el miedo que me inculcaban los demás y yo decía pero miedo a que no me va a pasar nada, entonces fue como miedo, como que duda, pero porque no estoy tan mal, yo lo sentí como muy natural, yo me acuerdo que fue como que ¡ha! Ya me bajo y punto, con los comentarios me sentía rara, mal y como que contrapunteaba en lo que según yo pensaba o lo que al menos me habían enseñado, que no pasaba nada, que era lo que todo mundo vivíamos, que era lo más natural, eso era lo que me habían enseñado en la escuela y de repente todo mundo alarmado y todos, entonces decía entonces que ¿bueno o malo?, que tengo que hacer, todo mundo cuídate mucho, ten cuidado, de ¿que o como? o que me tengo que cuidar, nadie me explicaba que hacer o que no hacer, todo se me junto, porque yo tenía unas ideas como que muy así, o al menos mi mamá me lo había planteado como que lo más natural así muy, no mira va llegar y bla, bla, bla, ¡a pus!, y de repente llega y todo mundo alarmado, y todo mundo ¡hay pobrecita! Y demás, si me contrapunteo mucho...

Entrevista 5:

... La primera vez que menstrué, nada, pues es que fue así como que ¡ha!, ya estoy reglando, como que ya mi mama ya me había dicho que tenía yo que reglar, entonces más bien como que yo ya sabía que algún día tenía que pasar y entonces pues ¡ya, pues ya estoy reglando!, si así como que ¡ha pues ya es reglar!, ¡que buena onda!, bien como que era algo que yo ya estaba esperando yo ya sabía que tenía que pasar, entonces no me asuste, nada, porque yo sabía que tenía que pasar algún día entonces no, me tengo que cuidar porque si hago algo, entonces ahora si puede tener consecuencias, podría tener consecuencias....

Entrevista 6:

...de momento me dio coraje porque estaba jugando futbol y pues ya me hecho a perder el juego después yo tenía un poco de nociones por lo que había leído en la escuela, pero mi mamá nunca me había comentado nada, entonces al momento fue así como miedo como asombro, y después así como coraje, porque me pegaron porque había empezado a menstruar, entonces pues si me dio coraje haber empezado, mi mamá no se que pensaba ella me preguntaba que con quien me había acostado o que, que había hecho entonces como yo no le dije que había empezado a menstruar luego, luego, si no que me cambie dos veces y deje la pantaleta sucia, ella la descubrió y entonces no se que pensó...

Entrevista 7:

...me sentí igual, nada más vi que ese día se había manchado mi pantaleta y dije ¡mamá!, y me dijo, y no era ni tanto eran gotitas nada más, me dice ya estas menstruando ¡ha!, mucho gusto, no, medio igual, como que no me cayó el 20 de lo que es, no significo nada...

Entrevista 8:

...sentí mucho miedo, porque pues mi mamá no me había explicado bien lo que era o sea yo más o menos sabía lo que era por las amigas, y esto de, ya estaba yo en segundo de secundaria entonces pues más o menos sabía, a lo que platicaba yo con las amigas, pero nunca sabía más

afondo entonces cuando me sucedió, si tenia yo así como que miedo, como que estaba yo asustada...

Entrevista 9:

... me sentí como que bien sacada de onda porque de hecho, fue hasta me acuerdo así fue un sábado que me desperté a las 8:30 de la mañana e ir al baño normalmente como te despiertas ir al baño, de repente ver así toda tu pantaleta y yo dormida así con shores , toda mancha y así, pues no sabia¹ ni que emoción sentía en ese instante, no sabía si tenia ganas de llorar o de reírme no sabía pero el chiste es que le grite mi hermana, y ya va y me dice que, -háblale a mi mamá- y ya va y le habla a mi mamá y pues mi mamá y ya va y le habla a mi mamá y pues mi mamá me dijo, no te preocupes, pero fue así como que no sabia ni que hace¹, era como algo de nervios no se...

¹ sonrío

Entrevista 10:

... ya no me acuerdo, solo recuerdo, no recuerdo enserio soy de mala memoria, solo en mi mente esta gravado el primer, el día o sea que entre al baño y le grite a mi mama y yo ósea eso es lo único que esta gravado, le dije, no me dio miedo porque ya me había, por la escuela y también ella ya me había dicho, entonces no espantada no, o sea ya sabia que me había pasado, bueno o sea de gritar de ¿mama!, no de espanto o sea para avisarle, es que no recuerdo ese día, en serio que no , no recuerdo ni lo de ayer¹, soy de memoria a corto plazo¹, lo único que esta en mi mente es que entre al baño y le dije a mi mama o sea le grite a mi mama, pero no recuerdo como me sentí, si llore, si me puse alegre, que no creo que aya llorado porque pues ya lo sabia y sabia que tarde o temprano iba a pasar, no hubo miedo tampoco, asombro tal vez, porque alegría no creo que aya sido alegría¹ para mi, no porque ya es otra manera, ya es otra etapa la que vas a vivir, ya tienes que estar alerta cada 28 días de lo que te puede pasar, entonces, si yo creo que no fue alegría en parte, pues es que a la mejor y si fue alegría, pues ya ahorita mi forma de pensar pues si, debió de haber alegría porque si me paso, porque hay gente que no le pasa y esta sufriendo de o de cáncer o algún quiste entonces pues si esa si es una alegría de que no este pasando por eso....

¹ Rió

Entrevista 11:

... ¡hay!, mucho miedo la verdad yo no estaba preparada y mi mamá si dice que si se arrepiente de que nunca nos dijo nada, pero es por la ignorancia, pero ella nunca nos dijo nada, entonces ya después prácticamente yo me acuerdo que no, o sea ni siquiera sabía, yo me acuerdo que usaba vestido o sea así como de niña porque yo me acuerdo que usaba vestido como verde agua y todo lo ensucie, o sea yo ni siquiera sabía y ya fue y le dije a mi mamá y mi mamá ¡ha si!, pues nada más ponte esto y ya o sea ni siquiera te dijo ni porque ni nada, pero me sentí así como, me dio mucho miedo, o sea, creo que si sentí dolor, así como que sentí como que molestia, pues, y no me gusto, porque no lo veía como normal no...

Entrevista 12:

...si me espante, quizás si me, pues yo dije pues que paso o que, y le dije a mi mamá que me había pasado y pues ella nada más me dijo pues que me pusiera pues algo, en aquel entonces pues no había toallas¹, o sea no, bueno yo no sabía nada y ella lo que me dijo que me pusiera un pedazo de tela, fue lo que paso, me sentí sorprendida porque yo no pensé nada, que fuera a pasar eso...

¹ Ríe

Entrevista 13:

... La primera vez que menstrué... ¡hijole!, estaba sola me acuerdo que esa vez yo dije ¡hay chirrion como que me siento mojada!, y fui al sanitario y dije ¡hay, no!, ¡oh, por Dios!, porque mi hermana empezó primero, entonces yo dije ¡ho, por dios, no, no me esta pasando a mi!, ¡por dios que no me esta pasando a mi!, y mi mamá estaba en la casa y ya le tuve que decir sabes que mira esto, no, no, le dije a ella le dije a mi hermana mayor, le dije sabes que creo que ya me bajo y dice ¡como?, mi hermana bien emocionada y ya me explico todo lo que se tenia que hacer y todo el rollo, pues si, pero al principio fue una expresión como de que ¡uuuuuu!, que es esto, pues si dije, no, porque pues mi hermana se quejaba mucho mi hermana mayor, ella si sufría mucho, sufre últimamente ¡huy, no!, no le puede dar porque, entonces yo dije no pues de aquí en adelante horrores que voy a sufrir, del dolor de los cólicos, dije, no que feo, dije bueno pues ya ni modo, tenia que pasar algún día¹...

¹ Rió

Entrevista 14:

... La primera vez que menstrué así como que ¡hay!, ¿qué me paso?, ósea ya sabia lo que era pero, fue así como que algo nuevo, y así como que al principio pues la novedad pero ahorita, ya como que digo ¡hay, ya otra vez!, porque que o sea pues no cómodo, porque tienes que andarte cuidando, entonces no me gusta porque luego o sea la mayoría de veces cuando son vacaciones, me agarra en vacaciones y hay me choca porque no puedo hacer, no me puedo meter al mar, no me puedo meter a la alberca, nada, entonces si así como que si reniego bastantito...

Entrevista 15:

... El primer día que menstrué, ¡hay temor!, porque has de cuenta que me recuerdo bien ese día porque estábamos jugando con mi prima en su casa en la casa de mi abuelita, entonces estábamos jugando con la escalera que estaba así acostada, entonces estábamos que nos montábamos y estábamos así como en sube y baja, entonces yo cuando regrese empecé a sentir así como que, sentía como que algo no, ¡hay que será!, y cuando fui al baño y vi sangre fue así de que ¡hay!, ¡seguramente me corte!, ahí me corte algo porque¹ el estar ahí la sube y baje yo dije y fui corriendo a hablarle a mi hermana y fue así de que ¡hay que crees mira por estar en la escalera, mira ya me corte!, o sea ni por aquí me pasaba que era la menstruación, entonces fue así de temor de decir ¡hay y ahora que voy a hacer estoy sangrando!, y ay mi hermana fue ese día cuando verdaderamente me explico que onda, entonces yo estaba ¡ha, es eso!, ¡ha!, entonces ya fue cuando pues me dio una toalla y me dijo pues así te la vas a poner, es normal, vas a tenerlo durante tantos días y esto te va a pasar durante el transcurso de tu vida, ¡ha, bueno!, entonces ya fue cuando lo comprendí y ya pues ya que en sexto año que te empiezan a explicar también, el proceso de y como es y todo, pues ya, ya lo entendí. Cuando me dijeron que era... me sentí... ¡hay! aliviada¹, dije, no entonces no me corte por ahí nada¹. ...

¹ Ríe

Entrevista 16:

... ¡hay, no!, sí no me gusto, estaba en una fiesta era noviembre, era el 12 de noviembre, me invitaron a un convivio de la secundaria, me empecé sentir mal, me dolía el estomago, pero pensé que por algo y ya cuando llegue de la fiesta, todavía tenia mi uniforme de la escuela, fui al baño y ya vi y me asuste me salí y empecé a llorar, le dije a mi mama, mamá este... pues ya me había explicado todo, pero no me agrado o sea me daba miedo no sabia ni que, y ya mi mama me dio una toalla y ya, no me gusto porque lo vi así como que ¡hay no!.. como que... algo así sucio que no me agradaba que ya iba a tener que estar pensando en comprara toallas, estar al pendiente de cuando me iba a bajar y eso, por eso...

² ríe

Entrevista 17:

... llegue con mi papa, estaba comiendo y con mi mamá y les dije que me había salido sangre de abajo, entonces mi papa se levanto y fue a vomitar¹, y mi mama me explico un poquito de susto nada más porque me había salido sangre por abajo no sabia que era...

¹ Ríe

Entrevista 18:

...me espante porque mi mama nunca me había platicado nada, ¡ha!, porque pues siempre me revisaba según ella, para ver como tenia el flujo, no, -a ver te reviso- y esa vez yo sentí dije- pues hora que- entonces esa vez me dice te reviso le digo, no, no, -¿qué, que te pasa?-, no, ya me revisoy se quedo y se hizo así, se agarro la cabeza ¡hijole, hija!, dice- no t espantes, no te espantes-, yo dije algo me paso no, no te espantes dice, no vallas a llorar, le digo ¿qué?, dice-ya te va a llegar, ya te a bajar- ¿cómo?, yo empecé a chillar pues dije, dice:-no, es que así es en la mujer, empiezan a menstruar cada 28 días, te va a durar 3 días- dice.-pero esperate te doy un paquete de algodón-, y yo le decía ¿para que?, me dice- te lo pones y no te ensucias-, ha, y ya y digo bueno, pero nunca me dijo nada, nada mas eso...

Entrevista 19:

... realmente yo me entere de eso por la escuela entonces me acuerdo que el día que revise, por algo tuve que revisar mi ropa y estaba manchada pero así como que entendía y no entendía, entonces como hacemos todas las niñas vas y le comentas a tu mama, mi mama obviamente vio la ropa y lo único que me dijo: -¡tienes que cuidarte más!- entonces ahí entendí que ya había llegado, y tuve que empezarme a cuidar yo, yo sola a la mejor a mi mamá es que mi mamá y mi hermana me hablaban como si fuera secreto de estado, yo no por ellas no supe nada, entonces ahí yo ya sabía por la escuela que tenia que cuidarme, que tenia, o sea si me bañaba, no era malo que te bañaras, que con agua no muy caliente, las clásicas cosas que no comas limón, y la,la,la,la,la,la, y partir de ahí no me dio miedo sino me sentí inseguro porque dije bueno no se exactamente que pase, siendo mujer no me dices nada, como, no, no, inseguridad me sentí sola, me sentí sola en ese momento que paso. Lo entendí cuidar más desde la alimentación, el baño, el ejercicio, en que no te fueras a manchar o sea como ponerte la toalla, cuidarte de los hombres, porque ya eres una señorita, pero creo que eso no estuvo muy específico eso de los hombres, eso como que no, pero así lo entendí, si después de un abuso sexual lo entiendes perfectamente no....

Entrevista 20:

... me sentí mal¹, porque o sea yo no sabia ni porque así como que me espante de momento y pues ya mi mama me explico y todo el rollo, pero así como que yo no me quede como que nadie se enterara y lo primero que les dije y lo primero que hicieron, le fueron a decir a mis tías y todas muy felices y contentas y no felicidades, no se que, y yo así como que no explicaba, ¿pues que tiene de bueno?, pero nada más, más bien era como temor a algo desconocido, también por el hecho de estar en una escuela católica nosotros no sabíamos nada de eso, que se supone que por el grado en el que iba ya me deberían de haber explicado, y no nos había de hecho nada, entonces así como que fue una sorpresa de ¿Por qué?, y ¿Qué es esto?, y como de que cada mes no, entonces también fue como que el readaptarme a esa idea...

¹ Ríe

Entrevista 21:

... en la escuela ya nos habían hablado de eso, mi mama también ya me había dicho, ya me había hablado de la menstruación si me dio miedo porque no se porque me dio miedo, pero yo me imagino por todo lo que me decía mi mama de que ya podíamos tener hijo después e eso y cosas así y parte siempre mi mama siempre estuvo así como diciéndonos:- no que cuando estén

menstruando si lavense pero con mucho cuidado porque no se vayan a romper el himen y que y cosas así no, entonces a mi todo¹ eso me daba miedo, porque mi mama era muy exagerada con eso y yo así ¡hay bueno!, pero ahora no se después de un tiempo ya comprendí o sea ya no se después como a los 15 años yo dije ¡hay no!, ¿Cómo va a pasar todo eso¹? Y ya fue cuando empece a no tener tanto miedo....

Entrevista 22:

...¡hay!, pues me espante¹ porque bueno ya me había explicado no, pero yo todavía no la esperaba y ese día fui a la escuela y ya cuando pues fui al baño y vi que estaba así como manchadito, pero no le hice caso, y ya después cuando llegue a mi casa otra vez, pero no me dieron cólicos ni nada y otra vez vi que estaba como manchado y ya, pues yo supuse que ya, es que se veía así como, no se veía de ese color se veía diferente, como anaranjado, y ya pues ya fui y le dije a mi mama y ya mi mama se puso muy triste¹, quien sabe se puso muy triste que porque ya había crecido y que quien sabe que, ¡hay no puede ser!, me dice, ¡pues ya ni modo!, dice, tenia que llegar el momento y ya me dio una toalla sanitaria y ya fue al baño y me explico como se tenia que poner, yo me la iba a poner¹ al revés porque ni sabia como, ya me explico y ya me dice, se quería quedar ahí a dentro para verme y no, me dio pena y la saque y ya se acabo. Cuando mi mama se puso triste pues también me puse triste porque ¡hay!, yo sabia que todos los meses iba a empezar a ser así y pues ya no iba, ya estaba creciendo como dice ella...

¹ Ríe

Entrevista 23:

... la primera vez le dije a mi mama, me sentí...creo que contenta¹, porque este...porque pues no se es algo nuevo en ti no, no la esperaba, pero pues si es algo nuevo y así como que te hace sentir grande no....

¹ Ríe

Entrevista 24:

... me espante porque le digo que mi mama no tenia comunicación con nosotros, no sabíamos nada, porque inclusive ni a las primarias les daban como ahora orientación, no , no nos daban y me espante lo que pasa es que ya para entonces ya mi hermana anterior a mi ella ya sabia entonces ya fue la que me dijo que no me espantara y después mi mama todavía, no se si existirían o mi mama no nos compraba los cotex, no eso no, a nosotros mi mama de las sabanas viejitas nos hacia nuestros lincécitos, nos decía estos son tuyos y cada mes tiene que estar así de blanquitos y pues nos enseñaba a lavarlos, pues ora si que eran los, yo por lo regular menstruaba 3 días, los juntaba en una bolsita y ya los lavaba todos juntos...

Entrevista 25:

... La primera vez que menstrué, fue así de ¡hay! bueno, ya me lo esperaba, ya estaba como que en cualquier momento me iba a bajar, fue chistoso porque me acuerdo que yo estaba en la escuela y fui al baño y vi así unas pequeñas manchitas no, y dije no pues ya es tiempo, ya, ya, ya, ya me llevo no, y ya llegue a la casa le platique a mi mama y ya me mi mama me dijo, se utilizan así y ahora si con la que te sientas más cómoda no, pero al segundo día, tercer día no me bajaba nada y yo, ósea yo me quede así sacada de onda no, y dije pues bueno, así dije, pues bueno, no era nada falsa alarma no, al siguiente mes fue cuando me bajo, pero me bajo muy chistoso, bueno no chistoso, sino que me acuerdo que yo tenia la costumbre de bañarme en las noches, me bañe y todo y este y cuando me iba a meter a bañar o se a me quite mis chones y me fije que había una mancha pero no le tome importancia porque la mancha era así color chocolate y me quede así de, ¿Quién sabe? Y ya luego ya me bañe, me cambien y todo y antes de acostarme volví a ir ala baño

y volví a ver la mancha y dije ¡a chihuahua!, entonces ahí me espante no, entonces ya fui y le conté a mi mamá y me dijo no ya empezaste, y yo ¡Hay!...

d) emoción durante el padecimiento

Entrevista 1:

... Cuando entro en una crisis de dolor me acuesto y ya me quedo ahí acostadita¹, y como que siento que cuando me dan cólicos, como que me baja más, es lo que siento, cuando pasa esto hay desesperación¹, porque dijo: ¡ya no quiero sentirme así!- o sea si voy a menstruar, pero no me quiero sentir así, ¡que ya se pasen los tres días!, digo: --¡ya no quiero, ya, ya!-pero digo, pues si ¿como no?, pues nada más me duele el primer día. Trato de no ponerme de mal humor, digo, ¿si soy yo la que se sienten mal?, ¡no me voy a desquitar con los demás!...

¹ Rió

Entrevista 2:

... Me siento como que solita, no se...así como abandonadita¹, no se...me pongo muy chipil¹, es que no se...como ver sangre me pone así como tensa, no me gusta y cuando me sale de la nariz, me pongo muy así...quien sabe no me gusta. Yo me acuerdo que cuando estaba chiquita mi hermano se cayó una así de las escaleras, se abrió así, y ¡se lleno mucho muy feo!, se veía muy feo no se si me hay traumatado o no se, pero desde ahí ya no me gusta ver sangre, como que hay no se que me da, no me gusta. a mi familia la afecta porque luego estoy de malas, y no se...trato de aislarme un poquito para no tener problemas, porque como que nada me parece, nada me gusta...

¹ Rió

Entrevista 3:

... emoción...de tristeza porque yo decía ¡porque a mí!¹, porque si ya era la maldición casi, casi, yo tengo la maldición de los dolores, porque no, si, fue horrible, porque mientras tuve los dolores fue horrible, y así pasan veinte mil cosas no, ¡yo tengo la maldición! o ¡ya no quiero estos dolores!¹, no era horrible...

¹ Rió

Entrevista 4:

... Cuando hay una crisis de dolor de cólicos, ¡hay!, pues hasta lloro yo creo del dolor, así de: ¡hay duele mucho!¹, trato de hacer mil cosas, porque me acuesto y eso y es peor, y digo entre más actividad tenga mejor, entons, procuro seguir mi día normal, nunca he dicho, así no voy ala escuela, no trabajo, no, trato de moverme mas de hacer cosas, si a veces por ejemplo que me da en la noche ¡hay!, es no dormir, no dormir, entonces mejor procuro hacer algo y activarme porque no...

¹ Río

Entrevista 5:

... Cuando hay una crisis a lo mejor lloro porque me esta doliendo, a lo mejor me pone triste de que me esta doliendo, yo creo que más bien seria como tristeza...

Entrevista 6:

... siempre trataba de no salir de la casa de estar todo el tiempo que estaba menstruando encerrada, me deprimía mucho, porque me decían que exageraba,... Si el dolor era muy, muy fuerte tenia que estar acostada, me echaba muchas cobijas encima porque sentía que le calor era

lo que me, me aliviaba, pero ya era cuando era, demasiado, demasiado fuerte trataba de aguantarlo lo más que pudiera para que no me estuvieran regañando porque era muy exagerada. Coraje porque yo no sentía que yo me lo inventara, si no pues me llegaba y yo trataba de, me tomaba las pastillas, me tomaba los tes y el dolor ahí seguía y ¡no me creían que seguía ¡, hubo llanto, me golpeaba en el vientre para no se si que me doliera más por fuera que por dentro, no, no se porque...

Entrevista 7:

... , me pongo a llorar sin razón o sea yo no me doy cuenta que me duele hasta que me dicen ¿te duele?, -¡creo que sí!¹- es que no se, yo lo atribuyo a que es algo normal entonces, y como yo soy la que vive con él, pues ya se me olvida a veces que me duele, pero yo creo que mi organismo no, y empiezo a llorar, si noto que lloro peor no me doy cuenta del porque estoy llorando, hasta que me dicen ¿te duele? Y como que mi organismo me dice, ¡sí, si duele!, pensamientos...¡hay de porque no le tocan a alguien más!...

¹ Ríe

Entrevista 8:

...emocionalmente como que ¡hay! me siento muy triste...

Entrevista 9:

... ¡hay me siento muy mal me tumbo en la cama, me pongo mal hasta pálida me pongo de los dolores, de hecho como que mi estado de animo no es ni llorar, ni enojarme es como estable así como estable termino medio, si me siento cansada, de hecho hasta no se como que me tranquiliza me pone más en paz, si porque yo digo es que me duele por esto y ya me tranquilizo y ya no pienso en eso y ya me pongo no se como que a leer o a escribir o a jugar. Porque también bueno hay veces que me pongo un poquito de malas, pero yo digo me tranquilizo, no se, porque de repente digo, ¡hay no valla a ser algo malo o algo así! Y mejor me tranquilizo...

Entrevista 10:

.....¡hay!, hay tristeza, tristeza, de que enojo contra las demás personas que me hablan y contesto así de mala gana y ya hasta saben, hay ya han de estar en sus días la señorita¹ a todo le encuentro pero, pensamientos, de que ya pase el primer día, ya quiero que sea mañana¹ para que ya s eme calmen los dolores, pero así de que diga, ¡hay no porque me pasa esto!, no o sea, no....

¹ río

Entrevista 11:

...cuando hay crisis...me acuesto trato de no moverme me da mucho coraje o sea me pongo de malas me pongo como que ¡hay! No me hablen no, pensamientos....hay pues que ya no tuviéramos regla o sea yo cuando me embarace dije ¡hay como descanse!, o se la verdad es de que dices hay, no quisiera tenerlo ya...

Entrevista 13:

... Cuando estoy con los cólicos me pongo muy vulnerable, tantito me están diciendo algo y ya me pongo a llorar y esto, y de repente si paso a estallar, pero más , más, de que me digan sabes que esto, y yo ¡no, no quiero saber nada de eso!, o ven a hacer esto, ¡no, no quiero saber nada de eso!, o luego ya me están diciendo algo o me quitan algo que tengo así, ya estoy llorando, Me pongo irritante y muy vulnerable así como que ¡hay!....

Entrevista 14:

... Crisis... pues me pongo nada más pálida y así como que, porque por ejemplo luego yo, ya o sea la ropa pegada así como a andas metiendo la panza o cosas así y cuando me inflamo es imposible que meta la panza es imposible que traiga la ropa apretada o sea no aguanto ni el

cinturón y tengo que estar así o sea como agachada o sea no tanto, pero si así, no puedo estar recta porque me lastima, no nunca han sido tan intensos...pienso...así como que ¡hay esta madre otra vez! O se a como que me enoja, me enoja sentir eso, como que digo, huy, porque por ejemplo ayer no podía ni caminar o sea caminaba así con la piernas abiertas, nos e para que no me doliera, y estoy sentada y como que me viene el cólico y me tongo que hacer así porque sí² no me duele...

² se pone derecha, un poco hacia atrás.

Entrevista 15:

...hay me pongo de malas, el primer día así como que no me quiero levantar de la cama y me da flojera, tengo pereza y me pongo a veces de malas y yo nunca había experimentado el de sentirme así triste y luego alegre, y luego enojada, hasta a penas también hace poco que tuve mi periodo, me sentía así con ganas de chillar y yo decía, pero porque así a mi nunca me ha pasado hasta a penas hace poco que tuve mi periodo fue cuando sentí y este, pues antes si era de ¡hay!, estar así de flojera, pero pues ya después era así de cuando empezaba mi ritmo de mis actividades pues ya estaba yo como si nada pero hace poco experimente el hecho de sentirme con ganas de llorar nombre, entonces así me sentí fatal. Pensamientos...¡hay que se me quite!, ¡que ya!, nada más estoy pensando que se me quite que se me quite, y así que voy a hacer para que se me quite ¡hay!, ya voy a hacer esto o voy hacer el otro, entonces ya estoy pensando en como quitarme el dolor, emoción..., este coraje...

Entrevista 16:

...me enoja y me acuesto, pensamientos...¿Por qué a mi?, y que otra vez, otra vez y me enoja, cualquier posición que estoy es lo mismo porque me duele me duele mucho, me enoja también porque eso me provoca a veces no poder comer porque voy a vomitar o me duele el estomago todo el tiempo y no se si es o otra cosa y porque estoy yendo a cada rato al baño pro lo mismo...

Entrevista 17:

... me desespero, me da ansiedad, enojo, pensamientos...¡chingao hombre!, pues¹, házmela más ligera no ósea....

¹ Rió

Entrevista 18:

... Yo siento como que vomito y siento asco así como que, luego me siento así como mal, así como desganzada como mal, así que, pues no se, así, si así como que, pero digo yo sola me doy animo, yo siento que si me apuro rápido siento que se me quita, no, no se ...

¹ Ríe

Entrevista 19:

... me pongo de malas, me pongo muy chillona.....¡hay!, mucha impotencia mucha frustración porque ni siquiera con hacerle así se te quita no, así como de, es mucha frustración, muchas impotencias de no poder hacer nada...

Entrevista 20:

... me siento muy mal, me dan como escalofríos así como que ¡hay me siento toda mall, no me duran mucho pero si. Pues todo ese tiempo ando así como muy sensible para todo o me irrito muy fácilmente o lloro por cualquier cosa o así. Afecta a la familia...pues luego me dicen que hay que exagero no porque pues de cualquier cosita, ¡hay!, exploto así luego, luego, me dicen:-¡hay ya vas a empezar y no se que!, debes controlarte porque no toda la gente te va estar soportando las cosas, igual nosotros lo entendemos pero no la demás gente-, pues lo entiendo porque pues si, si

tienen razón, la gente no se va a poner a pensar, ¡ha pues igual y esta menstrúan o algo no!, o igual lo piensan, pero no por eso te justifican....

Entrevista 21:

... ponía de malas y así como que quiero que nadie se me acerque porque como que me daban unos dolores así bien feos, te digo a veces me hacían llorar entonces no quería que me vieran llorar porque luego mi mamá me decía que era muy exagerada, pensamientos...

Entrevista 22:

...Crisis...luego me tomo pastillas y no se me calca, hay no se mi mamá me da pastillas, a veces se me calma no muy seguido, y acostada no puedo estar porque me desespero ya, ya mejor me quedo sentada, emoción...ninguna, a veces si me da coraje no¹, porque pues para que, para que me duele...

¹ Ríe

Entrevista 23:

.....así como incomodidad...

Entrevista 25:

....pues me deprimó si me dan ganas de llorar y si me da por así, que quiero que me chi, pues si me estén ahí consintiendo...

Con lo que les tocó vivir a las entrevistadas, se dieron cuenta que la vida de ser mujer es terrible, por las limitaciones a las que se enfrentan sociales y culturales, la doble jornada de trabajo tanto en casa como en el empleo, las responsabilidades a las que se enfrentan con el cuidado de los hijos o incluso los hermanos, entonces todo lo que tenga que ver con la mujer es terrible, incluyendo la menstruación, quedando el dolor como una condición constitutiva de la naturaleza femenina, con una vida llena de dolor y sufrimiento ¿quién va a querer vivir así?, de esta forma las entrevistadas presentan un rechazo a como viven las mujeres, a lo que les tocó vivir, reflejando una inconformidad y por consiguiente el enojo.

Con la idea de que todo lo que tenga que ver con la mujer es terrible, este significado se traslada automáticamente a la menstruación de tal forma que la vemos como algo sucio, feo e incomodo, en esto también interviene el miedo que la sociedad le ha otorgado a la sexualidad, donde el disfrutarla o contactarla es algo que está prohibido, es así como se comienza a plasmarse el miedo a nuestro cuerpo, y en las entrevistadas se refleja en el momento en que tienen su primera

menstruación porque en su mayoría lo que experimentan en ese momento es el miedo, ante su cuerpo, lo desconocido y sus órganos sexuales.

CONTROL DE LA ENFERMEDAD: forma en la que la entrevistada ha controlado la sintomatología que presenta debido a la Dismenorrea.

- a) Medicamento: el consumo de sustancias químicas con el fin de aliviar las molestias.
- b) Remedios naturales: la utilización de tes, masajes, proporcionarle calor a la parte del vientre bajo, meditar, etc. con el fin de aliviar las molestias
- c) Ninguno: cuando las entrevistadas a pesar del malestar no hacen nada para desaparecerlo o calmarlo y optan por aguantar el dolor.

Entrevista 1:

... No tomo nada para los cólicos, me los aguato, nada más me retuerzo en la cama¹...

¹ rió

Entrevista 2:

....No he tomado nada para los cólicos, más que una vez me dieron unas pastillas, pero como que no, no me funcionaron, Sincol o algo así...

Entrevista 3:

...cuando empecé a tomar sincol y así, pero yo decía, no, no me voy a tomar nada o sea lo voy aguantar, y si lo aguantaba, era muy rara la vez de que decía,- ¡hay ya no aguanto! me la voy a tomar- , ya me las empezaba a tomar, depuse como a los 17 era más fuerte el dolor ya ahí me las tomaba cada mes, las Sincol ya después a los...si, de hecho el primer dolor que recuerdo que me dio así fuerte fue a los 17 que me tuve que acostar porque o sea yo tenía que estar así³ para que me doliera menos, y este si fue como a los 17, al principio puro cólico ya después a los 17 fue yo creo que se me bajaba la presión, no se, fue el primero, primero, que nada más me acosté, de hecho ya no me tomaba la Sincol, cuando me dio el primero más fuerte ya no me tome la Sincol, me tome una que se llamaba Comel que supuestamente era más fuerte, entonces me la tome y me acosté y pues ya se me quito, y ya sabes que el té de canela y de orégano, no se que más tes me daban pero no se me quitaba, o sea ya después no se unos 4, 5 meses me seguía dando así fuerte, me tomando el Sincol pero todavía lo soportaba ya no me tuve que acostar la segunda recaída muy fuertísimo, tenía ya casi 18 años, algo así, primero o sea me empezó a doler fuerte, me tome la pastilla, no se me quito, empecé a trasudar, me sentía así muy mal, después...un día de esos se me olvido la pastilla un día de que me tenía que bajar, se me olvido la pastilla (estaba en la escuela) y fui con el doctor de los cuarzos, el viejito ese que esta ahí en enfermería, por los...fui con el y ya me dijo que este, me puso sus cuarzos y me dijo que tenía dismenorrea funcional, no dismenorrea incapacitante, me puso unos cuarzos en varios puntos del cuerpo y ya supuestamente con eso se me iba a tranquilizar el dolor, esta en el edificio donde están los dulces, de biología ese viejito, me puso cuarzos y si se me calmo un poco pero no se me quito completamente y ya este me dio una pastillas, pero ese mismo día llegue y le dije a mi mamá¹ me puso unos cuarzos pero no se me quito muy bien, y me dice.- no sabes que esto ya es mucho ya

vamos al doctor – y ya vinimos aquí con una ginecóloga, y ya primero me dio unas pastillas que no recuerdo como se llaman, fueron por 3 meses y ya después de esos 3 meses regrese, eran una diaria, no eran anticonceptivas eran otras, no es cierto no eran una diaria, eran 2 semanas antes de que comenzara el ciclo tomarme una diría, fue por 3 meses y ya termine el tratamiento y se me calmo un poquito el dolor o sea era fuerte pero no a comparación de cuando no tomaba nada, entonces me calmo un poco y ya regrese porque me dijo que tenia que regresar cuando terminara ese tratamiento, me hizo un ultrasonido, ha no miento, antes de tomarme las pastillas me tomo el ultrasonido y me dijo que tenia unos quistes me dijo que tomara eso y después viniera, quistes en la matriz, ya me tome el tratamiento, después ya regrese me volvió a hacer otro ultrasonido, ha buen para esto primero me dijo que los quistes estaban muy chiquitos que la mejor con pastillas se podían eliminar y ya total me la tome, regrese y me volví hacer otro ultrasonido y me dijo que si, si habían disminuidos, pero que de todas maneras me iba a dar ya el tratamiento hormonal para seguir viendo, entonces ya me tome las pastillas anticonceptivas Yasmin y ya pues, el primer día me la tuve que tomar, cuando empecé la regla la primer pastilla y así durante 20 días que son las pastillas y descansar una semana hasta empezar el otro ciclo por 6 meses y mientras me las tome, has de cuenta, siempre cuando me dolía más era el primer día, el primer día que me la tomaba tenia el dolor pero totalmente soportable, o sea era muy mínimo el dolor y ya así todo los 6 meses así perfecto nunca me dolió ni nada y me bajaba mucho menos nada más me duraba 3 días a lo mucho y ya después este ya se me termino apenas en agosto los 6 meses y ahorita tengo que regresar supuestamente después de 2 periodos a penas paso el primero, tuve así cólicos mínimos o sea tampoco no fue mucho igualmente nada más el primer día, pero si me bajo 5 días que era como me bajaba antes, y ahorita estoy esperando el segundo periodo de regla para ya saber que siento y ya venir al checado... El tratamiento sí me han funcionado, a horita ya no estoy tomando nada, estuve tomando de Marzo a Agosto... fue 3 meses depuse de terminar el tratamiento, bueno 2 y al tercer mes me volvió a doler muchísimo, o sea termine, paso 2 meses sin que tomara nada, al tercer mes tampoco tome nada pero ya me dolió, y ese mismo día volví con la ginecóloga y me saco otro ultrasonido y me dijo que no había crecido los quistes que seguía normal, que mientras no crecieran no había problema y me volvió a explicar eso que no me podía operar ahorita porque pues me tendrían que quitar un ovario y que si eso me estaba haciendo hacer todas las pastillas, que pues me quitaba el dolor pues que me las siguiera tomando que ahora por más de 8 meses a un año y que regresara par que me hiciera otro ultrasonido y mientras no estuvieran creciendo los quistes que íbamos a seguir así y que ya en caso de que no pues ya iba ella a considerar otras cosas, las mismas pastillas me dieron de 8 meses a un año....

¹ Rió

³ La entrevistada cruza sus manos sobre su vientre y se agacha.

Entrevista 4:

...Nunca he tomado nada para los cólicos, una vez me acuerdo que compramos unas pastillas en el súper, pero ya tiene, ¡huuuu!, un montón de años, y me las llegue a tomar, pero nunca he tomado, así te o...nada. Nada, nada, de esta ultima vez pues si los sentí muy fuertes y me tome una pastilla, pero así como que me disminuyo muy poquito, espasmo... no se que, se llama, pero no, muy, muy, poquito... últimamente son muy intensos, antes de tomar agujas y todo eso, eran muy, muy fuertes, hubo un año con la meditación y todo eso que me bajaron mucho ya prácticamente llevaba meses en los que ya no cólicos y yo andaba, ¡uff! Feliz, porque ya ni cólicos ni nada, pero este ultimo mes exactamente este ultimo periodo si sentí el dolor otra vez, yo ya no había sentido ese dolor de cólicos yo ya tenia un año por decirlo así que y ya, si sentía uno que otro cólicos, pero muy leve muy aguantable ya no era nada del otro mundo, de que ¡hay me doblo! Y demás no, ya no, ya era como que muy tranquilo y ahora esta vez ¡hay no! fue como que¹ bien feo...

¹ Rió

Entrevista 5:

...he tomado Naproxen, Butildiosina, he tomado Sibuprofeno, o sea es lo que generalmente tomo, si me tomo la Butildiosina, solamente que me la inyectes, si me la tomo no me hace para nada, inyectada si me hace, pero así tomada no me hace nada, entonces esa no me la tomo si es Sibuprofeno, tengo que estar tomando mucha pastilla todo el día, unas 6 pastillas mínimo todo el día, si es Naproxen me la llevo como con unas 4, dos en la mañana y dos en la noche, si son las que generalmente tomo, me empecé a medicar desde que me empezaron los dolores, desde los 14, si yo a mi me dolió y con la pena me dijeron eso te tomas y eso me tomo, siempre he sido así, han sido dosis muy fuertes, o sea incluso antes era de tomármelas o casi siempre me las tomo desde...si se que me va a bajar el 24 y yo ya empiezo con los síntomas hasta una semana antes, por decir el 22, 23 yo ya estoy tomando algo, para que el 24 que es seguro que me baje o ese 23 yo ya no tenga mucho dolor. Siempre y cuando me lo tome si funciona o sea si me lo estoy tomando seguido, si, si no, no me hace nada, generalmente las molestias siempre están igual, solamente que ande muy de malas o muy sensible entonces quien sabe pero me duele más, pero regularmente no o sea casi siempre me duele igual, o no lo diferencio, también porque como siempre me estoy tomando el medicamento, entonces más bien ya como que no hay una conciencia de cómo duelo sin o con, porque yo me lo tomo, porque yo se que me empieza a doler y es de ya no me paro, ya no me paro para nada, a veces con el medicamento esta pero ya es como que más leve, entonces ya puedo hacer mi vida normal, si no me la tomo ¡no me paras!, tengo nauseas, vomito, y no me paras del dolor....

Entrevista 6:

..., si fui al doctor por los dolores, no me dieron ningún tratamiento, nada más me decían, al principio un doctor me dijo que hasta que ni me embarazara se me iban a quitar esos dolores, pero tomaba nada más en Espasmosivalgina, me daban te de orégano, me ponían trapos así con, los calentaban con las plancha y así muy, muy calientes en el vientre y era lo que mas o menos me calmaba un poco el dolor.... Si el dolor era muy, muy fuerte tenia que estar acostada, me echaba muchas cobijas encima porque sentía que le calor era lo que me, me aliviaba, pero ya era cuando era, demasiado, demasiado fuerte trataba de aguantarlo lo más que pudiera para que no me estuvieran regañando porque era muy exagerada...

Entrevista 7:

Tratamientos...principalmente de pastillas, los cólicos comenzaron a los 11 igual, 11 y medio, de hecho no he ido al ginecólogo jamás en mi vida, mi mamá me ha diagnosticado y me ha dicho que me tome, ibuprofeno, es una pastilla, una en la mañana y una en la noche, los 4 días, si me funciona, no vivo sin la pastilla¹...

¹ Rió

Entrevista 8:

... hay!, pues no hago nada más que aguantarme, por que igual no me gusta tomar², casi rara la vez que tomo una pastilla para calmar el dolor, cuando solamente es demasiado fuerte que por lo regular no me sucede, me a sucedido a lo mejor una vez o dos veces que si me ha dado pero si fuerte pero de ahí en fuera o sea son cólicos que digamos que se soportan o sea que se aguantan,...

² Ríe

Entrevista 9:

... Empecé tomándome Neomelubrina era mi vicio de cada mes tomarme mis Neomelubrinas, me tomaba 2 al día porque pues si era muy fuertes, y ahorita estoy tomando unas pastillas que se llaman Espasmosivalgina algo así, si me funcionan, de hecho me tomo un al día y con esa tengo, las primeras luego no me funcionaban porque me tenia que tomar 2 al día o luego hasta 3 y no me lo quitaba...

Entrevista 10:

... ya tolero un poco más el dolor, ya hasta ni tomo medicamentos antes si, el primer día tomaba sincol o una que es Demer, Days, de días, me lo receto mi tia¹, ella la tomaba, me lo tomaba nada más el primer día, pero así que digas me funcionaba, me funcionaba, pues no, porque si sentía todavía los dolores pero menos, pero si por lo regular siempre vomitaba y los dolores súper horribles, tes mi mama me hacia de manzanilla o de hierbabuena ya ni recuerdo, no me servían tenía que dormir todo el día o de hecho el vomitar ya me calmaba un poco el dolor...

Entrevista 11:

...No he llevado ningún tratamiento nada más como en 3 ocasiones de todo, he tomado pastillas para el dolor, pero son para dolores menstruales, si me funcionan, no las he seguido tomando, porque te digo que no soy mucho de estar tomando pastillas, es que sabes cual fue el problema que te digo como yo tome mucho tiempo pastillas, porque te digo que me mandaron cundo me dolía mucho la cabeza o sea hubo un tiempo en que le dije a mi mamá, yo ya no voy a tomar pastillas, porque a mi el doctor me, o sea un doctor me lo dijo es que sabes que onda si sigues tome y tome pastillas y si te seguimos mandando pastillas para tu dolor de cabeza el que va salir perjudicado va a ser tu hígado, entonces por eso me dio miedo desde que el doctor dijo yo dije a yo no me vuelvo a tomar pastillas y por eso te digo que me fui acostumbrando al dolor y por ejemplo de la menstruación igual y mi mama nunca nos dijo tomate una pastilla, entonces no...

Entrevista 12:

.....como a los 28 años me empezaron a dar una pastillas para que no me dieran tan fuertes los cólico, era la intometasina, supuestamente era para que no me de tan fuerte el dolor, fue al IMSS; yo siento que si funciona, me bajo un poco los, o sea si me daban los cólicos, pero ya no tenía tanto los síntomas de antes, igual, bajaron, después ya lo deje, de hecho me recetaron que me tomara 1 cada 8 hora y luego me tomaba 1 o 2 el primer día que eran los síntomas muy fuertes ya los demás eran ya los demás eran, se puede que ya normales pero ya no me dolía más que cuando iba yo a terminar en el tercer día, me daban otra vez los cólicos, pero ya eran soportables, dura 3 días la menstruación, el dolor nada más el primer día y el ultimo, ya después me daban la Nimesulid para los cólicos, pues posiblemente me tomaba 1 o 2 el primer día, y ya después ya, ya es lo que me tomaba en las ultimas fechas, si todavía me dan cólico pero menos...

Entrevista 13:

... siempre que me daba, bueno y eso lo descubrí, fijate que y pasaron cuando descubrí eso, deje de tener los dolores, este comer paleta de hielo ya sea enchilada o de limón, la paleta de hielo, ¡hijole!, me estabilizaba y me puso así, no se ni porque rayos en una ocasión me estaba yo en una tienda y dije, tenía un dolor extremadamente así ¡hijole!, no lo aguantaba y algo me dijo, no se algo me dijo, le dije a mi hermana sabes que ve por una paleta de hielo, porque tengo una sed horrible pero no quiero agua, quiero algo de hielo, hielo, fue y la compro y me dice ¿pero no te va a doler mas?, dije, no, no creo, compro y la compro enchilada, no pues eso me animo, ¡como si nada hubiera pasado!, mes estabilizo rápidamente, me quito, dolor de espalada, dolor de pies, bueno de cintura igual y no pero era menos el dolor, disminuyo en ese momento y el dolor de estomago si fue, que me fue a levantar, dolor de estomago fue así como que ¡órale!, he descubiertto que con el hielo se me quita, desde ahí paleta de hielo, de hecho hasta mi mamá se ríe, porque dice que ¿cómo paleta de hielo?, si con paleta de hielo se me quita, el día que me da o sea el día que me baja, has de cuenta que s así como que ¡hay, no puede ser!, y me empiezo a sentir mal!, pero fijate que últimamente ya no, pero si cuando siento que es así tremendo, tremendo, empiezo a comer paleta de, me como una paleta de hielo, y ya me estabilizo en el instante, nada más que tiene que ser de limón o enchilada, no he probado con las demás pero con la de limón y enchilada me funciona¹ muy bien, y según el limón es malo, bueno he escuchado que los cítrico son malos, pero en mi no al contrario me estabilizan, desde ahí ya no son iguales lo cólicos bajaron...

¹ Rió

Entrevista 14:

... al principio empecé a tomar el sincol, pero el primero el tenns que porque hay no se que, pero tampoco me hacia nada ya, o sea si me hace, medio me amensa la molestia pero que me la quiete completamente no, y no siempre me lo tomo porque no siempre me duele o sea si hay cólicos, o sea, no cólico, cólico, pero ya se cuando me va a bajar porque siento la molestia no en tanta intensidad como por ejemplo esta vez, pero esta vez, si como que ¡hay!, ya tenia mucho que no me daba así....

Entrevista 15:

...al principio era de tomarte la famosa pastilla Sincol, después empecé a darme cuenta que conforme yo hacia ejercicio o yo estaba en constante movimiento no tenia ese problemas de dolores, entonces ahí fue cuando empecé a controlar el dolor, a través de ejercicio y de estar en constantes movimientos, así es como lo he controlado...

Entrevista 16:

... si nada mas he tomado la Sincol y a veces tes de orégano y de manzanilla, no me funcionan los tes, la sincol si, por ejemplo el primer día que es cuando me da así me tomo dos pastillas y me lo quita...

Entrevista 17:

..... para los cólicos me daba una inyección de busca...hay como se llama no me acuerdo, pero me la daban, me la ponía intramuscular y si no me funcionaba me ponían intravenosa, yo siento que desde la prepa empecé así con los cólicos incontrolables, muy, muy, ósea me incapacitaban pues, los cólicos empiezan los cólicos como a los 16 y en la prepa aumentaron hasta la universidad o sea yo misma sabia lo que me tenia que hacer, hasta padecía dogradicta porque me iba a los baños a ponerme yo solita y no me acuerdo de eso siempre fue eso, hasta que, cuando perdí al primer bebe empece a dejar de tener cólicos tan fuertes, cuando nació mi hijo mayo me vieron que tenia 3 miomas y me los quitaron y me volvieron a crecer, con mi hijo menor me volvieron a decir que tenia 3, los cólicos disminuían con la inyección, me ponía bien pacheca, deje las inyecciones cuando perdí al primer bebe, después de ahí lo controlaba con pastillas, me llegue a tomara hasta 2, no me acuerdo, es que desde que apareció el sincol fue una maravilla, me quita lo hinchado y a parte me quita la molestia, pero no lo tomo regularmente procuro aguantarme hasta que sea una situación muy insoportable, que ya no se me da....

Entrevista 18:

... No me gusta tomar nada, más me aprieto el estomago, siento que así apretada como que se me quitan yo así siento, yo siento que si me alivia por ejemplo el dolor....

Entrevista 19:

... prefiero algo más natural, si me dices tomate 20 de estas cositas y de verdad se te vana quitar, prefiero lo natural, siento que me hacen mucho daño las pastillas mucho daño....

Entrevista 20:

.....pues no me tomo nada hay veces que me tomo un te depende que tan fuertes sean hay veces que me tomo un te o nada más, de manzanilla o cualquiera, si me alivianan un poco...

Entrevista 21:

... Diminuyeron los cólico porque empece a meditar y eso me ayudo un buen porque ahora no me dan casi, digo últimamente porque me he descuidado con lo de la alimentación y eso y ya no he meditado, pero cuando estaba meditando si sentí un gran cambio porque ya no me daban tan

fuertes o sea no me dejaron de dar pero no me daban fuertes, o sea era un dolorcito pues, y por eso se me disminuyeron, como un año tengo que disminuiron....

Entrevista 22:

... me tomo pastillas y no se me calca, hay no se mi mama me da pastillas, a veces se me calma no muy seguido,...

Entrevista 23:

... Para los cólicos no tomo algo, porque no son muy fuertes...

Entrevista 24:

... Mi mama me daba tesito que ajenjo y si ya me controlaba, pero ya después, ya no, yo no me hacia el tesito de ajenjo, cuando me aumentaron los dolores después de los 22 años, me daba ya el tesito de ajenjo y una copita de anís y con eso, se me quitaba, los 3 días controlaba el dolor, pero inclusive mi mama me llevado con doctores y me dijeron que hasta que me casara se me iba a quitar y efectivamente me case tuve mi primer bebe y se me olvido, ya después ya ¹....

¹ Ríe

Entrevista 25:

... el cólico, si me es fuerte pero si lo soporto porque nunca he sido así de las que tenga que tomarme algo para que se me calme el dolor o sea si he llegado a tomar cosas pero han sido este, una amiga de mi mama le recomendó unas pastillas pero han sido naturales, si me calmaba, ahorita ya no las tomo, o sea si me llega a dolor pues me aguanto y normalmente me dan esos cólicos en las noches y ya lo que hago es acostarme boca abajo y si se me calman hasta que me quedo dormida no...

Para una mejor comprensión y apreciación de los datos se realizo la siguiente tabla:

Tabla 3. La forma en las que las entrevistadas controlaron los síntomas de la dismenorrea.

ENTREVISTA	CONTROL DE LA ENFERMEDAD		
	MEDICAMENTO	REMEDIOS NATURALES	AGUANTARSE
1			x
2			x
3	x	X	
4		X	
5	x		
6	x	X	x
7	x		
8			x
9	x		
10	x		x
11			x
12	x		

13		X	
14	x		x
15	x	X	
16	x		
17	x		
18			x
19		X	
20		X	
21	x	X	
22	x		
23			x
24		X	
25			x

21 entrevistadas ven como normal su padecimiento, algo que viene con la menstruación, que lo padecen todas las mujeres, por lo cual no toman nada para el malestar y mes tras mes solo toleran el dolor, lo que ocasiona una separación con el cuerpo, el ya no sentirlo.

El continuo consumo de medicamentos y remedios caseros demuestran que la dismenorrea es un malestar que no se puede controlar con un remedio exterior, esta es una enfermedad sostenida por factores emocionales por lo que es necesario trabajar con la persona y no con el síntoma para tratar el malestar, una opción es el trabajo corporal.

EMOCIÓN, SABOR Y PADECIMIENTOS: la emoción, sabor de preferencia y enfermedades que presenta la entrevistada o que se tienen con más frecuencia.

- a) Emoción: la emoción que reporta la entrevistada como predominante en esta etapa de sus vidas.
- b) Sabor: el sabor de preferencia que reportan las entrevistadas
- c) Enfermedades más frecuentes: las enfermedades que ha padecido con más frecuencia la entrevistada a lo largo de su vida.
- d) Enfermedades que padece: Las enfermedades que padece la entrevistada en la actualidad.

a) Emoción

Entrevista 1:

...mi estado emociona...¡no...bueno, yo me siento muy bien, me siento feliz, estoy contenta!, pero así como que de repente me siento triste, porque me pongo a pensar ¿Qué hago aquí?¹ no se es que esta no era mi carrera, entonces así como que siento...¡no me descontrole totalmente!, y pues realmente es eso, porque yo pedí medicina y mi segunda opción fue biología, pero me dieron biología, entonces cuando llego a biología me doy cuenta de que no era lo que yo pensé que iba a ser, yo realmente pensé que iba a llegar luego, luego a ver animales, a tratar y pura practica y no me encuentro con Fisicoquímica ¡hijole! me dio así completamente, los primeros días de clase yo me sentía muy mal, así, yo no quería venir, y ya una compañera me dijo: -échale ganas, yo te voy a ayudar-, yo decía:- es que no entiendo los problemas- y muchas veces me quedaba hasta tarde, me explicaba y ya a horita ninguna materia me preocupa digo voy bien, me desespero mucho a horita, porque como que de repente mi equipo, ¡hay!, no da ni una, entonces nada más mi compañera y yo hacemos las cosas y andamos gritando y ¡hay es que porque no se apuran!, entonces luego si, pero no se si es parte de mi el que no me enoja tan fuerte cuando no lo es, entonces, te digo a horita estoy muy contenta muy feliz....

Entrevista 2:

....*Siempre ando contenta...*

Entrevista 3:

... emoción que predomina....pues en este momento pues yo creo que alegre pues acabamos de regresar, ya tenia ganas de volver, me siento a gusto, la semana pasada no vine para nada porque no tuvimos clases, entonces ya tenia más ganas de venir, y pues me siento a gusto feliz, o sea no el miedo en si de terminar si no que , pues esa preocupación de que yo quiero ya hacer algo para mi por mi, como te dije dejar de depender tanto económicamente y que yo se que si puedo tener todas las ganas de el mundo y saliendo pero no va a ser así como yo lo pienso, se que me voy a encontrar con muchos, con muchos, no se, piedritas en el camino que me vana dificultar hacer mis planes tal cual quiera, entonces a la mejor eso es un poquito lo que me preocupa que no los pueda hacer exactamente y se que pues así va a hacer porque no me va estar esperando un trabajo ahorita que yo quiera pero eso es lo que a mi me preocupa, o sea si, pero no es así que este el miedo constante por eso, lo pienso y me preocupo y quiero hacer cosas y se que tengo que, o sea obviamente no porque las quiera hacer ya se vana a dar en el momento, si no que tiene que pasar tiempo pero, no se como que en determinado momento me desespero. Angustia, hay, ¡huhu!, no todo el tiempo pero si hay...

Entrevista 4:

....*yo siempre al menos en lo que fue la cuestión de la universidad para acá me a pegado mucho eso, sentirme sola, muy vacía...*

Entrevista 5:

... *Ahorita yo creo que la relación con mi novio, como que hay varias, esta entre mezclado, entre a veces cuando no me gusta lo que hace o lo que hacía había mucho enojo, hubo mucha tristeza cuando sentía que me hacia tanta falta, como que me sentía muy triste, pero también ha habido mucha alegría, entonces más bien como que se han ido entremezclado, la relación con mis papas a horita puedo decir que es buena...*

Entrevista 6:

... *mucha tristeza o resentimiento no se que sea lo que siento porque estoy conciente de la pareja que tengo de como es, de como me trata de todo eso pero, pero lejos de tomarlo² en cuenta o de valorarlo nunca se lo demuestro mucho menos se lo digo y siempre trato de lastimarlo y de hacerlo sentir mal de hacerlo sentir menos, al momento que me da mucho coraje y que le digo todo lo que le digo y me porto mal y todo eso, el mismo coraje no me deja ver nada pero después me siento*

muy mal conmigo misma pero no hago nada por solucionar las cosas y aunque yo sepa que este mal nunca, nunca acepto el que yo este mal, siempre como sea yo tengo que ganar, a veces trato de cómo de querer guardar todo el coraje que siento o las ganas de desquitarme, no de cosas que me hace él porque él no me hace nada, si no como de desahogar mis traumas tratándolo mal o diciéndole cosas o algo así y a veces como ahora que lo operaron me preocupaba mucho que saliera bien de la operación que estuviera bien, siempre le pido mucho a Dios que lo cuide para que este con nosotros, lo operaron de un ojo, tenía una catarata en un ojo, pero tiene, como es...tienen muchísimos años fumando ya tiene su corazón crecido y sus pulmones están mal, le van a poner anestesia general y siempre es peligroso entonces si me preocupaba mucho que le pudiera pasar algo....

² lloro, derramo lagrimas pero siguió hablando.

Entrevista 7:

...Ahorita no se estoy alegre porque lo tengo todo...

Entrevista 8:

... Ahora...pues digamos que se combina entre alegría y pues tristeza a veces...

Entrevista 9:

...Emoción, ahorita, si tristeza...

Entrevista 10:

... Ahora...pues ahorita lo que estoy viviendo o sea con tanto que ya termine la carrera aun no lo puedo creer así como que y ahora que sigue, así como que te quedas en incertidumbre si hay como que un sentimiento de incertidumbre de que va a pasar ahora, miedo, no puedo negar si tengo miedo de que, porque antes pasabas a la secundaria, no ahora sigue la prepa, la universidad, pero ahora, pues puedes decir un postgrado, una maestría, pero ya no es lo mismo ya tienes que ver realmente tus intereses porque si no la puedes cajetear¹, entonces si como que hay incertidumbre, eso es lo que me esta marcando así como que ya termine y también la relación que estoy viviendo ahorita sentimentalmente si, yo nunca creí que me hubiera pasado esto, si estoy súper enamorada y estoy pasando momento alegres en mi vida. ...

¹ Rió

Entrevista 11:

...Emoción ahorita...yo digo que todavía coraje o sea la verdad si, te digo hay cosas que me acuerdo y me dan mucho coraje te digo que más así como que relacionado con su familia, por ejemplo así de lo que me acuerdo muchísimo has de cuenta que íbamos a comer así a un lado y pues iba toda su familia, como yo como muy despacio, pues has de cuenta que terminaban de comer, ellos se levantaba y pagaban y yo imaginare con medio plato y yo así afuera ¡oye porque me hacen esto!, o sea cada vez que me acuerdo¹ y me da mucho coraje...pero pues si, pues cosas así o que su hermana que siempre me decía que la niña no era de él, porque fue lo que me dijo, que la niña no es de él porque ella es blanca pero pues toda mi familia es blanca, mi papa es el único moreno y yo soy la única morena, entonces pues si que ¡ni si quiera es tu hija!, ¡que bien que te vio la cara!, y ósea y de mi cara se lo decían ¡hay pues si!, o sea ¡indirectamente! No , decían , pues si nada mas te hubieran hecho el cachirul, pero por lo menos se hubiera parecido a ti, no, y delante de mi no, entonces fueron cosas así como que no, a mi no y más te digo él coraje más que con su familia porque me decía ¡es que quieres que haga si ellas son así!, y yo bueno pero mínimo tu también tienes algo que hace porque si yo no lo puedo cambiar a ellas por lo menos tu si puedes hacer algo, pero yo creo que si es un coraje hacia ellos y hasta ahorita creo que todavía, porque por ejemplo ¡yo siento tanto coraje hacia su familia! A la fecha alo mejor ya es menos, pero si me da mucho coraje y por ejemplo a veces cuando él se va o que esta con ellos y todo eso yo

digo, o se porque ahorita tiene creo 3 año, va para 2 o 3 años que no voy para nada a su casa, si va él se lleva a la niña, pero por ejemplo siempre fue así o sea de que iba él, o si íbamos pero así como que ¡hay!, de que a veces hasta te ignoraban no, entonces eso si, si, entonces te digo el coraje fue así como, y digo bueno finalmente pues tu, creo yo pudiste haber hecho, porque yo, o sea si no soy yo muy de su ambiente y lo que sea, a mi no me vas a cambiar, a mi no me vas a cambiar o sea yo no me voy a hacer como ellos ni tampoco ellos como yo, pero tu siento que como que si pudiste haber mediado esa situación, y es el coraje hacia él, y te digo a la fecha si hemos tenido problemas por eso porque por ese lado, o que dice algo y me da mucho coraje, este aya o que le digan como ¡hay!, hacia él por la situación...

² llora

Entrevista 12:

.. Ahora...emoción...creo que ninguna o sea, yo he trato de cambiar emocionalmente, buscar nuevas cosas, nuevas...pues nuevos caminos para dejar todo aquello atrás...

Entrevista 13:

...Emoción...pues fíjate que un poco de frustración por lo mismo porque tengo una prima que ya termino, ya esta trabajando y siempre es la que esta presente ahí y si te sientes así como que media frustrada, pero pues digo de repente no pues porque no, pues hay que echarle ganas aquí nos e acaba y pues hay que seguir...

Entrevista 14:

...Emoción....o sea así como confusión, así como que bueno, a lo mejor no es una emoción pero, o se triste no estoy porque como que ya agarro la onda más y digo, bueno pues ya ni modo, coraje a veces no, y como que tampoco porque digo o sea no, pues ya ni modo, si es así como que más así el porque no, o sea no...

Entrevista 15:

... hay me pongo de malas, el primer día así como que no me quiero levantar de la cama y me da flojera, tengo pereza y me pongo a veces de malas y yo nunca había experimentado el de sentirme así triste y luego alegre, y luego enojada, hasta a penas también hace poco que tuve mi periodo, me sentía así con ganas de chillar y yo decía, pero porque así a mi nunca me ha pasado hasta a penas hace poco que tuve mi periodo fue cuando sentí y este, pues antes si era de ¡hay!, estar así de flojera, pero pues ya después era así de cuando empezaba mi ritmo de mis actividades pues ya estaba yo como si nada pero hace poco experimente el hecho de sentirme con ganas de llorar nombre, entonces así me sentí fatal...

Entrevista 18:

....Ahora...recuerdo mucho mi primer, mi primer vida o sea mi matrimonio, eso si, o sea eso ya nunca se me va a olvidar. Hubo mucho dolor y luego me acuerdo y como que me dan ganas de llorar, pero digo no, eso ya quedo en el pasado...

Entrevista 19:

... emoción...yo creo que miedo mucho miedo...

Entrevista 20:

... Emoción...pues estoy bien, estoy tranquila...

Entrevista 21:

... Emoción predominante, ¡hay, no se ya¹ no se! No se es que por ejemplo de repente puedo sentirme enojada pero después ya no estoy triste o estoy contenta y así como que ya no es una pues....

¹ Ríe

Entrevista 22:

.....pues como que de las dos partes, a veces estoy triste y a veces estoy feliz....

Entrevista 23:

...pues estoy contenta...

Entrevista 24:

... lo único que siento que me siento reprobada como mama porque no he sabido, me repruebo por haber tenido 4 niños, no es que los rechace, no los rechazo, como les, yo si les platico a mis hijas, no los rechazo, pero siento que no les di todo el tiempo que ellos deberían de haber tenido a que si hubieran sido 2, el que fuera no, yo no tengo preferencia por ninguno, pero en dos a la mejor si hubiera yo podido, pues no se sacar algún profesionista de una carrera larga, no se que algo grande, mi hijo iba para agrónomo y no le gusto, se metió a chingo, tampoco le gusto y se me tío a la UAEM, pero estuvo cuando estovo el paro de 6 meses entonces se metió a trabajar y ya no se metió, eso, me frustró mucho, lloraba mucho yo, inclusive siento que ahora platico y me duele mi corazón, pues hora si que fue decisión de el por que nosotros siempre le dijimos, mira lo que tu gustes hijo, no te vamos a decir tu tienes que ser medico, tienes que ser, no, lo que tu gustes, una carrera corta una carrera larga, lo que tu creas que es lo que te gusta, pero que la termines y que sea un buen profesionista, pero pues no siento que le dimos toda la libertad de elegir, pero quizás no le dimos el impulso que el necesitaba, no sabría explicarme, no se que paso, siento que falle en algo, pero no en que, siento que me remuerde la conciencia, siento que no hice todo lo que debí de haber hecho, mis hijas tiene carrera técnica, en eso también siento que hizo falta, porque siento que están en algo que no les gusta, que ya nada más lo toman, pues para sacar una carrera y ya, la que fuera, pero que no les gusta realmente, siento que me hizo falta mucho impulso para ellos, siento que me programe para dos y no tuve, también es lo que yo pienso¹ quiero dos pero nunca me controle, pues antes no tuve más y si cada 4 años nada más, embarazada, aun así siento que soy hija privilegiada de Dios¹....

¹ Ríe

Entrevista 25:

.....Ahora...lo de la universidad, emoción...pues si la felicidad, bueno alegría, pero también así como que un poquito de miedo, pues si a lo que te vas enfrentando cada vez no de ¡ha!, miedo pero también así como que la hay se me fue la palabra...la curiosidad de ver que es lo que pasa, mas que nada son así como las 3 cosas que ahorita siento...

b) Sabor

Entrevista 1:

...a mi lo dulce...

Entrevista 2:

...Les gusta mucho lo dulce a todos, a mí también, siempre ha sido así...

Entrevista 3:

...mi familia prefiere lo dulce y lo picoso en todos, incluso a mí...

Entrevista 4:

... yo soy sala totalmente, yo soy de las que de repente todavía nos se si sabe a sal o no pero ya le eche sal³, yo soy así de mucha sal y dulce, muy dulce yo prefiero mil veces un chocolate a algo que pique lo picoso no me gusta...

³ Sonríe

Entrevista 5:

..... Creo que el dulce bueno a mi me gusta el dulce, no, puede ser que a todos, o sea a veces comemos salado, este, comemos picante, se podría decir que entre el salado, el picante y el dulce, si serian los que mas predominan, incluso en mí...

Entrevista 6:

...Preferimos lo picante siempre, yo también...

Entrevista 7:

...yo no vivo sin lo dulce y sin el picante¹...

¹ Rió

Entrevista 8:

... y yo, normal...

Entrevista 9:

... Un poquito lo salado como que me gusta mas lo saladito...

Entrevista 10:

.....es que estoy entre lo salado y lo dulce...

Entrevista 11:

...yo dulce y picante...

Entrevista 12:

... a mi no me gusta mucho lo dulce, no me gusta condimento ni con mucha sal, picante tampoco, el limón no mucho, no...

Entrevista 13:

...neutra...

Entrevista 14:

... o sea es la necesidad del chile por ejemplo o de lo salado o lo dulce, es que como que va cambiando o sea nos siempre es el mismo...

Entrevista 15:

...dulce, yo también, si definitivamente...

Entrevista 16:

... así como que agrio, limón, sal, y chile...

Entrevista 17:

... es que varia es que hay veces que tengo ganas de un chilito, no comemos chile en esta casa pero hay veces que se te antoja, hay otras veces que se me antoja lo dulce, creo que depende de cómo me siento que tengo la necesidad de...el dulce eso si yo creo que depresión, no tengo ni idea, del dulce si cuando estoy deprimida ese gusta, o sea necesito...

Entrevista 18:

...nos gusta más la sal, como que somos muy salados, incluso guiso yo como que, no lo pruebo, le echo la sal primero, no importa si este salado o no, y luego mi mamá es muy, incluso hasta para su comida es muy salada, luego si se pasa bastante y pues que se la come...

Entrevista 19:

... yo hijole a veces caigo mucho en lo ácido, en lo picante, en lo salado y a veces en lo dulce tengo temporadas en donde igual consumo mucho de cada cosa. Depende de mi estado de animo. Cuando prefiero picos comúnmente me siento triste, salado me siento ansiosa, dulce me siento relativamente pues bien o despreocupada, ácido cuando estoy enojada....

Entrevista 20:

.... y yo mucho picante...

Entrevista 21:

....el picoso, como el agridulce...

Entrevista 22:

...a mi me gusta también lo picoso y lo dulce...

Entrevista 23:

...a mi lo ácido...

Entrevista 24:

...picante ...

Entrevista 25:

...el agridulce...

Para una mejor comprensión y apreciación de los datos se realizó la siguiente tabla:

Tabla 4. Emoción y sabor predominante en las entrevistadas.

NUM.	SABOR	EMOCIÓN
1	dulce	feliz, triste
2	dulce	contenta
3	dulce y picoso	alegría y angustia
4	salado y dulce	muy sola
5	salado, picante y dulce	enojo, tristeza, alegría, entremezclados
6	picante	mucha tristeza, resentimiento
7	dulce y picante	alegre
8	no hay	alegría y tristeza
9	salado	tristeza
10	picante, salado y dulce	miedo, incertidumbre, alegría
11	dulce y picante	coraje
12	no hay	ninguna
13	no hay	frustración
14	picoso, salado, dulce, cambia	confusión, coraje
15	dulce	alegre
16	agrio, sal y chile	_____
17	varia, chile, dulce, depende de cómo me sienta	_____
18	sal	dolor
19	ácido, picante, salado, dulce, depende de mi estado de animo	mucho miedo
20	picante	tranquila
21	picoso, agridulce	de repente enojada, triste o contenta, ya no es una
22	picoso y dulce	triste y feliz
23	Ácido	contenta
24	Picante	reprobada como mama
25	Agridulce	felicidad, alegría, miedo

c) enfermedades más frecuentes

Entrevista 1:

..... cuando estaba pequeña, era muy seguido que asistiera, porque me enfermaba mucho de las anginas, y entonces era casi cada mes, cada 15 días, porque cuando me enfermo me dura, una gripa, hasta 20 días, un mes, entonces, si, ya hasta después me empecé a tratar mis anginas con una...según era medicina alemana y me inyectaban las anginas, entonces si me compuse, me compuse como 2 años y no me enferme, pero, pues a horita por los cambios de clima, como que me resfrió, pero, pus ya empiezo a tomar Adelogil y todo eso, para ir al doctor, porque me dan ya pura penicilina, siempre me han dado pura penicilina, entonces ya tomo penicilina, y como que me salen ronchitas, como que ya siento que tengo alguna alergia contra la penicilina, me daban hasta 10 inyecciones, y las pastillas como 8 días, me funcionaban, pero así como me recuperaba, luego, luego, me volvía a enfermar, todo el año, hasta me querían operar las anginas y todo, pero pues, me dijeron que no me convenía, en esa etapa me encontraba muy triste muy cansada, así súper...agitada completamente. Como a los 10 años me empiezan a tratar con medicina alemana, la doctora era alemana y nunca pregunte que era, pero así como si fuera la penicilina inyectable, pero era un liquido entre rojito y naranja y me abría la boca y directamente a las anginas me inyectaba, se me dormían como una horas, las anginas y ya después así poco a poquito iban bajando, creo que era medicina alópata, me inyectaban las 2 anginas cada sábado, fui un año, a los 12 me deje de tratar y de los 12 como a los 13 y medio 14, no me enferme y ya de ahí hasta la fecha, pues si, me resfrió y todo, me enfermo...

Entrevista 2:

...cuando nací yo nací alérgica a todos, entonces tuvieron que llevarme a revisiones muy seguido al doctor, ya hasta que me quitaron todas las alergias, nada más me quedo un poco la alergia al sol, cuando me d mucho se me pela la piel y se empieza a caer, ¡hay,no! se ve bien feo, pero bueno¹...no me dijeron porque, me parece que luego, luego se me quito... como siempre ha sido muy, como que muy delicadona¹ si tienen que estar llevándome constantemente, como cada dos meses, luego me hace daño la comida, luego ya no tengo hambre, no se luego se me bajan las defensas o me enfermo de gripa o así, entonces porque me tiene que atender rápido, porque si no me enfermo más feo ¡según!, entonces pues si, sufro mucho del estomago no se porque, no puedo comer comida en la calle ¡porque ya me dolió el estomago! o no se no me cae muy bien la comida de la calle o así. Me dan una pastilla y al siguiente día ya estoy bien, cuando es gripa duro hasta 1 semana o 15 día, me dan jarabes, mucosolban, o algo así...

¹ Río

Entrevista 3:

... las veces que he llegado a enfermarme, que son muy pocas, pues en particular, asisto como dos veces al año con el medico, enfermedades más comunes pues...gripa y tos. De hecho nunca he sido así muy enfermiza, me enfermaba más en frío, alguna otra enfermedad, bueno eso es reciente, lo de los dolores menstruales, alguna otra no....

Entrevista 4:

....realmente me enfermo muy poco, nunca he sido de muy enfermiza cuando me da hubo un tiempo en que me daba mucha gripa, como que constante a cada rato, fue como a los 21, 22 años en ese año me acuerdo que me dio, gripa, gripa, gripa, gripa, gripa, gripa, gripa y siempre traía gripa... Realmente he sido muy poco solamente te digo, yo nunca he sido muy enfermiza, nunca ha sido mucho, si me la controlo con medicamento, por decir si la primera vez que me dio la infección en mis riñones obviamente fue con medicamento, bueno cuando me la atendí, la primera vez que me dio la infección en los riñones yo tenía 18 años, y es que había una situación en casa difícil entonces yo no decía lo que me pasaba, como me sentía sino que me cacharon ya estando en el hospital, no yo, no como te digo fue una situación en casa mi mamá estaba internada ene se entonces, entonces como yo la cuidaba se dio cuenta, pero si no quien sabe¹ hasta como hubiera llegado...

Entrevista 5:

...Cuando nací te digo que me tuve que quedar por el dichoso hígado, después salio mi mamá y mi abuela se fue al pueblo y me enferme, no se de que, sea después de que mi abuela se va me enfermo yo, es que supuestamente, hubo temperatura, hubo fiebre problemas para respirar, me internaron y en el hospital no encontraron nada, físicamente parece ser que no había nada, y el doctor le pregunta a mi mama que quien era la quien me cuidaba, y le dice: -sabe que pues es mi mamá-, -y ¿donde esta su mamá?-, no pues que se fue al pueblo,-, y ya le dice el doctor:- pues va usted y le va hablar al pueblo y le va a decir que se regrese si no quiere que su hija no salga del hospital, porque ¡esta triste!, o sea lo único que tienen es que esta triste y extraña a su abuela-, dicen que cuando regreso mi abuela, mi abuela regreso al siguiente día de que le llamaron y que cuando llego y me hablo y que por arete de magia a la hora yo ya no tenia temperatura, yo ya respiraba bien, yo ya estaba bien y me dieron de alta, tenia meses unos 6, 7 meses, ya un poquito más grande tuve fiebre reumática y tuve que estar yendo a que me pusieran el antibiótico, que era Premprosilina de no se cuantas unidades y si iba no se cada semana y dejaba pasar una semana y luego otra vez y a cada rato me hacían exámenes de sangre y exudados faringeos para ver si el estreptococos todavía seguí en la garganta fue como a los 10, 11 años fue cuando se me quita, empieza como a los 5, 6 años, de ahí ya no tuve nada de enfermedad ni nada, hasta los 18, 19 que me operaron de la apéndice...

Entrevista 6:

...enfermedades...el vitíligo, gastritis, colitis, fiebre reumática y según me dijeron la fiebre reumática me produjo una cardiopatía y la contractura, nos es como se llame a horita lo que tengo en la espalda...

Entrevista 7:

... lo que más me da son infecciones de la garganta y de estomago,...

Entrevista 8:

.... la gripe, cuando hace mucho calor, cuando hace frío casi no, muy decaída, por la enfermedad, tratamientos...pues únicamente lo normal digamos pastillas para el malestar del cuerpo, para desinflamar la garganta o para las anginas, sufro de la garganta con facilidad me enfermo de las anginas más cuando hace sol, pero por lo regular siempre hay molestias en la garganta...

Entrevista 9:

...tengo de hecho un esguince desde hace como 7 años más o menos, iba en la secundaria estaba jugando básquetbol y desde ahí mi rodilla se me fue hacia el lado derecho y desde ahí me provoquen esguince el cual no me ha quedado bien, desde ahí si, me empieza a doler la rodilla es que se me empieza a inflamar y no puedo caminar de repente y otra enfermedad pues sería que tengo como que, de pequeña me diagnosticaron asma, de hecho hasta mis padres se iba ir vivir a Cuernavaca por lo mismo de que yo tenia, el doctor me había dicho que tenia antecedentes de asma, entonces para esto, hay veces que si soy muy enfermiza, hay veces que cada mes me enfermo de gripa, pero muy fuerte y si me tumba la gripa, de pequeña de hecho hasta me dieron principios de cólera porque empecé a tener una fuerte gripa era de que me empezó a doler la cabeza, empecé con diarrea, vomito, gripa y todo eso... De la vista pero, pues ya² como que esa enfermedad, me empezó a surgir cuando iba en segundo año de primarias miopía y astigmatismo...

Entrevista 10:

.. Enfermedades más comunes, gripe y tos, por diciembre en tiempo de frío y también en verano, con mucho calor,..

Entrevista 11:

... He padecido colitis más o menos en la universidad, cuando estaba más chica más o menos entre los 16 y los 20, 22 me dolía mucho la cabeza, lo que pasa es que tuve un accidente cuando tenía 16 años y tuve un golpe en la cabeza, me caí, de una, de un carro, bueno fue que me salí, bueno no iba con mucha fuerza a pero como era vuelta, has de cuenta que rodé prácticamente di como 3 vueltas, entonces me pegue tanto en el lado izquierdo en la cabeza y de la rodilla pues en las piernas y todo eso, entonces como unos que ser aun año y medio después empecé con dolor de cabeza, y dolor de cabeza, y dolor de cabeza y nunca me encontraron nada, o sea me dijeron que no, o sea como te digo que tenía seguro me mandaban la neurólogo y pues si al medico general y al neurólogo y además no me mando a hacer estudios ni nada o sea, creo que nada más me mando pastillas,...ya fue reciente, bueno no reciente pero, empecé como a los....bueno con infección creo en vías urinarias como a los 23, 24 años yo creo...

Entrevista 12:

... De lo que mi mama me dijo una vez fue de que tuve Sarampión, que me salio un absceso debajo de la axila, ahí parece que me salio uno, luego cuando tenía como 11 años, supuestamente me dio como un, cuando te da como un, cuando les da por temblar, cuando se pierden que hasta los ojos ponen en blanco, supuestamente me dio dos veces cuando tenía yo como 11 años y me llevaron al hospital y me tuvieron en observación, pero parece que estaba normal, no se bien a que se debía, porque de ahí a la fecha nunca he sabido que de, ni antes tampoco, o sea nos e porque fue. Lo del absceso, dice mi mama que era cuando estaba chiquita y que me salio una bolita y solita se me reventó y se seco. Si tenía las vacunas y todo eso íbamos al IMSS a atendernos. En la niñez parece que nada mas padecí de eso, en la adolescencia empecé con las molestias menstruales, esas fueron las que vinieron ya después entrando a la adolescencia, ahorita ya tengo problemas en mi menstruación y tengo problemas de colitis, no puedo comer cosas picantes porque me arde el estomago, no puedo comer, por ejemplo no puedo tomar leche porque se me inflama el estomago, me entran cólico, para gastritis no tomo ningún medicamento, nada más cuidó mi alimentación...

Entrevista 13:

...año me da gripe, cualquiera, si hacia mucho calor me daba gripe, si hacia mucho frío me daba gripe, yo creo que andaba aliviada pues porque no sabía, ora si que cuando entramos a la secundaria ya mi papa estaba en un estado económico bien, entonces pues ora si que prácticamente no, nos faltaba nada, incluso teníamos a una persona que nos ayudaba, lavaba nuestra ropa, y pues no preocupaciones de que, termine de que me diera gripe, yo creo que después de que salí de la secundaria a partir de esa edad ya, también tuve lo que es Sarampión, Viruela, Escarlatina, dolor del estomago, infecciones del estomago nada más..

Entrevista 14:

.....gripe, hubo una etapa, dolores de cabeza, casi migraña, yo creo que en la etapa de la secundaria, estaba mal, o sea enojada, triste, deprimida....

Entrevista 15:

... lo que pasa es que de pequeñas pues si éramos muy enfermizas, o sea desde que las enfermedades que de gripa hasta que escarlatina y no se éramos muy enfermizas, entonces pues siempre que vamos a ver al tío o cuando ya te enfermabas de que, a veces siempre era casi a veces cuando entrabas la escuela era de que, de cajón nos enfermábamos, entrando a la escuela de cajón nos enfermábamos de gripe, gripe, tos o te digo ya después se fueron presentando las enfermedades comunes yo las llamaría comunes, pues Sarampión, viruela, Escarlatina paperas y ya nadas y pocas veces fueron estomacales o sea realmente casi estomacales no, lo mas frecuente era gripa...

Entrevista 16:

... pues no he tenido, antes si iba mucho pero a lo que era el dentista cuando estaba chica por las caries, si cuando tenía como 10 años iba seguido. A si ya me acorde, de , dice mi mamá que cuando estaba más chica, así que, que tenia como 3 años me hicieron un tratamiento de las anginas y todo eso porque me daba muy seguido y de hecho ahora ya grande me da muy fuerte eso,... me empiezan a doler lo que es las anginas, que cuando lo que es pasar saliva y eso empieza y ya después me da tos, con la gripa y así...

Entrevista 17:

... cuando me he llegado a enfermar ser de la garganta o sea de una gripa, muy esporádica porque el cigarro me mantiene muy tranquila....

Entrevista 18:

...no me enfermaba mucho, hasta eso estaba flaca pero no, si me enfermaba era de gripa, de tos, o sea infección en la garganta, de ahí en fuera me acuerdo que de chica, muy chica, como de ocho, nueve años si padecí lo que es el flujo vaginal, hasta señorita, ya después de casarme se me quitó, por que había ocasiones por la ignorancia no, luego me escurría, o seas que yo creo que era muy fuerte y me escurría así y me acuerdo que una vez mi mamá me llevó al seguro para que me revisaran, me revisaron, o sea, como estaba, no se, chica así, me llevó de chiquilla, pero si como que es un poquito doloroso porque ponen unos palitos como para revisar, como es uno niña pues no pueden, pero o sea en ese momento cuando me acabaron de revisar, me andaba de la pipí ¡hay no, como me ardió! Después, y dice mi mamá, no te hicieron nada, no, no, pero como sí que van con los palitos amarrándome pues para que arriba no, o sea me ardió. El flujo era amarillo y era muy abundante, antes parecía hasta que como algodón, pues yo la primera vez me casé hasta los 22 años, hasta ahí duró, de ahí en adelante, o sea tuve cuando me embaracé, cuando me embaracé yo creo que me daba infección y me salí mucho flujo, pero de ahí en adelante no me recuerdo nada de eso... Las anginas , que se me reventaba el oído o así, me daban inyecciones de penicilina y jarabes, si me funcionaban, me enfermaba en diciembre¹, lo que pasa es que siempre en diciembre es cuando me enfermo, por ejemplo ahorita no estas para saberlo pero traigo una tos, en las mañanas hasta lloro de la tos que no se me puede calmar y luego me cala el frío y estoy tose y tose y por eso cuando me duermo me tapo todo para sudar porque siento que no duermo, tose y tose, toda la noche, yo siento que si me tapo ya como que me disminuye un poquito el tosido....

Entrevista 19:

... hubo una temporada en que padecía infección en vías urinarias, yo creo que tenia, habrá sido que de los 17 a los 20 años más o menos, yo creo que era mucho miedo...

Entrevista 20:

...siempre, pues de chica sufría mucho de hemorragias de la nariz en tiempo de frío, pero hemorragias fuertes de que luego en la noche me salía la sangre y yo ni cuenta me daba y me la tragaba y bueno era bien feo, ya se me quito como a los 7, 8 años y ya también desde bebe padecí de la piel, como un tipo de dermatosis, pero es raro porque nada más en ciertas circunstancias me da, si estoy muy ansiosa me salen como ronchitas o como que se me reseca la piel y yo misma me, como me corto con la uñas, entonces nada más hasta ciertas, y cuando hace mucho frío, lo que es la parte de las manos como si se me hubiera quemado, y se me quito un tiempo, un tiempo hubo que casi no lo percataba era una molestia normal, pero que fue desde hace un año que otra vez se me vino como que más fuerte...

Entrevista 21:

... antes padecía de gripa, ya a últimos años gastritis y colitis...

Entrevista 22:

... cuando era chica como de 5 años ¡huy! a cada rato me enfermaba de gripa y tos...

Entrevista 23:

...no he sido muy enfermiza de que yo recuerde así pues era la viruela o así pero no, gripa, es lo que me ha dado más pero no es que sea constante, antes cuando estaba pequeña una o dos veces al año, no era muy constante, pero últimamente si, de la preparatoria a finales para acá si me enfermo como en 2 meses igual y 3 veces o dos veces...

Entrevista 24:

.....bueno a mi me dan muchas inyecciones en las muelas, me parece que es una enfermedad pero no recuerdo como me dijeron que se llaman, y entonces, pero de eso si tomo pero cápsulas, es de la encía, de la raíz de la muela....

Entrevista 25:

... yo siempre he padecía, o sea siempre me he enfermado, de chiquita me enferme muy seguid de la gripa... ahorita si me estuve enfermado porque estuve muy presionada en la escuela y aparte me dio alergia, cosa que a mi nunca me había dado, al parecer fue alergia a las flores porque estuve en una materia recolectando mucha planta entonces pues yo nunca pues nunca me había pasado...

d) enfermedades que padece

Entrevista 1:

...pues creo que nada más (los colicos)...

Entrevista 2:

.....más que una vez si me dio colitis, pero me bajaron las naranjas, el café, la salsa valentina, limón y todo ese tipo de eso, y de ahí como que me controle, me dio cuando estaba chiquita, en secundaria, segundo o tercero, ¡hay!, pero cuando me dio eso hasta las piernas me dolían, me acuerdo que una vez se me doblaron y me caí, por el dolor. A mi mamá luego le dan a veces los cólicos, pero ¡muy feo!, pero de ahí en fuera yo que sepa algo no, no le dan siempre, es...a veces...no se....

Entrevista 3:

...nada más tengo esa enfermedad (cólicos)...

Entrevista 4:

...No padezco de otra enfermedad...

Entrevista 5:

...no tengo ningún otra enfermedad...

Entrevista 6:

... Tengo gastritis, colitis, fiebre reumática, cardiopatía reumática, y ahora contractura en la espalda...

Entrevista 7:

...no sufro de ninguna enfermedad...

Entrevista 8:

... Padezco gastritis y colitis también digamos que un poquito...

Entrevista 9:

...padezco lo de mi rodilla nada más...

Entrevista 10:

...Que yo sepa no tengo otra enfermedad, pero yo creo que he de tener gastritis nunca he ido, es que nunca me he sentido, no me han diagnosticado no he sentido así los dolores tan exagerados para que digas ¡hay!, yo casi no voy al doctor...

Entrevista 11:

... Tengo colitis y infecciones en vías urinarias es lo que me ha llegado a dar también...Ahorita que he estado en la escuela me he enfermado, por lo menos lo que va de este año, me he enfermado como 3 veces y el año pasado como, es que como que no me he enfermado mucho de la garganta más bien fue este año, hace como 2 años si me enfermaba pero muy fuerte...

Entrevista 12:

...Tengo un problema en los riñones, de supuestamente tengo unos calculitos, yo antes también cuando me bajaba y tenía muy fuerte, bueno ha ultimas fechas tenía yo tenía los cólico y yo sentía como que me dolía el riñón entonces yo a veces decía, ¿pues porque o que?, pero yo no sabía que estaba mala del riñón hasta ultimas fechas que ya me sacaron estudios y fue como que supe que estaba yo mal de los riñones porque realmente yo no tenía ni idea porque, yo pensé que nada más era por una, pues la falta de no tomar agua, me daban pastillas supuestamente para el dolor, si me funcionaban, porque hubo momento que me dolía mucho el riñón y luego me sentía mal, el doctor me dijo que tenía que llevar un tratamiento que posiblemente iba a ser largo iba a ser un de tratamiento fuerte, otro doctor me dijo que pues esos no había otra forma de quitarlos más que por cirugía, rayos láser, pues no he decidido nada¹, no estoy haciendo nada. Tengo supuestamente colitis y gastritis, pues no sea si se relaciones pero a veces siento que los pies se me hinchan a lo mejor puede ser por lo mismo o no se...

¹ Rie

Entrevista 13:

...No padezco otra enfermedad...

Entrevista 14:

.....pues no ninguna a veces te digo me da gripa, pero enfermedad crónica no...

Entrevista 15:

...ninguna...

Entrevista 16:

...ninguna, la garganta y lo que siempre me pasa es que de la piel, siempre me como que se me reseca mucho, cuando hace frío, cuando ya es diciembre, empieza en esa temporada se me resecan los labios, antes de chica tenía la maña de chuparme los labios y se me ponía morado arriba de los labios o tengo la maña a veces de tallarme los ojos y eso, como hace como un años o menos tenía muy reseco aquí en los ojos (señala el parpado), no se si era porque me tallaba o no se pero se me reseocaban muchos los ojos y con él sol me salen granos, ya tiene como 2 años, que salen los granos, mi mamá me dijo que me echara una pomada, Sinalar y si me sirve, lo de los ojos, nada mas me tallaba a veces y ya cuando veía que esta así ya no, dejaba de tallarme y ya se me quitaba, es mucha comezón en lo ojos, eso apenas, apenas d hecho ya no me ha pasado,

porque se me reseca porque se me reseca así como que hasta tenía como pellejitos, pero era por épocas que me pasaba así, en Diciembre cuando hacía frío eso, se me empieza a reseca la piel y me empiezo a tallar los ojos, yo siento que emocionalmente en ese momento me sentía como nerviosa no se, de hecho cuando estoy así me tallo los ojos siempre, por nervios o no se ansiedad no se, pero si siempre he tenido de tallarme los ojos, incluso cuando siento así algo o cualquier cosita aprovecho para tallarme, cuando me pinto o así no, pero cuando, o incluso cuando ya llego de la escuela si estoy en la computadora, dice mi mamá que es maña, desde chica me los empezaba a tallar, antes cuando iba en la primaria me chupaba los labios, me los chupaba y me regañaban porque luego tengo una fotos donde tengo todo esto morado y que ya no se como le hacia, estaba muy chica no se, me los chupaba por maña yo creo....

Entrevista 17:

... lo de la columna, tengo un pequeño aplastamiento de vértebras, se acentúa cuando tengo los cólicos...

Entrevista 18:

....colitis, estreñimiento, inflamación de vientre, a veces me duele aquí lo que es la frente, como que me punza eso en la frente hacia la nariz, a veces me duele la cabeza, no se si sea por el calor o no se, siempre esta inflamado mi vientre...

Entrevista 19:

...creo que s gastritis, no se de repente me da gastritis, luego me da colitis, y nada más...

Entrevista 20:

... a veces la garganta o la dermatosis que es nerviosa...

Entrevista 21:

.... gastritis, colitis...

Entrevista 22:

.....gastritis tengo y no veo bien, ¡hay!, creo que es miopía, no me acuerdo¹...

¹ Ríe

Entrevista 23:

...no tengo otra enfermedad...

Entrevista 24:

....no padezco de otra enfermedad, las muelas fue lo único...

Entrevista 25:

....gastritis nerviosa...

Para una mejor comprensión y apreciación de los datos se realizo la siguientes tabla:

Tabla 5. Enfermedades que son frecuentes y que padecen las entrevistadas

NUM.	ENFERMEADES FRECUENTES	ENFERMEDADES QUE PADECE
1	anginas y gripa	nada más
2	alergias, gripa y del estomago	colitis una vez
3	gripa y tos	nada mas esa enfermedad
4	gripa, infección en los riñones	no padezco otra
5	fiebre reumática y operación de apéndice	ninguna otra
6	vitíligo, fiebre reumática, colitis, gastritis, fiebre reumática, cardiopatía, contractura en la espalda	gastritis, colitis, fiebre reumática, cardiopatía, contractura en la espalda
7	infecciones en garganta y estomago	ninguna
8	gripa, garganta	gastritis, colitis
9	esguince de la rodilla, gripa, principios de cólera y asma	de la rodilla
10	gripa, tos	gastritis
11	colitis, dolor de cabeza, infección en vías urinarias	Infección en garganta, colitis, infección en vías urinarias
12	2 convulsiones, absceso en axila, sarampión, gastritis, colitis.	cálculos en los riñones, colitis y gastritis
13	gripe e infecciones del estomago	no padezco otra
14	gripa, dolor de cabeza	no, a veces gripa
15	gripa, tos	ninguna
16	caries, anginas, tos, gripa	garganta, resequedad de piel
17	estomago y garganta	aplastamiento de vértebras
18	gripa, tos, infección de garganta, flujo vaginal	colitis, estreñimiento, inflamación de vientre, dolor de cabeza
19	infecciones en vías urinarias	gastritis, colitis
20	hemorragias en la nariz, dermatosis	garganta, dermatosis
21	gripa, gastritis, colitis	gastritis, colitis
22	gripa y tos	gastritis
23	viruela, gripa	ninguna
24	muelas	enfermedad de la raíz de la muela
25	gripa, alergias	gastritis

El predominio de un sabor hace evidente el desequilibrio orgánico, en este caso la mayoría de las entrevistadas reportan el sabor dulce como el de su preferencia, lo que indica un desequilibrio en el bazo que se nota a la hora de preguntar por las enfermedades que han padecido o padecen en donde sobresalen las infecciones estomacales, la gastritis y la colitis, que nos indican que ellas están sometidas a una gran ansiedad, que surge de las exigencias que nacen ante un “deber ser” como mujer, por ejemplo que tiene que tener una carrera, una pareja y familia, donde los padres plasman ciertas expectativas que rebasen lo que ellos vivieron, que su hija tenga una mejor calidad de vida, después de esto vienen el enojo por una inconformidad ante estas exigencias, o por lo que les tocó vivir, o el enojo que es acompañado por la tristeza que surge al no poder cumplir con las expectativas, el dominio de esta emoción se refleja con la aparición de enfermedades en las vías respiratorias como lo son la gripa, la tos, las infecciones en garganta y la tos y con la preferencia del sabor picante.

El miedo es otra emoción que se hace presente en la vida de las entrevistadas que se puede verificar con la aparición de enfermedades en las vías urinarias y con la preferencia del sabor salado, esta emoción se debe a la forma en como viven su sexualidad las entrevistas donde la mayoría no ha tenido relaciones sexuales, no escucha su cuerpo, lo han sabido reprimir o las que tienen vida sexual la han detenido por no poderla vivir libremente, debido al miedo de terminar embarazadas, de tener una responsabilidad más.

CONCEPTO DE SER MUJER: lo que las entrevistadas reportan como el ser mujer, los motivos por los cuales no les agrada serlo y las diferencias que consideran que existen entre el hombre y la mujer.

- a) Ser mujer: lo que la entrevistada reporta como el “ser mujer”
- b) Diferencias entre hombre y mujeres: las diferencias que consideran las entrevistadas que existen entre el hombre y la mujer.
- c) Renegar de ser mujer: razones por las cuales a las entrevistadas no les agrada el ser mujeres.

a) ser mujer

Entrevista 1:

...algo muy bonito porque yo siento que las mujeres, no soy feminista ni nada, pero yo siento que las mujeres somos bien inteligentes bien capaces de hacer todo igual que los hombres, y que los hombres igual y puedes hacer muchas cosas iguales a las mujeres no las hacen por pena, el hecho de que tu le puedas dar vida a otra persona es aun más bonito entonces, digo que es muy bonito ser mujer por eso, los hombres no tiene ni la fortuna, ni la dicha, ¡nunca!, de tener un bebé... Mi mamá me ha enseñado que el ser mujer a veces, este... ella es algo que esta mal, porque me dice que el ser mujer es que y te la pases en la cocina, que guises, que planches, que laves, so se que...cosas, cosas así, que tejas, ¡es algo que odio!, no me gusta tejer, no me gusta coser, no me gusta hacer quehacer, y mi mamá me dice:- no es que es lo mas bonito de ser mujer, el pode hacer muchas cosas- y yo si coincido con ella que es bonito ser mujer porque puedes hacer muchas cosas, pero, en eso si no estoy muy de acuerdo con ella, porque me dice, es que me dices te vas a casar y no vas a saber ni guisar, yo le digo:-no te preocupes te voy a tener a ti- pero¹, pues no, o sea se que tengo que aprender algún día y que eso me lo va a enseñar ella, bueno ya me lo esta enseñando, pero pues casi no hago esas cosas....

¹ Río

Entrevista 2:

... es ¡hay una bendición muy grande!¹, ¡Pues claro, no hay nada mejor que la mujer!¹, ¡hay algo más divino que eso!¹, porque, no se...pues no se es bueno, yo digo que es bueno, la vida es bonita¹, no se me imagino que así es...yo digo que así es..., puedes hacer muchas cosas, bueno, también los hombres, pero no se como que ¡no!, los hombres son medio raros, les importa más...no se...lo material, las mujeres somos como que más lindas, más tiernas, lo sentimental y no se que tanto, ¡sí eso!¹....

¹ Río

Entrevista 3:

..., yo creo que una mayor responsabilidad y más no se con todos los cambios que se están dando en cuestiones de genero no se como que...hubiera pensado en un principio, hay pues para mi el ser mujer es formar una familiar, un hogar feliz y sálala, pero a horita ya no es eso solamente lo que significa para mi es realizar mi profesión desempeñarme como eso y aparte este, no se una familia que sí me gustaría, pero como que ya la pienso más, o sea a lo mejor yo antes pensaba hay si termino y me quiero casar pero a horita ya es totalmente lo contrario o sea entre más tarde me case mejor. La responsabilidad se refiere a llevar papeles o llevar a cabo no se cuestiones más determinantes que un hombre, no un hombre yo considero que nada más con estudiar y trabajar eso es lo que socialmente esta marcado que tiene que hacer, y una mujer como que más, no, al llevar a cabo la responsabilidad de cuidar alo hijos y cuidarlos ya a parte lo que yo le estoy sumando es que yo quiero trabajar....

Entrevista 4:

... hay no!, eso si es muy difícil ser mujer significa, no se...nunca lo había pensado tal cual pero creo que significa también mucho dolor, yo siempre he dicho que el día que yo tenga un niño quiero unos gemelos hombres, dos niños y un amigo me decía para que¹ y lo le decía:-¡para que haga sufrir a tu hija!, por eso¹, y decía: -¡hay no seas así!¹, yo siempre he dicho que como que sufrimos mucho de repente, en muchos aspectos yo lo veo desde mi familia, desde lo más, no, tantas cosas, cosas que tenemos como prohibidas, tantas broncas que nosotras mismas entre mujeres que es lo pero del caso, que entre mujeres nos fregamos nos tacamos y que no tenemos esa libertad como para hacer lo que a veces realmente queremos o pensamos, yo digo, lo podemos hacer si, pero todo mundo te señala, todo mundo te dice, y tu dices ¡ hay que carga!, y los hombres tienen esa gran ventaja , que pues ves pasan y todo y ellos ¡heee!, bien padre no, yo ahora con este paciente que te estaba comentando, es que para mi es bien cómodo como hombre,

hay nos vemos y que se quede con las niñas, y uno como mujer no puede hacer eso, y uno como mujer por ejemplo no puedes hacer eso, o a lo mejor podrías pero es como todo mundo enzima de ti, porque eres la pero madre del mundo, aunque tu tuvieras tus razones y los porques ya eres la peor, entonces...al mismo tiempo ves, como que esta esa disyuntiva, veo muchas ventajas del ser mujer por como te digo tengo permitido muchas cosas, yo si puedo sufrir yo si puedo llorar rico, yo lo tengo bien visto, pero también muchas cosas negadas, hasta la fecha la chava que se avienta, la chava que dices es la loca, es esto, entonces también tienes un montón, y yo a veces si digo, porque no tener la libertad que tienen los hombres en muchos aspectos, desde los amigos que se pueden ir de viaje padre y que tu como mujer ¡como te vas a ir de viaje con hombres!, no pues eres la peor güila del mundo y resulta que solo vas de viaje, no, que vas alo mismo que todos, pero ya, no....

¹ Rió

Entrevista 5:

...para mi significa como que hay que echarle ganas, como que es algo padre porque te puedes poner un buen de cosas, que los hombres no se pueden poner, ¡ellos son muy aburridos!, nada más su pantalón, su gorra su camisa, ¡hay no!, como que el ser mujer es bien ¡chido! así te pones un buen de cosas te cuelgas, digo, ¡ha esta bien padre!¹, a veces es un poco difícil, porque las circunstancias si se presentan pero creo que tienes la capacidad para salir adelante y hacer las cosas, porque si a lo mejor no tienes mucha preparación y aprendes a depender de otra persona, como que te cuesta un poco de más trabajo, pero yo creo que si le hechos ganas se facilita todo y entonces sigues adelante. Me siento orgullosa de ser mujer...

¹ Rió

Entrevista 6:

... es el poder dar, ser la única persona que puede dar vida, la única persona que puede, o no la única sino el pilar de la familia...

Entrevista 7:

...no se ser fuerte, ser luchona, no se ser mujer es muy bueno...no se, hay no se porque, porque aguantas más, porque trabajas más, porque te esfuerza más o sea eso puede ser malo, pero también es bueno, porque te hace mejor y porque valoras las cosas, la mujer es mejor que el hombre, ¡claro que sí!, porque no se...porque podemos...no se expresar un sentimiento libremente sin que te digan, no eso esta mal, puedes trabajar igual o más que un hombre y aunque no te lo reconozcan por la sociedad que tenemos no se te hace mejor persona y los hombres lo tiene todo en charola de plata y no, no, realmente no es el mismo esfuerzo, no es el mismo trabajo, y no valoran igual las cosas que tienen, que tienen en charola de plata...¡hay!, el trabajo, pues básicamente todo, bueno no todo, pero básicamente el trabajo, muchas veces este les pagan mejor y no lo valoran igual...

Entrevista 8:

...¹ ¡hay!, pues es algo tan bonito², tan bonito, o sea hay pues es que no se como describirlo, yo antes no lo veía de esa forma pero después este cuando fui creciendo, decía: ¡hay que bueno que te vea un hombre!, ¡que bien que un hombre te diga, que bonita estas! o que bien te vez el día de hoy y que no sea tu pareja o sea a mi y le platico mi pareja y me dice oye pues que bien, no es celoso para nada, y luego le digo -¡hay que crees! que en la escuela me paso esto, esto y esto- y o sea me siento bien la platicarle y yo como mujer me siento bien porque digo ¡ha ósea! quiere decir que, no soy bonita pero no se hay algo que les atrae, haya algo que les gusta, hay algo que les llama la atención y no se pues tu dice, pues me siento bien...

¹ suspira

² ríe

Entrevista 9:

...¡hay!, algo como que muy grande no se, pues el ser mujer yo digo que es el sostén, bueno yo digo que la mujer es el sostén de una familia no se algo así...

Entrevista 10:

....¡hay la más bella!¹, ¡hay! otra pregunta también difícil, nunca me lo había preguntado, ser mujer....déjame pensar¹. Vaya, vaya...ser la persona más bella de este mundo¹ no pues ser...hay es que siento que hombres y mujeres son iguales en que pueden desarrollar cualquier actividad, concepto de mujer ¡pues!, ¡haaaa!¹, simplemente significa el preservar la especie, porque en nosotras esta como que se don que nos dio, para diferente persona diferente ser, por ejemplo para mi Dios, ese don que dio para poder concebir a un hijo, entonces si como que el ser mujer implica preservar la especie y tener si como ese don.

¹ Ríe

Entrevista 11:

.....¡hay todavía me cuesta mucho trabajo, pensar a veces si la verdad si pienso así como que este llevo a pensar que no, ¿cómo se podría decir?, que no tenemos tantos privilegios no se pero para mi ser mujer es este, como él tener esa oportunidad de ser emocionalmente más sensible, ¡ha!, pues a todo, tanto con tus hijos, con tu pareja, con la gente que te rodea con tu familia, el hecho de por ejemplo vivir esa parte por ejemplo de tener o dar vida a otra persona el hecho de tener por ejemplo a una persona dentro de tu cuerpo, él poder incluso sentir, no, porque es eso, ser...pues es tener las capacidades por ejemplo pues para trabajar, para estudiar, para pues lograr lo que te propongas, para tener la posibilidad también incluso para ser mamá, para ser esposa también, también de poder realizarte como persona de poder tener tus propios objetivos independientes del hombre con el que te cases, ser fuerte, porque finalmente creo yo que las mujeres o yo como mujer lo soy, ¿qué más?, el ser, te digo como que tener esas dos partes y poder desarrollar esa parte tanto la fuerte, la que te hace salir adelante aunque estés sola como sea, y la parte también la sensible, que te hace por lo menos tener la ¿cómo se puede decir? La pues puede percibir las emociones o mmm...pues si los sentimientos de los demás y poder expresar tus sentimientos poder, expresar las cosas que te gustan que no te gustan, yo creo que no eso....

Entrevista 12:

...pues realmente es....poder relacionarte con tu pareja más que nada... Ser mujer pues a veces es en cuidarse físicamente, la higiene, la persona, la vestimenta, la imagen que da uno como mujer ante los hombres, yo digo que una mujer debe de dar la imagen de limpia,... ordenada y...pues una persona respetable, pues más que nada cuidar tu persona, se puede decir que no se deje uno de cuidar físicamente, pues de cuidar nuestra imagen nuestra persona para pues dar una imagen buena de los demás y yo sentirme contenta, más que nada tratar uno de estar contenta con uno mismo porque lo que uno se ve en el espejo es como uno se va a sentir, bueno yo pienso a sí, y que entre mejor me vea yo, más mejor me voy a sentir, es la imagen y de cómo te vas a sentir como persona y más que nada te va a dar seguridad....

Entrevista 13:

.....hijole pues yo creo que es bonito, porque tienes los sentimientos así como que las mujeres siempre tenemos los sentimientos a flor de piel, los hombres a veces pues igual unos, no siempre tienden a esconderlos no, como que las mujeres, yo, en este caso ser mujer es así como que expresar lo que sientes en el momento y decirlo y siento que eso esta bien, ser mujer es pues, creo que lo mas bello que hay¹. A veces si digo ¡hijole!, porque, porque tenemos que menstruar, porque, pero digo, bueno si eso es el proceso para que complemente a una mujer...

¹ Rió

Entrevista 14:

...no se significan muchas cosas porque en primera creo que afortunadamente nací en esta época y no es tan, tan, tan, reprimido como antes, pero para mi es padre ser mujer, no me gustaría ser hombre, o sea no se a la mejor es porque por ejemplo mi mamá me ha dado muchas libertades, que a la mejor a muchas de mis amigas les dicen, no porque eres mujer, o sea yo no he sentido esa diferencia de tu eres mujer y tu eres hombres, porque con migo la familia, todo a sido así como parejo, obviamente que te dicen es que eres mujer y corres mas peligros y muchas cosas, pero ósea de ahí no pasa, dices bueno pues ya, pero no nunca, mi mamá dice que si reniego de ser mujer que por eso me dan los cólicos, pero así tanto que reniegue, ¡hay porque nací mujer!, o que quiera ser hombre, no. si porque por ejemplo ¡hay!, si no existiera la menstruación todo seria feliz, o si no hubiera cólicos todo seria mejor, no ¡porque ser mujer!, porque tampoco reniego, así como que ¡pues que mala onda que tuviéramos que pasar por esto pero ni modo!...

Entrevista 15:

.....pues el ser mujer significa para mi, pues no se, inteligente, valorable, valiosa, en general valiosa... La mujer es valiosa en el sentido de que es inteligente y puede salir adelante en cualquier ámbito social, económico o sea yo creo que de la diferencia, gran diferencia que existe entre el hombre y la mujer, la mujer nunca se va a quedara sí como que diciendo ¡hay, pues si ya perdí esto, ya no voy a seguir!, y hay hombres que si como que se cruzan de brazos y ya nada mas no los sacas de ahí y las mujeres no yo creo que las mujeres somos en ese sentido, bien inteligente porque sabemos que hacer en ciertos momentos de cuestiones problemáticas. ...

Entrevista 16:

...tenemos muchos privilegios, muchas oportunidades que tenemos muchas herramientas vestirnos, arreglarnos, creo que es algo muy padre ser mujer porque hoy en día no antes lo emocionaba mucho ahora se que somos diferentes y que podemos hacer cualquier cosa que uno lo puede hacer...

Entrevista 17:

... es el mayor privilegio que me pudo a ver dado la vida...es amor...ser como generadora de algo lindo que son tus hijos y no se tener como un espacio para el otro...

Entrevista 18:

... pues una bendición de dios porque muchos quisieran ser mujer y no pueden y uno que es mujer es uno más chinga por ejemplo de la apariencia física, porque luego me pongo a pensar hay muchos jótitos que quieren ser mujer, que aparentan, que aparentan ser mujer y no pueden y uno que tiene ese donde ser mujer u no anda muy shengo o nada uno como si nada y esas personas se esmeran hasta en lo más mínimo....

Entrevista 19:

... es que ha cambiado a lo largo de toda mi vida, mira yo creía durante mucho tiempo que era padrisimo ser mujer no, padrisimo porque teníamos la capacidad de dar vida, yo creo que el hombre también nada más que se tienen que unir, pero después cambio y yo renegaba mucho de ser mujer, así como ¡hay porque menstruó!, o ¡hay porque tenemos que tener hijos!, o sea ¡porque yo me tengo que cuidar de no embarazarme! no, ¡porque yo tengo eso!, ¡porque yo tengo lo otro! y todo iba enfocado curiosamente a la cuestión de ser mujer no, o sea ¡Por qué me tengo que poner falta!, no o sea ¡porque me tengo que arreglar de X o Y forma no, que determina que eres mujer no!, y de repente cambio, o sea cambio a través del trabajo que te digo que he estado haciendo que he hecho y cambia completamente de decir ¡hijote!, es lo más padre que puede haber en el mundo ser mujer, no, ser mujer es de las mejores cosas, lejos de la capacidad de dar vida, tienes una capacidad distinta a los otros no a los hombres y que lo más importante para mi es que somos un complemento no, o sea que tenemos que complementarnos los dos para dar vida, o sea yo no

he sabido que si un pollito y una vaca se junta lo hacen no, yo no lo se y tener la capacidad, igual ubicas muchas cosas de poder mantener una familia es decir que una mujer sea a veces la que se dedica más a los hijos, no que ahora ya están cambiando las cosas y espero que sigan cambiando, el hecho, con de, con decirte que ya quiero tener hijos, porque yo no quería tener hijos, eso ni me lo preguntaban no, y decir o sea es que ha de ser padrisimo tener una pancita no, que te vaya creciendo, creciendo y creciendo, que no crezca tanto y decir esas sensaciones y que el bebe se mueva eso no lo vive un hombre ni aunque tenga la lombriz más grande del mundo no lo vive y uno sí, y uno tiene el privilegio de sentir eso, nada más porque fuiste mujer no, la capacidad de amar tan dista, no de entregarte de expresarte, de los detalles y que digo eso nada más deberás lo tenemos las mujeres o sea los hombres no lo tienen, y no es por decir hay que feo son, pero como que deberás siento que lo que nos formo a las mujeres nos dio un paquete tan específico, pero tanto que digo ¡hoy!, ¡ora si gracias porque fui mujer!, porque también lo pienso como la bola de orastres de aquel lado no, o sea porque creo que analizamos las cosas pero igual te das muchas oportunidades no, igual como mujer, vences a veces más el miedo o lo trabajas más con, un hombre lo ataca el miedo olvídate consíguete otro casi, casi, y lo vas así como que bueno que me hiciste mujer, aunque me duelan los coliquitos, pero no hay problema...

Entrevista 20:

.....pues igual y es lago difícil no, por tantos prejuicios que todavía existen en la sociedad, como, bueno a nivel sociedad es difícil, pero yo creo que es algo importante el ser mujer, digo al fin y alcabo como mujer de nosotras depende muchas cosas, de una vida, unas decisiones actos, básicamente todo esta plantado en una mujer, desde una casa, todo, todo, por que ante la sociedad ciertos comportamiento no debes tener, si tu buscas a alguien ya eres rogon, y yo siento que no debe ser así no, porque igual el derecho tenemos de expresar lo que sentimos por alguien y de luchar por ello que el hombre no...

Entrevista 21:

...que es una gran responsabilidad ¡hay!, pero ahora me gusta ahora no se que tanto, como que tu como mujeres llevas no se por ejemplo eso de que puedes tener hijos de que no se de repente por ejemplo en las familias por ejemplo en mi familia yo siento que mi mama es así como la que lleva así la casa por eso es una responsabilidad y te digo antes no me gustaba porque yo decía ¡no manches pinches hombres!, nada mas se rascan el huevo¹ y no hacen nada, no, bueno pero ahora ya no me disgusta tanto, yo creo que bueno no es que yo piense en sentarme y así, y decir hay voy a ser una mama abnegada que todo lo sorporte¹ no tampoco, pero no se. Ahora no me disgusta...porque...hay no se como que ahora ya no me peleo tanto con eso porque antes así como que desgastaba mucho en eso en estar pensando en ¡hay!, porque soy mujer tengo que cuidarme más porque soy mujeres esto porque soy mujer lo otro, creo que eso era un gran desgaste de pensamiento en mi, entonces ya tomarlo como bueno, ya soy mujeres y ahora que voy a hacer no, no puedo convertirme en hombre aunque yo quisiera, o sea no quiero, ahora¹, pero no se como que me gusta, a parte somos mas bonitas¹, no se creo que he valorado mas como ese asunto del por ejemplo del ser mama y que pueden dar vida y que podemos sentir algo que los hombres no pueden sentir no, entonces eso me gusta no tanto por las responsabilidades porque eso todavía como que eso me anda fallando, no porque a mi mama me enseñó que yo tenía, ósea ¡por ejemplo mi mama siempre me dijo que yo tenía que estudiar porque si me tocaba un hombre como a ella que le pegara o que me quisiera, o sea que me quisiera dejar y cosas así pues yo podría defenderme o divorciarme y yo poder mantener a mi familia n, pero...hay no se como que eso de que, por ejemplo mi papa piensa que como mujeres no tenemos que aguantar entonces eso si no me gusta, porque es como estar aguantando que el hombre te haga lo que el quiera y que tu te tengas que aguantar, como es que es por lo de la terapia que, que empecé a ir con arce entonces es como una forma diferente de ver la vida y obvio de verte como mujer porque si te sigues peleando con eso o sea de todos modos no sacas nada no...

¹ Ríe

Entrevista 22:

...pues es lo mismo que ser hombre, nada más que pues típico , las mujeres si pueden sentir a un bebe, pero los hombres no....

Entrevista 23:

... no me he puesto a pensar en eso...

Entrevista 24:

... bueno si yo si me preguntara que, que quedaría ser, volvería a pedir mujer, porque siento que tenemos mas satisfacciones las mujeres, a parte del embarazo, pues criar a los hijos no, que aunque no sabemos muchas pero¹, pero si siento que es mas satisfactoria la mujer, mas ahora que son madres, crían, guían y trabajan fuera del hogar y llevan todo, y hay mujeres que lo llevan muy bien, que pueden con todo, inclusive hay veces que no necesitan de un hombre para poder sacar a adelante a sus hijos, pero si volvería a ser mujer....

Entrevista 25:

...ha pues se siente....pues como que te da muchos privilegios no, bueno, el hecho de que así te tomes tiempo para cuidarte para arreglarte como que te fijas mas en detalles, cosa que yo siento que los hombres no o sea...

b) diferencias entre hombres y mujeres

Entrevista 1:

... no hay diferencias entre los hombres y las mujeres, pues yo digo, todos somos personas. Todos somos capaces, podemos y todo...

Entrevista 2:

...si hay diferencias entre hombres y mujeres, ¡las mujeres somos un poquito mejor!¹, claro si nos lo proponemos, pues porque, luego los hombres no se...como que tienen la oportunidad pero no la aprovechan y se creen así, no se...hay algunos que son bien machistas, quien sabe como, que sus mujeres no pueden hacer quien sabe que, que porque tienen que estar en su casa y dedicarse a sus hijos, y no se que tanto, o sea sabiendo que tienen el mismo nivel intelectual, no se la mujer también puede trabajar hacer varias cosa y hasta mejor, porque pues hay mujeres que sacan sus hijos adelante, siendo ellas madres solteras, no se y sin necesidad de un hombre, es habla muy mal de ellos, porque...bueno las mujeres somos las que educamos a los hijos entonces si los hombres son así es por nuestra culpa, entonces pues tendríamos que no se....educar bien supongo, porque luego las mamás:-hay es que mi hijito, no puede hacer eso, porque para eso va estar su esposa, o para eso esta su hermana, o para eso esta aquello-, ¡no!, los hombres también tienen manos, también tienen pies, también pueden lavar, también pueden hacer diferentes tipos de cosas como barrer, cocinar...

¹ Río

Entrevista 3:

...Si hay diferencias entre hombres y mujeres sociales, naturales, sociales, pues los estereotipos que están marcados tanto para el hombre y la mujer y los naturales, rasgos biológicos, no se la mujer es la única que va a tener al bebe siempre, la menstruación, la fisiología. La emoción que me surge de que la mujer tenga mayor responsabilidad es de resignación pues te puedo decir que de resignación porque...yo se que todo lo que quiero lograr lo puedo hacer pero me va a costar muchísimo más trabajo que un hombre entonces a pesar de que es de mayor esfuerzo lo quiero hacer, cueste lo que cueste, y yo lo quiero hacer, entonces no importa, importa lo que implique yo lo quiero hacer, entonces me resigno a que aunque sea muy pesado, yo se que así lo quiero. El

hacerme consciente de la discriminación no de que hay porque no se en cuanto a lo laboral, porque a un hombre no se en el caso de ingenieras e ingenieros, porque a un hombre le van a dar mejor el trabajo, si puede ser que una mujer este mejor capacitada no, o sea como que, es que como te lo explico...coraje en cuanto a la discriminación que se le da a la mujer respecto al hombre...

Entrevista 4:

...¡huy!, pues muchísimas yo digo todavía muchísimas porque a pesar de que te dicen que el machismo y demás no e cierto, yo digo que, si no a la mejor no se permite esa violencia como antes y demás, si todavía hay mucho sometimiento, todavía hay mucho ataque en un cuestión verbal, en hacerte sentir mal, todavía a ves esas diferencia que el hombre si esta bien si hace tal o cual cosa, pera la mujer como, él hombre si esta bien si se va con los cuates o tiene 2, 3 viejas, ese si es hombre y la mujer tienes 2, 3, no pues eres una loca, entonces yo creo que todavía hay mucho de eso hasta en los mismos hombres uno lo ve, o sea ve como te digo, ya porque les hablas ya eres una loca, y ya te traen que te mueren y pues no es cierto, a veces solo quieres platicar, a veces solo quieres conocer a alguien y ya...

Entrevista 5:

... a la mejor la fuerza física nada más... Como que tienes un poco más de responsabilidad que el hombre porque tienes que cuidar un poco más a los niños, pero pues nada más, ¡pero si lo educas al otro también se hace responsable entonces ya no hay bronca!, yo soy mucho de la idea de que hay que compartir todo, es idea ha sido de un tiempo para acá, desde que entre a estudiar psicología, yo creo que el a ver estudiado psicología, el ver otra forma de relacionarte con los otros eso me ayudo a cambiar muchas cosas, entonces más bien yo soy de la de la idea de que somos dos, entonces dos le echamos ganas, dos nos hacemos responsables y todo dos, si ya somos tres, entonces entre los tres y todo equitativo para todos, antes...¡a no, a mi me iban a mantener y yo iba a vivir ahí nada más, iba a estudiar para que dijeran tiene titulo. ...

Entrevista 6:

... únicamente por genitales yo creo...

Entrevista 7:

...que los hombres se sienten los reyes del mundo y no lo son y nosotras pues tenemos que trabajar por lo que queremos y pues...no es lo mismo, no valoramos las cosas de la misma manera, me indignan que no trabajen igual que una mujer, pero se siente padre que uno si toque que trabajar y que pues valore más las cosas y ellos pobres ingratos, no se, nunca van a sabe lo bonito que se siente ganarse algo...

Entrevista 8:

... pues si hablamos², ¿como dicen? Si hablamos en cuanto a...el cuerpo y a eso, pues si, pero ya en lo demás, pues no somos iguales...

² ríe

Entrevista 9:

... Si hay diferencias entre un hombre y una mujer, en que una mujer puede aguantar los dolores menstruales o los dolores de parto y un hombre no los aguantaría por nada del mundo...

Entrevista 10:

... Hay diferencias entre hombres y mujeres físicamente, emocionalmente creo que no todos los seres humanos experimentan diversas emociones pero son, vaya tu puedes experimentar enojo, ellos también, si la única diferencia para mi seria física...

Entrevista 11:

...hay diferencias entre hombres y mujeres en cuestión física si, en cuestión, hee...yo digo que son culturales, no me cuestión de desarrollar habilidades competencias o sea yo creo que somos en ese sentido iguales porque yo siento que también aparte emoción yo pienso que un hombre también se puede desarrollar alo mejor menos, pero si la puede desarrollar, sin embargo en cuestión te digo de poder embarazarte pues un hombre no lo puede hacer, el poder te digo de amantar aun hijo pues tampoco..., yo digo que eso, las más grandes diferencias y obviamente la que las misma, el hecho de que este transmitiéndose culturalmente, siento así de ¡ha!, pues unas diferencias que se llevan no, ,yo creo que se van formando, se van conformando, modificando o construyendo conforme se va viviendo, no, o sea yo por ejemplo siento que ahorita la forma en que están siendo educados o los valores o las creencias ideas y demás que se le ha planteado a los hombres son muy diferentes a la que se les estaba transmitiendo hace 10 años, entonces pues no se ahorita yo me doy cuenta que, la verdad yo no veo, te lo digo por la escuela en la que estoy o sea yo no veo por ejemplo que antes se decía ¡hay!, dejen pasar a las damas, no así como que pareciera que son iguales tanto niños como niñas, y ¿hay que es muy sensible una niña!, no así como que ya, o sea ni siquiera los niños lo mencionan que antes o sea así se decía ¡hay las damas!, que sean caballerosos con las niñas o que ¡hay acuérdense que las niñas son más débiles!, o no le hagas esto o sea como que siento como que no, se esta educando como hace 10 años no...

Entrevista12:

... se puede decir que si hay diferencias entre hombres y mujeres, en la manera de pensar de actuar, uno de mujer se expresa y actúa de una manera y ellos de otra, pues nosotros de mujeres somos como que más cautelosas, a lo mejor no expresamos nuestras emociones más fácil y ellos como que son mas a ventaditos y van a todo lo que dan o sea...

Entrevista 13:

... yo digo que no hay diferencias entre hombres y mujeres, solamente seria la fuerza física, bueno que hay mujeres que si también son bien entronas que dices ¡como va!, pero la mayoría de las mujeres como que siempre nos abstenemos a hacer cosas que hacen los hombres...

Entrevista 14:

.... Diferencias entre hombres y mujeres, pues a la mejor físicas nada mas pero de otras cosa no a lo mejor hace nos e cuantos años igual y si, pero yo siento que ahora ya no...

Entrevista 15:

.... no hay diferencias entre hombres y mujeres pues porque finalmente todos somos seres humanos con sus pro y sus contras y pues tanto hombres y mujeres tendemos a tener errores como aciertos....

Entrevista 16:

... Si hay diferencias pero creo que cada mujer esta marcando su forma de ser y si hay que lo permite las mujeres, hay discriminación a veces en la casa, en la casa e donde más, me agrada ser mujer, si hay diferencias entre hombres y mujeres, solamente las que marca la sociedad, por ejemplo de que tu no puedes hacer cosas pesadas, porque eres mujer y los hombres si o puedes trabajar en cosas que los hombres si deben o mujeres no, pues nada más...

Entrevista 17:

... Si somos diferentes los hombres y las mujeres el varón es mas analítico más racional, yo soy más intuitiva más impulsiva menos racional...

Entrevista 18:

...Ahorita ya no hay diferencias entre hombre y mujeres, antes como que si era es que tu eres mujer te vaya a pasar algo y el es hombre, dice mi mamá, ¡el es hombre que se vaya donde quiera, no le pasa nada!, pero pues ahora también me doy cuenta que hasta a los hombres ora si que los violan, ya no hay diferencias. Cuando me decía eso mi mamá...yo sentía como coraje porque decía porque a él si todos somos iguales, no, pero que entiende tu eres mujer y que tiene que ver eso, o sea yo, veía, que éramos iguales pero así no lo veía mi mamá ella lo veía diferente....

Entrevista 19:

...Como esencia no creo que aya diferencias entre hombre y mujeres o sea biológicas obviamente las hay, porque hay que cumplir diferentes funciones, pero al fin de cuentas te llevan a la misma, pero no creo que haya diferencias en la esencia de cada uno, las hay, no pero a veces, no creo que aya realmente la diferencia si la mujer abraza y se cuelga como chango y el hombre no lo hace pues creo que es por toda la construcción que ha tenido no, porque hay hombres que si lo hacen, no y son muy apachadores entonces digo, entonces es de genero, no, es de construcción personal, entonces no creo que haya en genero si no de acuerdo a como ayas vivido.

Entrevista 20:

... Para mi no hay diferencias entre hombres y mujeres....

Entrevista 21:

.....si yo creo que las diferencias están en que nos han impuesto, en que los hombres tienen que ser más fuertes en que los hombres tienen que mantener la familia y que las mujeres somos mas débiles y eso, si creo que físicamente las mujeres son mas débiles por la fuerza que ellos tienen pero de ahí en fuera no, o sea creo que somos diferentes porque la sociedad lo dice pero yo en realidad no creo que aya tantas diferencias como lo marcan...

Entrevista 22:

..., las mujeres si pueden sentir a un bebe, pero los hombres no....

Entrevista 23:

... Si hay diferencias entre hombres y mujeres, muchas...por ejemplo sexuales, trabajo, pues si a las mujeres las discriminan mucho, en fuerza también, la mujer es un poco más débil, son más cariñosas las mujeres, son más detallistas las mujeres, creo que tiene muchas diferencias...

Entrevista 24:

... Si hay diferencias entre hombre y mujeres, debe de haber porque los dos es un complemento, pero si hay diferencias, ...pues el hombre no puede tener un parto, no puede amamantar a un bebe, pues sería eso mas que nada, porque todo lo demás se puede hacer los dos...

Entrevista 25:

... No hay diferencias entre hombres y mujeres porque todos pues, todos somos iguales y cada uno esta aquí por algún motivo no...

c) renegar de ser mujer

Entrevista 4:

... Si he renegado del ser mujer, mil veces, por lo mismo de que ¿porque? Si ellos pueden y es para ellos tan fácil y uno no, digo:- ¡hay hubiera sido hombre!-, yo creo que por eso el pensamiento de decir, no si yo tengo un hijo que sea un hombre yo no quiero niña, de verdad yo digo ¡hay no, niña, no!, una amiga decía:- hay pero le puedes poner vestiditos-, hay, no, no, no, no, también para

niño hay mil monadas y no, y yo creo que también por lo mismo porque de una u otra forma como mujer te reprimen en muchos aspectos, de que no puedes hacer esto, no puedes hacer lo otro, no puedes ver aquello y el hombre tiene mucha libertad y entonces yo siempre he dicho ¡hay!, a mí si me hubiera gustado, porque no soy para poder decirlo lo mismo y hacerle lo mismo o hacerle las muladas ¡que hay!...

Entrevista 5:

... a lo mejor algunas veces he renegado de ser mujer, a lo mejor alguna vez he dicho, ¡chales, si yo tuviera más fuerza haría tal cosa!, pero más bien ha sido en términos de lo físico, o sea que si yo tuviera un poco más de fuerza, yo haría otras cosas y ya, pero nada más...

Entrevista 6:

...cuando me da impotencia de mi hermana o una cuñada que dejan que las humillen que las maltratan, que las golpeen, y que sigan metidas en lo mismo sin ganas de defenderse o de valorarse o de no querer salir adelante...

Entrevista 7:

... cuando tengo cólicos¹, nada más, dices, ¡hay!, en estas épocas si quisiera ser hombre, no sufren nada con los cólicos....

¹Ríe

Entrevista 9:

... Si he renegado del ser mujer porque mi vida cambió así dio un giro de 360° porque de hecho teníamos planeado irnos de vacaciones a acampar mis primos mis tíos y mi papa y la única que iba era mi prima y yo entonces una semana antes que me baja y por Dios ¡no que es esto!, ¡yo no quiero ser mujer!, y hasta ¡ha!, si me acuerdo que le reclame a mi mamá yo le dije ¡porque me hiciste mujer!, ¡yo no quería ser mujer!, ¡yo no quería que me pasara esto!, ¡ya no puedo hacer mi misma vida!, ¡ya no me puedo ir a acampar!, ya no puedo nadar, y o sea decir ¿Por qué, por qué?, pues no he cambiado mi vida, viéndolo desde esa perspectiva yo dije ¡hay que tonta², no se ni porque dije eso porque luego me he ido así a nadar y cuando tengo mi periodo menstrual y no nada que ver normal...

Entrevista 11:

... me cuesta trabajo aceptar que...ósea por ejemplo, bueno no aceptar si no ¡hay como te diré!, como dejar de estar comparándome con un hombre o sea yo siento que si mucho tiempo yo si tuve esa bronca, peleándome a lo mejor, digo, ¿cómo se dice?, metafóricamente no con los hombres en cuestión de que ¡hay!, ¿por qué ellos si y nosotras no?, ¿por qué ellos si pueden hacer esto y nosotras no porque ellos por ejemplo pueden estar con las mujeres que quieran y nosotras no, o sea si fue como esa parte de no ósea no tanto de aceptar sino como de reconocer que todo el tiempo o sea ¡bueno no todo el tiempo!, pero si muchas veces como que quisiera estarme compararme con ellos cuando en realidad pues no es así¹, de repente me doy cuenta que todavía lo hago, yo creo que, te digo que cuando mi papa empezó así como esa diferencia a decir, ¡ha pues mis hijos si estudian y ustedes no!, porque son mujeres, yo en ese momento me di cuenta o sea como de que mi mamá por ejemplo decía, ¡hay!, pues tiéndale su cama a sus hermanos, si llegábamos y mi mamá no estaba porque a veces mi mamá no estaba porque a veces se salía te digo a vender alguna cosa o hacer pues si, no o algo para ayudarnos a nosotros, ganar más dinero, ella decía bueno, si llegan entonces pues denle de comer a sus hermanos o sea ahí esta la comida pero ustedes caliente, sirvan, o por ejemplo, pues si como que nosotros los atendiéramos y de que si lavas tu ropa, lava la de tus hermanos no, o sea a mí se me hacía muy injusto porque por ejemplo, de hecho yo si así como que siempre fui la más rebelde precisamente por eso, porque por ejemplo nosotras también estábamos estudiando la prepa ellos también, como te digo que íbamos casi ahí seguiditos los tres y luego el más chico pues dos años, entonces pues estudiábamos la

prepa el otro estaba en la universidad estábamos ahí estábamos casi ahí parejos, entonces nosotros llegábamos y ¡con un buen de tarea!, o con un ¡buen de hambre! ¡Y todavía sírvele a y tus hermanos! y demás o sea yo si la verdad si era así como que muy rebelde en ese sentido yo si le decía a mi mamá hay pues si ellos tienen manos ¡que se sirvan!, si ya esta la comida que se sirvan y ellos se caliente o que ¡ellos se tiendan su cama!, no es que ellos estudian, ¡nosotras también!, y es que ellos llegan cansados ¡nosotras también!, y ellos llegan con hambre y nosotras ¡también o sea!, entonces porque por más, o sea nosotras tenemos que atender a ellos si estamos haciendo exactamente lo mismo, entonces como que si te digo fue mucho eso y yo la verdad si como que siempre estuve ahí con mi mamá, y es que ¿por qué mamá!, y porque yo tengo que hacer esto y por eso te digo que siempre me dicen ¡hay que bien rebelde y demás!, entonces agarraba y le decía a mi mamá no, entonces mi mama la verdad si empezó así como que a cambiar y ¡no hijos entonces ustedes tiendan su cama!, y es que aquí todos hay que cooperar y eso entonces llego un momento que la verdad cada quien llegaba y llegaba de comer a la hora que quiera, pero ya no era de tener que esperar al hermanito para atenderlo, entonces te digo que si y con mi papa igual, ósea si fue así como que una lucha de siempre o sea mi papa era de que, si estaba el salero en la misma mesa, decía pásame el salero no, y como que tu estas, ¡pues levántate no, o, estira la mano! O sea ahí esta, no a mi dámelo en la mano entonces yo así como que ¡hay mamá pues usted dígame que!, ¡hay pues si quiera le estas sirviendo y todavía quiere que hasta todo se lo de en la mano!, entonces te digo que si fue y te digo que también fue muchas broncas por eso con mi papá por que decía ¡tu tantas ideas que le metas a tu madre!, entonces sí, y mis hermanos también cambiaron, o sea a la fecha como que mi mamá si les sigue haciendo y todo pero a veces mi hermano hasta este, por ejemplo ahorita el llega y me dice ¡hay que vamos a comer no!, si ¡tu calientate la comida y yo sirvo el agua!, así como que ya es diferente y ellos también como que en cierta forma también agarran la onda o sea por lo menos no fue así como que muy, marcado lo que mi papa ha inculcado en ellos, entonces así como que me cuesta mucho trabajo porque yo no, o sea, ¡no puedo aceptar eso!, si porque precisamente digo bueno ¿por qué no?, o sea ¿por qué yo tengo que hacer esto?, o sea te digo a veces nosotras yo me acuerdo que casi generalmente he estado ocupada toda la semana, yo me acuerdo que los sábados los utilizaba para lavar toda mi ropa y mi mamá ¿por qué no lavas la ropa de tus hermanos?, ¡hay y porque nosotras no!, entonces pues si fue así como que muy, muy difícil de hecho por eso yo siento ya vez que te comentaba cuando yo me case o sea no sentí mucho como que hay, no lo resentí tanto porque yo digo ¡hay ya no quiero estar con ese pinche viejo que es bien machista!, o seas porque te digo que eran las broncas de que siempre, siempre, siempre, entonces yo siento que como que descansa un poco de eso, es así como que creo que sigo a lo mejor como renegando de que a lo mejor, considero, como lo veo, como si ellos tuvieran más privilegios que nosotras, en esas ocasiones si reniego de ser mujer...

¹ Rió

Entrevista 12:

... cuando tenía periodos muy dolorosos de mi menstruación, pensaba ¿por qué fui? ¡mujer!, ¡porque no fui hombre para no estar sufriendo de esa manera!...

¹ Rió

Entrevista 13:

... no, yo creo que no, bueno en el momento que dices ¡hay ya me bajo la regla que horror! Dices sí, pero ya después el primer días es así como que ¡maldita sea!, ¿por qué?, pero ya después lo tomas así como que bueno, pues ya, por el dolor nada más...

Entrevista 15:

... No he renegado del ser mujer, excepto¹ por lo de la menstruación, pero en general, pues no siento, ¡Hay!, digo ¡hay! como desearía ser hombre para no tener estos dolores en este momento o

así, cosas así, el dolor, en si el dolor es para mi para como fue hace poco que los tengo hay es para mi horrible tenerlos...

¹ Ríe

Entrevista 17:

...cuando era adolescente porque yo sentía que la mujer perdía más que él otro, en...pues empecé a ver por ejemplo mis primos pues podían hacer lo que fuera y no se les censuraba y yo iba censurada de antemano y también mis primas no, nos condicionaban a por ejemplo ellos podían tener horarios más flexibles que los nuestros, ser menos vigilados y tenían más ventajas, de libertad, de expresión, de siempre me sentían so como que ellos podían ser mas inteligentes que yo, esto cambio como hasta los 20 años, porque me case con uno que tenia así como que mucha dedicación....

Entrevista 18:

... Antes de chica si renegaba de ser mujer porque no me dejan salir, ¡hay es que no me dejan salir, hubiera sido hombre!, y yo hubiera sido hombre para andar en la calle, pero ahora no, ahora yo digo ¡hay!, que bueno que fui mujer porque pues es más bonito para mi...

Entrevista 19:

... Después de que comenzó la menstruación empecé a renegar de ser mujer, como a los veinte, veinti...cambio yo creo que por las exigencias no, a la mejor, o sea eran muchas exigencias que yo como mujer tenia que cumplir, tenia que cumplir exigencias de ser la niña bien portada, la niña tranquila, la niña bien, la niña buena, eso era en familia y en cuestión de pareja tener que ser también una mujer de determinada forma, la mujer que no enseña tanto, pero también la mujer que no se cubre tanto no, la mujer que si, se expresa como ella quiere pero hasta este limite no, no te pongas esa blusa, porque se transparenta no, ni siquiera en un ideal estético, o sea ni siquiera hubo esa exigencia no y creo que ahí es donde se manipulo más y yo caí, o sea no me di cuenta de eso, al grado de que cenar tardísimo y empecé a subir de peso impresionante, entonces la exigencia era distinta curiosamente no estar delgada si no la otro lado, al otro lado, porque, porque gorda nadie la va a querer y por lo tanto solamente va a seguir conmigo, pensando mal, pero las exigencias para que lo que no, para que no me fuera, las exigencias también en la casa de debes de comportarte bien, la niña tranquila, la niña decente y es cuando empieza a cambiar y ¡hay! como que ahora la rebeldía no, ¡ni soy niña bien!, ni soy niña decente ni soy niña mala, simple y sencillamente hago mi desmadre y nadie lo ve aquí y nadie lo sabe, simple y sencillamente hago mi desmadre y nadie lo ve aquí, y nadie sabe no, de hecho en mi casa nadie sabe las veces que me fui a tomar como terminaba, o sea nadie sabe, renegué por todas las exigencias....

Entrevista 20:

...a veces lo he pensado así de ¡hay si hubiera sido hombre aría y desearía a mi gusto no!, ¡no tendría que dar explicaciones de nada!, desde el hecho que mis papas me dejaron salir más, hasta el hecho de comportarme como sea con cualquier persona, en esos momentos es cuando digo que quisiera ser hombre....

Entrevista 21:

...cuando mis papas no me dejaban salir y yo decía ¡hay pero si fuera hombre me dejarían salir mas tiempo y a la mejor no llegar y cosas así!, y a lo mejor también laguna vez lo pensé cuando me daban los cólicos así muy fuertes...

Entrevista 22:

....una vez si renegué de ser mujer, porque mi papa me dijo, ¡ha!, porque mi papa quería que yo fuera niño, entonces me dijo una vez, ¡ha! Porque yo siempre le he ayudado a mi papa así a

cargar varillas y arena y todo, pues como si fuera hombre, pero una vez si me dijo, si fueras hombre, ¡ha! porque creo que no queria¹ hacer mi tarea, dijo si fueras hombre ya te hubiera mandado a trabajar, y pues yo me enoje, y yo dije si hubiera sido hombres pues ya, igual y estaría más orgulloso de mi o algo. ¡hay!, pues me sentí muy mal, me dio coraje y me dio tristeza....

Entrevista 23:

... me he preguntado que seria ser hombre, pues porque hay veces que yo veo que los hombres pueden hacer más cosas por ejemplo no se, pueden hacer más cosas, subir a un edificio más rápido, no se pueden hacen otras cosas que nosotros no, por ejemplo, antes a mi me gustaba mucho subirme a la patineta y yo no podía, de hecho no puedo, entonces los hombres si yo veía, así como que ¡hay!, porque ellos si pueden y yo, yo quisiera ser hombre para hacer eso...

Entrevista 24:

... Creo que no he renegado de ser mujer, bueno creo que cuando uno es soltera uno, cuando esta menstruando y cuando me dolía mucho si decía yo ¡hay porque fui mujer!, pero no así con desesperación de que dijera yo que me podía cambiar a ser hombre no. por el dolor y el sangrado que no me era agradable, ni el aroma siquiera he, y luego tener que lavar, después ya surgieron los cotex, ya pude comprarlos, vendito sea Dios ya no lavaba, pues ala mejor si cambio el significado porque ya lo veía yo como, como le dijera, molesto por el dolor, pero ya nada más, ya aunque lo llegara a oler ya no me daba mucha repulsión porque ya no tenia yo que lavar. Hasta que trabaje empece a utilizar las toallas, 17 años más o menos porque empece a trabajar a los 16, pero ya que uno se va dando cuenta de muchas cosas porque pues a la mejor nos tenían hasta como marginadas porque yo no sabia yo que existían cotex, no sabia que existía desodorante, ¡fíjese!, mi ignorancia de que tamaño, no usaba yo desodorante hasta que vi a mis compañeras le digo, y ya notaba uno el aroma, porque decía yo ¡huy, no que horror dios mío! Y se bañaba uno diario y aun así no era suficiente más cuando cambia uno de niña a adolescente como que hay una etapa en la que ¿hay dios mío, el aromas es, pero penetrante, parece que no se baño uno 8 días, entonces es cuando exige el cuerpo algo que¹, que ya no huele feo. me llegaba a poner limón nada más, pero yo siento que no era suficiente porque le digo que yo sudo mucho, entonces siento que eso también hacia que no surtiera mucho efecto...

Aunque la mayoría de las entrevistadas no expresa abiertamente el desacuerdo que tiene por ser mujeres, con la manera en como se expresan cuando se les pregunta cuales son las diferencias que existen entre el hombre y la mujer y lo que significa para ellas ser mujer brota la inconformidad o rechazo de como viven las mujeres ya que ellas tienen más responsabilidades, sufren más dolor y tienen más limitantes o menos libertades en comparación a las que pueden llegar a tener los hombres, como lo son la fuerza física, la libertad sexual, la libertad de andar más tarde en la calle, etc., de lo cual nace el coraje porque no se tiene lo que el otro .

3.4 Interpretación de los datos

Con las entrevistas que se llevaron a cabo se busca explicar de que manera se va conformando el cuerpo al que nos enfrentamos en la actualidad como profesionales de la salud, a lo largo de este escrito he planteado la importancia que tiene el analizar a este como una construcción histórico social para encontrar respuestas a las crisis que actualmente atraviesan el hombre, personas con las que a diario convivimos en la casa, la escuela, el trabajo y hablando de los psicólogos en particular, personas que acuden a nosotros, cuerpos empapados y atravesados por una historia, alimentación, forma de vivir, enfermedades, una apropiación de las emociones, una geografía, y una historia en particular, que no debemos perder de vista ya que todo esto forma parte de nuestro objeto de estudio: el ser humano.

El objetivo de esta tesis fue analizar la dismenorrea como una enfermedad de tipo psicosomático, para lo cual voy a referirme a la teoría de los 5 elementos, la historia de vida de las entrevistadas y las circunstancias sociales, económicas, y ambientales que las rodean, o nos rodean porque esta situación no es ajena a los que vivimos en un mismo lugar, país o planeta.

Así como la naturaleza se relaciona con diferentes elementos para dar origen a la vida, en nuestro cuerpo pasa lo mismo, además de mantener una íntima relación con el planeta, el macrocosmos, también se encuentra relacionado con diferentes órganos, sabores, emociones, etc., como se muestra en el cuadro 1 (ver anexos), dentro de nuestro microcosmos (cuerpo) existe una correspondencia órgano-emoción, es decir, cuando una emoción se desequilibra también le ocurre lo mismo al órgano relacionada con esta y viceversa, esto pasa de la misma manera en la relación macro-microcosmos donde existe una analogía interna-externa, lo que existe afuera, en el ambiente se encuentra en nuestro interior, el cuerpo; cada elemento está relacionado con otros, así podemos entender a la vida como un constante flujo de energía que tiene diferentes procesos para mantener este ciclo

de creación, porque un elemento origina al otro en una relación madre-hijo, generador-generado; cuando nacemos esta función se encuentra en un estado armónico, sin embargo a través de la elección y apropiación de la vida este se desequilibra.

El fuego le ayudaba al hombre primitivo a conservar el calor de su cuerpo, pero también el calor humano, por medio de hogueras donde las personas se sentaban alrededor después de haber realizado las labores correspondientes; al encontrarse todos los miembros de cierto grupo no solamente se recibía el calor proveniente del fuego, si no también el del otro, convirtiéndose así en mutuo⁶, alrededor del fuego florece la alegría de compartir, de existir, de amar, de sentido de pertenencia a ese grupo, familia, a esa naturaleza que nos proporciona alimento y cobijo por medio del sol que propicia el desarrollo de las frutas, y verduras que nos alimenta o a los animales que consumimos y a demás nos proporciona calor natural. En el corazón es donde se anida ese calor proveniente de los otros, el sentido de pertenencia y agradecimiento a la vida, la alegría por vivir, y así como el corazón impulsa la sangre del cuerpo a través de las diferentes venas y arterias, de la misma manera el corazón expande la alegría por todo el cuerpo, el intestino delgado esta relacionado con el corazón, ya que este tiene la función de absorber los nutrientes provenientes de la comida, comida que es cocinada por medio del fuego, así la energía del intestino delgado bien equilibrada nos ayuda a absorber lo proveniente del exterior, recibir el amor, ese contacto con el otro y atesorarlo en el corazón⁷.

Nuestros primeros contactos con el otro surgen en la niñez, las primeras experiencias que se impregnan ocurren dentro de la familia, el afecto proveniente de papá y mamá; en nuestras entrevistadas fue de la siguiente manera: ellas se enfrentan a una ausencia paterna y materna debido a una separación física o emocional por una separación de pareja (entrevistadas 1, 2, 12, 14 y 16), el maltrato recibido o presencia hacia ellas o sus madres ya fuese físico o verbal

⁶ Chaparro, Aguilera Gerardo. Apuntes del seminario de titulación. FES Iztacala, Febrero, 2006.

⁷ Duran, N. (2004). Cuerpo, intuición y razón. CEAPAC ediciones

(entrevistadas 4, 5, 6, 8, 9, 11, 17 y 19 por parte de su padre, entrevistadas 6, 17, 18 y 21 por parte de su madre), a su distanciamiento por la falta de comunicación o acercamiento afectivo debido a su trabajo (entrevistada 16) o su forma de ser (con el papa las entrevistadas 3, 7, 22, 23, 24 y 25, con la mamá 5, 12, 13, 19 y 24), desde pequeñas las relaciones afectivas colocan a esas niñas a enfrentar a la vida con ausencia o carencias, enfrentar la vida sola.

El ser el hijo mayor desde pequeños nos marca y en este caso no es la excepción, el ser la hermana mayor o la primera hija determina algunas obligaciones o situaciones de las cuales se deben hacer cargo las entrevistadas 1, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 12, 16, 18, 21 y 22 como servir, atender, cuidar o hacerse cargo del otro, o ser el ejemplo del otro, lo que implica una demanda de un deber ser, que para ellas es una situación ajena a su condición de niñas, que lo único que quiere es jugar y en este caso se trata de cumplir expectativas.

Entrevista 6:

...toda la responsabilidad de atender a mis hermanos los más chicos también a los grandes, hacer comida, lavar ropa, porque mi mamá...tenía que salir a trabajar yo regresaba de la escuela y era entonces ser la mamá cuidar a mis hermanos, siempre, siempre traía bebé en los brazos salía a jugar a ratos y siempre con mi niño en los brazos...

En cuestión de las entrevistadas que son la menor de la familia o hija única, la familia puede sobreprotegerlas y no les otorgan las mismas libertades que a los demás hermanos, o personas que les rodean como primos o amigos, lo que provoca molestia por la situación en la que se encuentran, esto es en el caso de la entrevista 8, 14, 23, 25.

Entrevistada 25:

.....pues se siente padre no, pero a veces así como que me llega a desesperar porque luego no me dan la misma libertad que a mi hermana...no me dejan salir, cuando ...a la edad que yo tengo y lo comparo con mi hermana...o sea ha tenido mas libertad, entonces si me da mas coraje, no se porque...

Las situaciones que se van presentando a cada una de las entrevistadas provocan una pérdida de alegría porque lo que debería de ser no concuerda con la realidad, puesto que nos promueven la idea de una niñez llena de alegría y felicidad con unos papás que te quieran, estén y jueguen contigo, que te protejan; estas condiciones hacen que el equilibrio de cooperación y generación se desequilibre, debido a las responsabilidades a las que se enfrentan, las expectativas, y el trato desigual entre ellas y sus hermanos.

Siguiendo el ciclo de generación el fuego cuando se consume deja cenizas que conforman la tierra, sin embargo en el caso de las entrevistadas la energía se estanca en corazón debido a que la alegría se perdió por las circunstancias por las que pasaron, al estancarse la energía en fuego se provoca un exceso en este elemento que afecta a los demás, en este caso demasiado fuego lo que ocasionó fue la erosión de la tierra (ver figura 1).

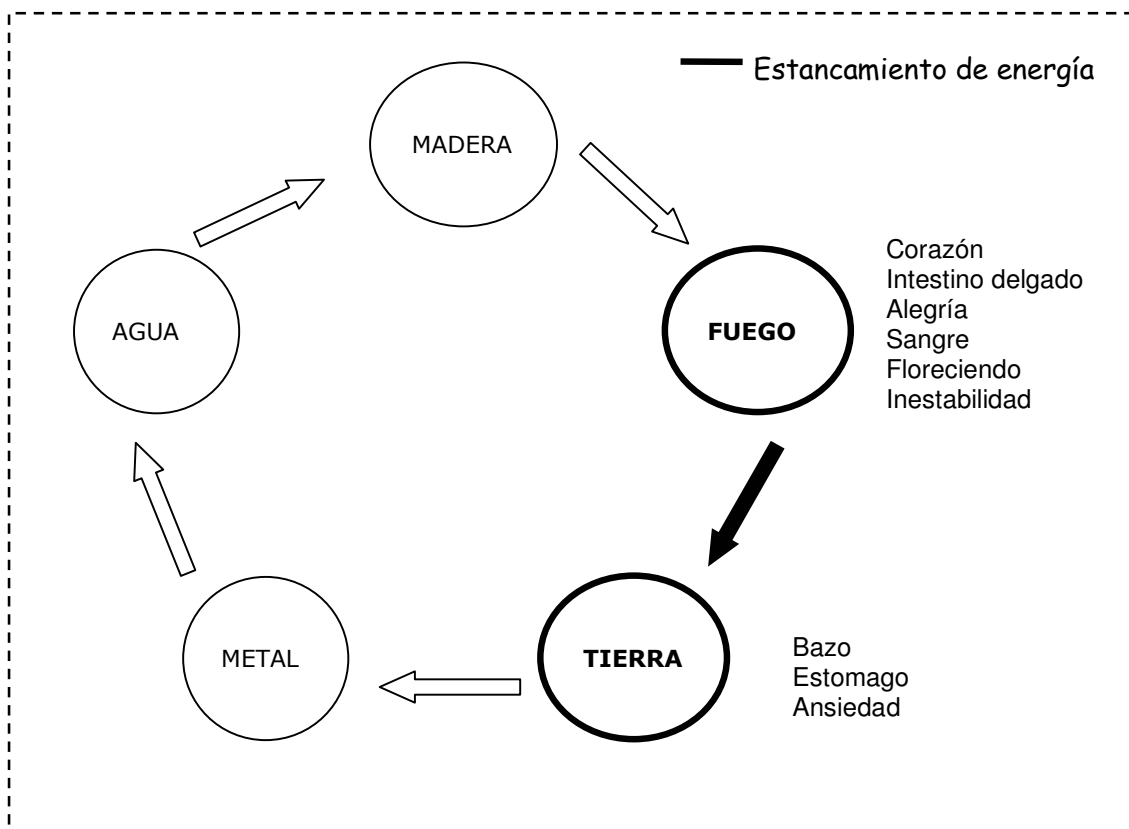


Fig. 1 estancamiento de energía en la relación de generación en la teoría de los 5 elementos.

La tierra es la madre proveedora, la que nos nutre y nos acoge, por eso esta relacionada con la cosecha, sin embargo la sociedad en la que vivimos promueve una actitud de uso y abuso de esta, que conjuntado con la pérdida de pertenencia provoca que no nos sintamos parte de la naturaleza, ahora se considera como algo ajeno a nosotros, negándola, otorgándole el carácter de sucia, por lo que tratamos de alejarnos lo mas posible de ella, una forma de hacerlo es mediante el concreto⁸. El bazo se relaciona con la tierra porque es el que abastece al cuerpo de nutrientes y agua, obtenidos en la digestión y absorción del alimento, el proveedor del cuerpo, además el bazo es el órgano que abastece al cerebro del combustible que necesita para trabajar, la glucosa, por eso se dice que el bazo esta relacionado con la mente. Este órgano también tiene la función de controlar que la sangre este dentro de las venas y las arterias, de la misma manera mantiene las ideas y reflexiones, dentro del cerebro, entonces así como el bazo integra al organismo el alimento, de la misma manera integra al cuerpo las experiencias. El bazo se asocia con la energía del estómago porque este es el órgano que recibe los alimentos, y es el primer órgano que recibe cualquier emoción, este realiza el primer paso de la digestión, la formación del bolo alimenticio, así el estómago y el bazo son los órganos más importantes para la digestión y absorción del alimento. La emoción que regula el bazo es la ansiedad⁹.

Vivimos en una sociedad que impone una forma de conocimiento que es recibida e integrada por la energía del bazo junto con el estómago, sin embargo son ideas que impone la sociedad moderna, entre formas de comportamiento, de ser, sentir, expresarse, etc. que lo único que causan es que se desequilibre la ansiedad ante la constante presión a la que nos enfrentamos al querer alcanzar un “deber ser”, en el caso de las entrevistadas se les exige ser la hija que apoya en el cuidado de los hermanos, la estudiante modelo, la que pone el ejemplo a sus hermanos, etc.

⁸ Chaparro, Aguilera Gerardo. Apuntes del seminario de titulación. FES Iztacala, Febrero, 2006.

⁹ Duran (2004). Cuerpo, intuición y razón. CEAPAC ediciones

Estamos ante un niño que pierde la alegría de vivir y se enfrenta a una constante ansiedad por querer alcanzar lo que le plantea la sociedad y en especial la familia, la energía se estanco en fuego y manda demasiada energía a su hijo, la tierra, la energía esta concentrada entre bazo y corazón, pero este fluir de energía sigue circulando aunque esta ya no lo hace con la misma intensidad debido al estancamiento.

La tierra dentro de sus capas con diferentes minerales da origen al metal, en la actualidad el metal es un elemento al que la sociedad le otorgo demasiado valor, un ejemplo de ello es el oro, el metal siempre esta presente a nuestro alrededor en las construcciones, en el dinero, en el aire que respiramos lleno de plomo, en el agua, en los alimentos lo cual ya constituye un agente nocivo en nuestro cuerpo. Existe un exceso de metal en el exterior, sin embargo dentro de nuestro cuerpo hay carencia, no debemos olvidar que nuestro organismo necesita diferentes minerales para un equilibrio fisiológico del cuerpo entre los que se encuentra el calcio, fósforo, zinc, hierro, magnesio, sodio, etc., la forma en la que el metal se integra nuestro organismo en beneficio de este es por medio del consumo de verduras, principalmente las verde oscuras como la acelga y la espinaca, pero actualmente estos elementos se encuentran fuera de nuestra dieta cotidiana¹⁰.

El metal es el resultado de la elección de diferentes elementos que se encuentran en la tierra, por lo que entre el pulmón y el metal existe una analogía, ya que este se encarga de elegir entre el oxígeno y el bióxido de carbono, para sacar toxinas del cuerpo, desecha lo añejo y asimila lo nuevo, sacar las ideas y elementos añejos que perjudican al cuerpo. El pulmón esta relacionado con el intestino grueso, porque este se encargado de transformar los desechos del cuerpo en materia fecal para su excreción; la energía del pulmón junto con la del intestino grueso separan y eliminan; esta condición implica un constante cambio, una renovación, una nueva expectativa de vida. La nariz es la apertura externa que tiene el pulmón para esta renovación constante, el inhalar y exhalar, la piel es el

¹⁰ Chaparro, Aguilera Gerardo. Apuntes del seminario de titulación. FES Iztacala, Febrero, 2006.

órgano por el que también transpira el pulmón mediante la apertura de los poros; la nariz junto con la piel son los órganos que permiten el continuo contacto con lo exterior, por donde se inspira el aire, el afecto y las enseñanzas del otro, claro si antes ya se dio paso a la salida de lo añejo¹¹.

Este ciclo de generación que sigue, ya esta en desequilibrio debido al estancamiento de energía debido a las circunstancias que rodearon a las entrevistadas en su niñez las que ocasionaron que esta energía se concentrara entre fuego y tierra por la pérdida de la alegría, por la falta de afecto y la imposición de una forma de vida que les causa ansiedad por querer alcanzarla, las entrevistadas en su niñez atraviesan por soledad, lo cual genera tristeza, que desequilibra al órgano que en este caso es pulmón, al mismo tiempo podemos considerar la calidad del aire que respiramos, llena de metales que contaminan nuestro organismo, desequilibramos así la energía de pulmón, ahora la energía que llega ya no es suficiente para abastecer de manera adecuada al órgano este queda desprotegido y se presenta la enfermedad, "...la enfermedad es un estado que indica que el individuo...ha dejado de estar en orden o armonía. Esta pérdida del equilibrio interno se manifiesta en el cuerpo en forma de síntoma." ¹², y las primeras señales se presentan a edades tempranas, las entrevistadas reportan gripa, infecciones en el estómago, e infecciones en garganta que dan como resultado fiebre reumática, dentro de las enfermedades más comunes que han padecido desde la niñez, lo que indica que el pulmón al quedar desprotegido y el desequilibrio de estómago son los órganos en donde se experimenta el soma (ver figura 2).

Este desequilibrio de energía no solo afecta al metal, los elementos que le siguen también se ven afectados, aunque las repercusiones en éstos son mínimas.

¹¹ Duran (2004). Cuerpo, intuición y razón. CEAPAC ediciones

¹²Dethlefsen, T. y Dahlke R. (2004). La enfermedad como camino. México:Debolsillo. pág. 21-22

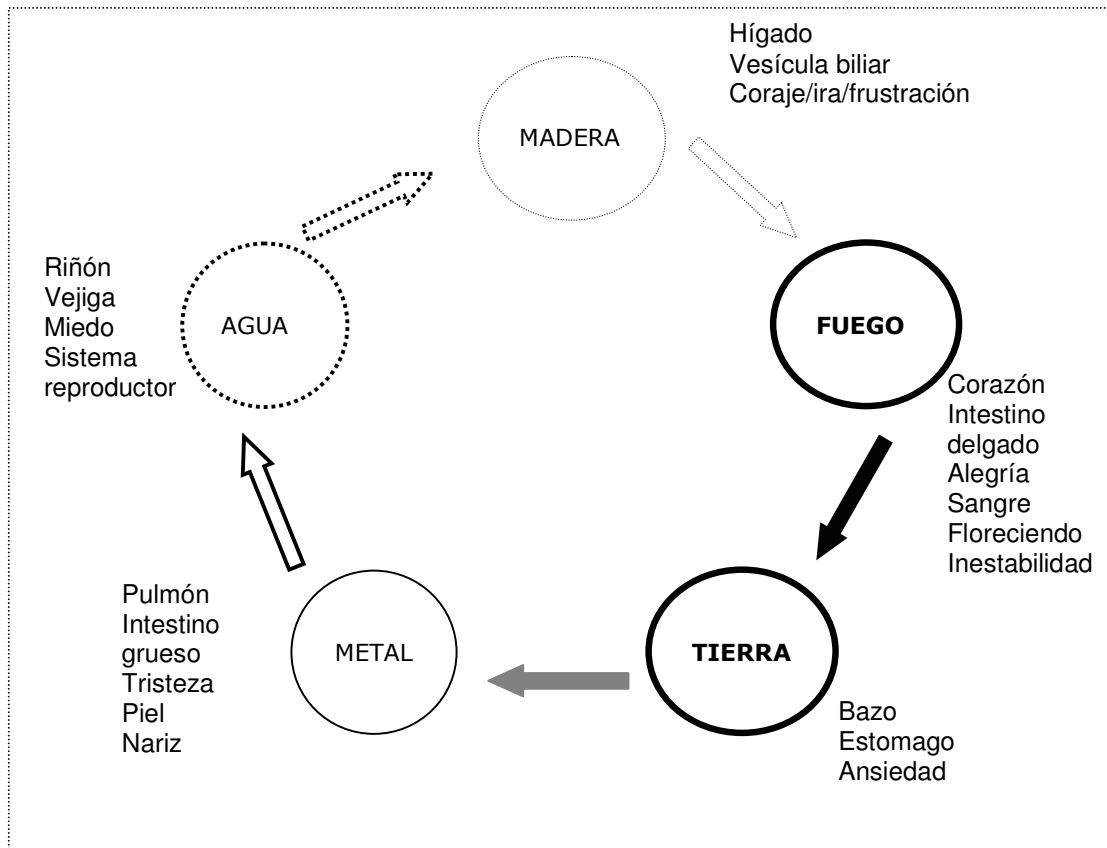


Fig 2. Desabastecimiento de energía a los diferentes elementos debido a la estancamiento de esta en el ciclo de generación

El metal permite la filtración del agua, en este proceso se nutre y se limpia a través de los diferentes elementos que contiene el metal, permitiendo la formación de depósitos de agua subterránea, el agua es el lugar donde se origina la vida, y se sigue ahí porque el feto se desarrolla dentro de un entorno acuoso, el agua es símbolo de vida y esta relacionada con el riñón en el se almacena el jing, o energía principal que es el material fundamental del cual está constituido el cuerpo humano, la esencia de la vida que son la esencia sangre, la esencia hormonal y la esencia de los fluidos (linfa, lubricantes de tejidos, articulaciones, lágrimas, transpiración y orina), materia fundamental para efectuar las diversas actividades funcionales del cuerpo¹³, también controla la reproducción, crecimiento y desarrollo humano, entre los que se encuentran los cambios relacionados con el

¹³ Reid, D. (1989). El tao de la salud, el sexo y la larga vida. España: Urano

desarrollo sexual secundario como lo son la maduración de óvulos y espermatozoides, que con su unión dan origen a una nueva vida, el riñón nos conecta con nuestros orígenes y el mirar hacia el futuro, en este órgano se generan la medula, “la medula ósea sube a la cabeza y se reúne formando así el cerebro. La medula ósea nutre los huesos y transforma la sangre”¹⁴. El riñón tienen la capacidad de separar los líquidos turbios de los limpios, nos permite distinguir entre lo bueno y lo innecesario, cuando podemos distinguir claramente de nuestra vida lo que nos hace crecer o nos detiene en el constante hacer de la vida, tenemos el valor que nos impulse a decidir, este órgano se relaciona con la vejiga ya que el agua turbia que separo el riñón los transporta hacia esta para que salgan del cuerpo, dejando de lado lo innecesario y siguiendo con el funcionamiento y desarrollo del cuerpo, sin miedo para poder impulsarnos a seguir creciendo.

En la actualidad el agua esta sucia, contaminada y mal distribuida, esta comercializada con colorantes y saborizantes, éste elemento es el que purifica nuestro cuerpo, aunque ya nos preocupamos más por purificar mas el exterior que el interior, se desperdicia mucho agua en el aseo personal, se ha perdido el vinculo con ella, con la idea de que nos proporciona vida por lo que ya no se respeta.

Cuando el elemento agua esta bien equilibrado se encuentra la energía que nos impulsa a seguir adelante como la forma en la que fluye el agua, que no se detienen ante obstáculos, busca nuevos caminos y sigue hacia delante, sin embargo algo que nos puede detener es el miedo, ante éste nos paralizamos, no nos movemos, nos estancamos, por lo cual el agua controla el miedo, si no se encuentra bien equilibrado puede crecer o equilibrarse y dar lugar al valor. Pero como ya he venido exponiendo a lo largo de esta tesis las circunstancias por las que atravesamos pueden desencadenar y acrecentar una emoción, en el caso de las entrevistadas vivenciaron la violencia ya fuese verbal o física, debido a su

¹⁴Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, et al (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Republica Popular de China: Ediciones en lenguas extranjeras. pág. 20.

educación que fue impartida a base de golpes y gritos, o veían como su padre agredía física o verbalmente a su madre (entrevistadas 4, 5, 6, 8, 9, 11, 17 y 19 por parte de su padre hacia ellas o su mamá, entrevistadas 6, 17, 18 y 21 por parte de su madre hacia ellas), estamos bajo una cultura que siembra miedo tanto por la forma de educar que se tiene ya sea por medio de los castigos o por la parte de la religión Judeo-Cristiana que se basa en el castigo y el miedo a lo impuro, a lo no sacro, a esta vida porque lo que hagamos aquí lo pagaremos en el purgatorio o en el infierno. El miedo también crece debido al lo que puede pasar si no alcanzo las demandas de mis papás o la sociedad, es un cuerpo lleno de miedo.

El agua permite el crecimiento de la madera, la madera se expande hacia lo desconocido, el interior de la tierra, mediante sus raíces y hacia el cielo mediante el crecimiento de grandes árboles, moverse es necesario el coraje, que nos impulse a realizar las cosas. La madera esta relacionada con el hígado, este tiene la función de almacenar y controlar la dispersión de sangre en el cuerpo, controla la cantidad y la presión de esta, induce al moviendo, al hacer continuo, así como el hígado regula la sangre de la misma manera regula las emociones, equilibra el estado emocional, debido a su función de drenaje y dispersión. La vesícula biliar esta relacionada con el hígado ya que esta también almacena y controla la dispersión de bilis a los intestinos y el estómago para ayudar a la digestión. “la vesícula biliar infunde el poder para la toma de decisiones en el ser humano, y el hígado el poder para la acción”¹⁵

La relación con la madera al igual que con todos los elementos se ha modificado a través del tiempo antes tenía un valor biocentrico, es decir que valía por el solo hecho de existir y se realizaban ceremonias y rituales en los que se le pedía permiso para ser utilizada por necesidad, la utilización de esta estaba restringida y bajo ciertas condiciones porque se le tenía un respeto, si embargo este respeto se perdió al igual que con la tierra a la madera se le dio un valor de uso y con esto el

¹⁵ Duran (2004). Cuerpo, intuición y razón. CEAPAC ediciones. pág. 92

abuso¹⁶. Cuando el elemento madera se encuentra equilibrado nos da el coraje para llevar a cabo acciones, sin embargo cuando este se encuentra desequilibrado y en este caso desabastecido de energía (ver figura 2) la emoción de coraje, se desequilibra y por las circunstancias en las que vivimos se da paso a la frustración por no ser lo que deseamos o desean los demás o no tener la felicidad que nos ofrece la sociedad. En este momento la pérdida por la alegría es más evidente porque no se obtienen lo que se desea.

La madera alimenta al fuego y así comienza otra vez el ciclo de generación, en éste existe la cooperación y el equilibrio y para que ninguno de estos elementos se sobre produzcan, entre ellos también mantienen una relación de dominancia, en donde cada elemento controla la generación de otro, así el fuego funde al metal, el metal corta la madera, la madera penetra la tierra, y la tierra absorbe el agua y por último el agua apaga el fuego (ver figura 3).

Pero nos enfrentamos a una red de cooperación que perdió armonización porque los órganos compiten por la energía, esto pasa en lo interno, y en el exterior pasa lo mismo con el uso y abuso de los recursos que se lleva a cabo por la competencia que existe en la sociedad.

La acumulación de energía en un órgano propicia la exaltación de una emoción y sabor del mismo órgano, las entrevistadas reportan varios sabores y emociones que dominan su vida en el presente, la tristeza y el sabor picoso son los datos que se presentan con mayor frecuencia reportándolo 9 y 14 participantes respectivamente, estos datos coinciden con la emoción y sabor que son propios de pulmón, lo que nos habla de un desequilibrio en metal.

Cuando un órgano se encuentra carente de energía sus defensas bajan y en éstos puede aparecer un soma, debido a que la energía sigue corriendo y podemos ver

¹⁶ Chaparro, Aguilera Gerardo. Apuntes del seminario de titulación. FES Iztacala, Febrero, 2006.

que órganos están propensos a ser dañados, por lo que es posible rastrear la ruta de construcción de una enfermedad debido al flujo energético.

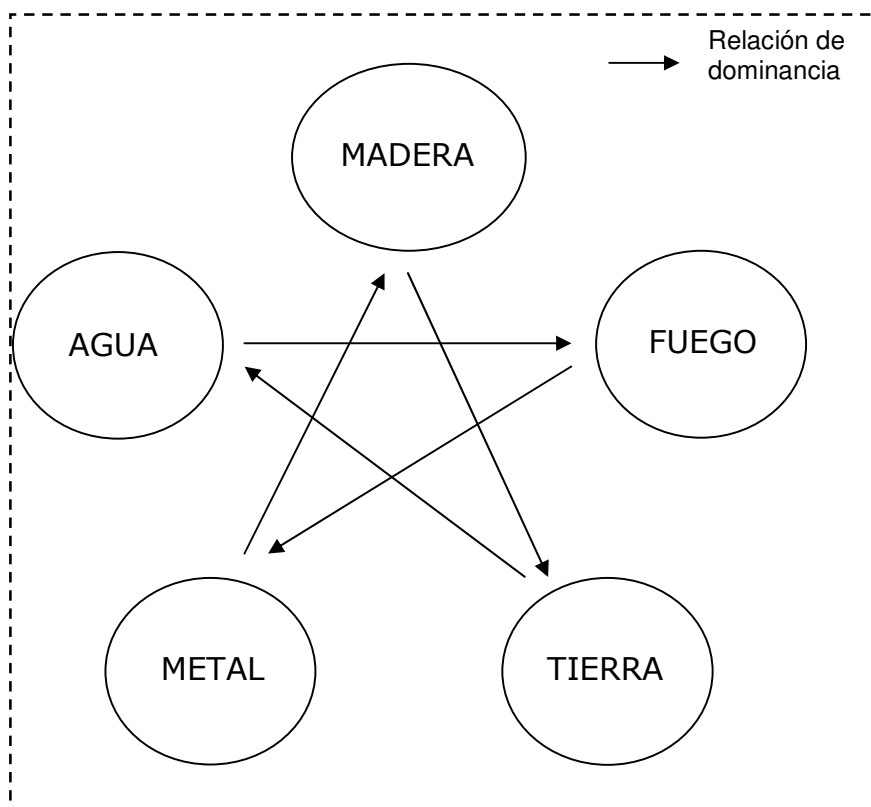


Fig 3 relación de dominancia en la teoría de los 5 elementos

Así tenemos que el fuego fundió el metal el elemento queda desabastecido y las gripas ya se hicieron crónicas para esta etapa, hace su aparición la colitis (entrevistadas 2, 6, 8, 11, 12, 18, 19, 21) y las enfermedades en la piel, como la dermatitis en el caso de las entrevistadas numero 16 y 20 (ver figura 4)

Como no hay suficiente metal que corte madera esta se sobre produce y al mismo tiempo la emoción se exalta, en este caso es el enojo (ver figura 4), claro que este no es el único factor que influye para que se de esta situación, también depende de la historia de vida; para darle más sentido tenemos que equiparar a la segunda relación que sostienen estos 5 elementos con la segunda etapa del ser humano, la adolescencia, en esta etapa es donde se llega a la búsqueda de identidad,

empieza la elección, a vivir como se piensa porque ya nos dimos cuenta que detrás del castigo no ocurre nada, el hígado y la vesícula biliar toman fuerza porque son los órganos que nos ayudan a tomar decisiones, el adolescente decide y hace pero contra lo impuesto, ya no tiene miedo, grita para obtener lo que quiere, la ira se exalta, no está contento con lo que los demás le imponen, lo que la sociedad delimita, pero tampoco está de acuerdo con lo que es y con lo que hace porque no corresponde, es cuando nota el vacío que existe en él, además de experimentar mucha soledad porque no se identifican con algo o alguien, la pérdida de pertenencia se hace presente, siendo que se cultivó desde la infancia porque él en fuego se estancó la energía, mucho fuego funde metal y la tristeza y la pérdida de la alegría por vivir en esta etapa ya se hicieron crónicas.

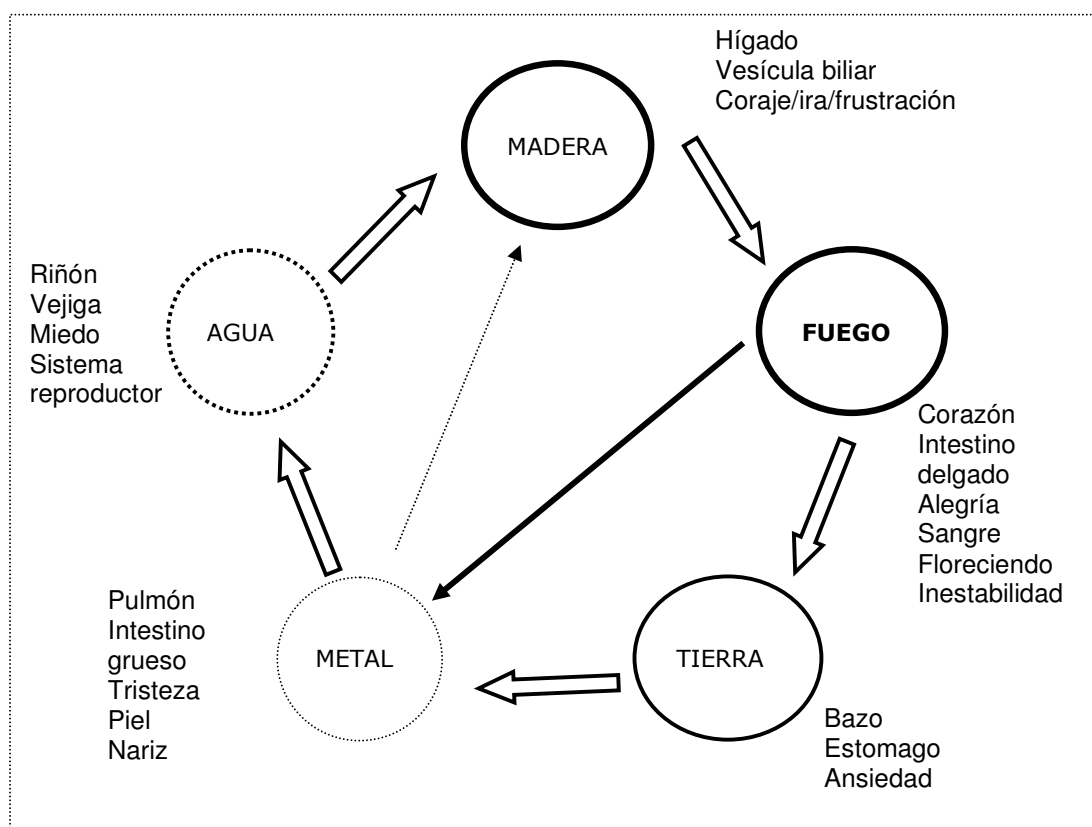


Fig. 4 desequilibrios de energía en la relación de dominancia

La diferencia de tratos entre ellas y sus hermanos, principalmente varones, el maltrato que sus padres propician a sus madres, el no ser amado, poder jugar o hacer lo que los "los niños normales deben tener o hacer", generó en un principio tristeza, pero ésta da paso al coraje por una inconformidad con lo que les tocó vivir. La energía de pulmón estancada viaja a Hígado, manda calor, por la energía concentrada, sin embargo es patógeno y propicio el desequilibrio de este órgano.

Ante la exaltación del coraje la energía de hígado es afectada y aunque no hace su presencia una enfermedad relacionada con este órgano, sus funciones si se ven perturbadas, en este caso el almacenamiento y dispersión de la sangre; por lo que este organismo mantiene una estrecha relación con la menstruación, al desprenderse del útero los diferentes elementos que se habían preparado para nutrir y acoger a un óvulo fecundado los vasos sanguíneos se rompen y causan una pequeña hemorragia, la cantidad de sangre que llegue al útero dependerá de el hígado, siendo que el cuerpo esta diseñado para arrojar la menor cantidad posible de sangre porque en este proceso se pierde energía y el cuerpo esta diseñado para la supervivencia, pero cuando el hígado se encuentra en desequilibrio la dispersión de sangre se ve afectada, así durante la menstruación la cantidad puede ser en demasía o por el contrario no puede llegar la menstruación.

10 de las entrevistadas son irregulares, es decir el hígado puede o no mandar sangre al útero, por días o meses o adelantarse simplemente, este es un trastorno de la menstruación porque es ciclo natural del cuerpo de la mujer y éste debe de estar coordinado para hacerlo como tal un ciclo.

Otro factor causante del desequilibrio del hígado se puede deber a una alimentación rica en toxinas, hormonas y químicos, lo que ocasiona que el hígado se desgaste por tener que trabajar mucho al tratar de limpiar la sangre de todas aquellas toxinas que pueda contener y junto con la bilis se encarga del desdoblamiento de grasas.

En la actualidad esta bombardeo de cantidades de hormonas que provienen de los alimentos que consumimos principalmente la carne, los embutidos, los transgénicos, las comida enlatadas etc., que son alimentos que las entrevistadas consumen en su dieta diaria, ante un hígado desequilibrado energéticamente este se fatiga y elimina menos hormonas y toxinas, así la mujer se intoxica con sus propias hormonas, dentro de estas hormonas podemos encontrara a la foliculina u hormona estrogénica, que es responsable de la aparición de la mucosa uterina antes de la ovulación, “el hecho es que ciertamente el exceso de estrógenos produce los desarreglos gastro-intestinales, la retención de agua y la estimulación excesiva de los tejidos estro-sensibles (como la mucosa cervical, el útero y los senos)”¹⁷ lo que explicaría mucho de los síntomas presentados durante la dismenorrea.

La dismenorrea mantiene una estrecha relación con este órgano, porque ésta se puede deber a una coagulación de xue (sangre) en el útero debido a trastornos emocionales como la melancolía, ansiedad e ira es decir la circulación de la sangre está obstruida, y el aporte adecuado de sangre en el cuerpo depende tanto del buen funcionamiento del hígado como del corazón, cuando existe un estancamiento de xue, el sangrado tienen ciertas características, es de color rojo oscuro, tonalidad café con coágulos¹⁸, como en el caso de las entrevistadas 6, 9, 10, 11, 17, 19 y 23.

La función de drenaje y dispersión del hígado se ve afectada no solo a nivel orgánico; también emocional, por lo que no atemperar las actividades mentales¹⁹ en los que se incluye el estado de esta ánimo de esta forma un desequilibrio en éste órgano conduce a un desequilibrio emocional, factor que se presenta como al

¹⁷ Nissim, R. (1984). Manual de ginecología nartural para la mujer. ICARIA. Barcelona, p. 24

¹⁸ Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, y cols, (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Ediciones en lenguas extranjeras. Bejin

¹⁹ Chenggu (2004). Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. China: Ediciones en lengua extranjeras

causa de coagulación de la sangre en el útero y por consiguiente la aparición de dismenorrea

Cuando vienen el desprendimiento de la cavidad uterina es evacuada mediante contracciones uterinas, la presencia del dolor puede deberse a espasmos en el cuello uterino con una retención a contracorriente que puede ser por el estancamiento de xue y la presencia de coágulos todavía más dolorosos de evacuar. Estas molestias deberían desaparecer con un parto²⁰, debido a la expansión del cuello provocada por este, como en el caso de la entrevistada 24:

...de los 22 años empezaron los dolores más fuertes no cambio la coloración de la sangre...rojo normal..., apareasen coagulo y muy grandes... cuando di a luz me olvide de los dolores...

El hecho de tener un hijo resignifica la vida, se llega a la satisfacción con el afecto de la pareja y el hijo, este hecho nos brinda la oportunidad de poder compartir, de crear y deja de lado la idea de destrucción y competencia, cambia la actitud ante la vida, dejando a un lado la inconformidad con la vida que lleva, la actitud ante la vida cambia.

Otra de las causas por las que el sangrado puede presentarse de color rojo oscuro es debido a un síndrome de calor del tipo shi²¹, es decir un exceso de calor, pero este es de un ciclo corto, con coágulos y se presenta en gran cantidad.

Ante el inminente desequilibrio del hígado el elemento madera se desequilibra que con la carencia de metal esta se sobre produce penetra en la tierra y la erosiona (ver figura 6), con esta constante erosión que se provoca en la tierra debido al fuego excesivo de la primera relación y la madera excesiva de la segunda, eminentemente la energía del bazo se ve afectada, y aunque ninguna de las entrevistadas reportan a la ansiedad como emoción predominante, el sabor que

²⁰ Nissim, R. (1984). Manual de ginecología natural para la mujer. ICARIA. Barcelona

²¹ Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, y cols, (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Ediciones en lenguas extranjeras. Bejin

prefieren es el dulce (15 entrevistadas), esto nos indica que la emoción esta desequilibrada, además las entrevistadas 6, 8, 10, 12, 19, 21, 22, y 25 padecen gastritis es decir que la energía del bazo y el estómago esta desequilibrada, al igual que la emoción (relación órgano-emoción) asimismo debemos de recordar que somos una sociedad caracterizada por la ansiedad generada ante la constante demanda de “ser” y cumplir con ciertas expectativas, en el caso de las entrevistadas sus padres depositaron en ellas las expectativas de una mejor calidad de vida por ello se encuentran en su mayoría estudiando una carrera universitaria, así se dispara la ansiedad ante las exigencias que se tienen que cumplir, anexándose a estas lo que significa “ser mujer” para la sociedad, el “ser la bonita”, “la inteligente”, “la que no descuida la casa y se realiza como profesionista”, “la que tienen pareja e hijos”, el coraje deviene a la hora en que no se puede cumplir con es “deber ser”.

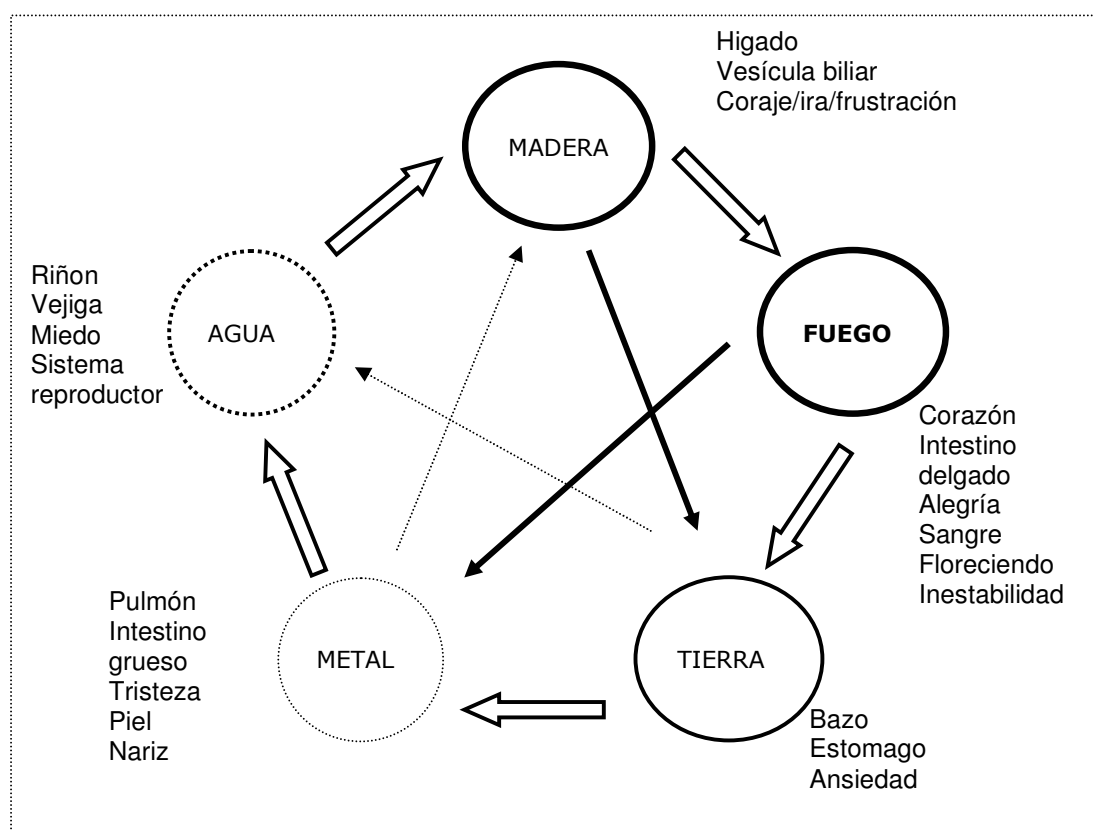


Fig. 6 desequilibrios de energía en la relación de dominancia

El desequilibrio del bazo también se debe a un constante trabajar para poder combatir los niveles de azúcar que comemos diariamente, porque cuando nos encontramos ansiosos el cuerpo pide el sabor dulce y la insulina es la que nivela el azúcar en el cuerpo, así el bazo se desgasta y por consiguiente se ve afectada de igual forma la función que tienen de obtener nutrientes de los alimentos para producir sangre, líquido que mantiene una estrecha relación con la menstruación y con la dismenorrea, debido a que una deficiencia en sangre conduce a una deficiencia de energía y a la inversa, en este caso la menstruación se presenta de un color rojo fresco, como ocurre en el caso de las entrevistadas 2, 4, 7, 12 y 24 (la última lo presenta hasta los 24 años). Por esta razón no podemos dejar de considerar al bazo a la hora de abordar a la dismenorrea.

El sangrado de color fresco es característico de un síndrome de frío del tipo xu²², es decir una preponderancia de frío debido a una deficiencia de yang (calor), aunque este se caracteriza por ser de ciclo largo y en poca cantidad.

No podemos olvidar que aunque el desequilibrio este presente el flujo de energía sigue, al no tener suficiente tierra que absorba agua esta se sobre produce y el funcionamiento del riñón se ve afectado, las enfermedades hacen su aparición, en el caso de las entrevistadas 4, 11 y 19 fueron infecciones en vías urinarias durante su adolescencia o juventud entre los 17 y 24 años (ver figura 5).

Este desajuste energético ocasiona preferencia por el sabor salado (entrevistas 4, 10, 14, 16, 18 y 19) y el miedo (entrevistas 10, 19, 25), esta emoción puede no ser predominante en la vida de las entrevistadas pero ante un suceso tan natural como la menarquia ésta emoción hace su aparición, las entrevistadas reportan la presencia de miedo la primera vez que menstruaron (entrevistadas 1, 4, 8, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18, 20, 21, 22 y 24) debido a un desconocimiento del proceso o a la ausencia de articulación con este, porque aunque algunas de ellas ya estaban

²² Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, et al (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Republica Popular de China: Ediciones en lenguas extranjeras.

informadas del proceso, este se llega a ver como ajeno al cuerpo, ya que nos enseñan los cambios del cuerpo humano y el proceso de la menstruación en la escuela o nuestros hogares por medio de libros, películas, esquemas que no integramos al cuerpo, ya que existe una desarticulación de éste con nosotros debido al pensamiento cartesiano que determina el conocimiento en la actualidad. La desarticulación entre el cuerpo y yo también se ve influenciada por la religión, que le da un carácter impuro a éste, resalta “el alma”, y ve al cuerpo como un sitio en donde pueden pasar cosas pecaminosas, entonces el destino del ser humano es alejarse de ellas para la salvación de su alma, la religión no nos permite un acercamiento con nuestro cuerpo, así éste se vuelve un lugar desconocido y ante lo desconocido surge el miedo. Cuando se tiene la primera menstruación este miedo sale a relucir, porque es un proceso que no se articula con nosotros, el proceso de nuestro cuerpo es aparte de nuestra vida cotidiana, no nos preocupamos por saber que es lo que pasa dentro de el, y menos lo que pueda ocurrir en nuestros genitales porque eso esta mal.

El miedo se plasma ante nuestro útero, lo que implica rechazo ante algo que no queremos, que nos parece incomodo o sucio, éste es la parte de nuestro cuerpo que nos caracteriza como mujeres, por lo que nos diferencia de los hombres, y en el momento que a las entrevistadas se les cuestiona sobre las diferencias que existen entre el hombre y la mujer señalan diversos factores como la fuerza física, la capacidad de tener y alimentar un bebé y las que la sociedad marca (comportamiento, preferencia en un trabajo, libertades, etc.). La capacidad de poder ser madre implica muchas cosas en las entrevistadas, el enfrentarse de nuevo a tener que cuidar a otro ser humano, como cuando eran pequeñas y tener una responsabilidad como ellas mismo lo dicen, por la imagen de mamá que tienen, la trabajadora y que saca adelante a sus hijos ante la falta de apoyo de su pareja o la que permitía recibir insultos y golpes provenientes de su pareja, de esta forma también se vive con miedo la sexualidad porque se teme salir embarazada, este miedo mueve los niveles estrógenos porque el riñón esta encargado su s ciclos de producción y debemos recordar que el exceso de estrógenos en el

cuerpo ocasionan desajustes gastrointestinales, retención de agua y la estimulación excesiva de la mucosa cervical, el útero y los senos, estos son síntomas que se presentan durante la dismenorrea. El miedo a un embarazo también afecta los niveles de prostaglandina en el cuerpo porque actúa como un anticonceptivo natural debido a que desciende los niveles de progesterona, lo que ocasiona el desprendimiento del cuerpo amarillo, razón por la cual no puede alojarse un óvulo fecundado, a la prostaglandina se le ha encontrado como factor directo en el origen de la dismenorrea debido a que se encuentra con mayores niveles en las mujeres con dismenorrea, además que la prostaglandina tiene la función de relajar y estirar los músculos lisos, como lo es el útero, es decir esta hormona incrementa las contracciones uterinas durante la menstruación con el fin de ayudar a expulsar el óvulo no fecundado y el endometrio, de tal forma que si existe una gran cantidad de prostaglandina las contracciones son demasiadas, lo que estimula las fibras uterinas del dolor, provocando el dolor de tipo cólico que se presenta durante la dismenorrea.

Al preguntarles que significa ser mujer, ellas se refieren a: ser responsable de una familia, de unos hijos y en tiempos actuales de un trabajo, la mujer de antes no se cuestionaba el porque tenía que realizar ciertas actividades sólo lo asumía sus tareas y las realizaba, pero en la actualidad con la llegada de el feminismo, la mujer se enfrenta a una frustración cuando realizar estas tareas y voltea a ver al otro, al hombre y se da cuenta que el no tiene tantas o las mismas responsabilidades que ella, como le han pregonado que todos debemos de tener los mismos derechos, la inconformidad con lo que a ella le toco vivir llega, una parte de ello fue el ser mujer, y el útero es el órgano que nos identifica como tales por lo que los dolores son una constante lucha con lo que no quiero vivir, las responsabilidades como ellas misma lo manifiestan.

Con todos los sucesos a los que se enfrentan las entrevistas es claro que el elemento agua se encuentra desequilibrado por lo cual no puede extinguir la sobreproducción de fuego, que afecta el funcionamiento del corazón, órgano

relacionado con el control de la sangre y los vasos. La sangre es la principal base material de las actividades mentales del cuerpo humano, por lo que el corazón también controla las actividades mentales. La anormalidad en el funcionamiento y actividades de otros órganos influye en las actividades mentales debido a la relación que se mantienen entre el qi y la sangre que como ya mencioné anteriormente estos se forman, nutren y circulan debido al adecuado funcionamiento de cada órgano en esa red de cooperación y armonía.

Es decir “el shen²³ anida en el corazón por lo que todos los cambios emocionales y de voluntad con administrados en el corazón... y los otros órganos administran sus respectivas actividades mentales bajo el mando del corazón”²⁴. Es claro que este órgano está relacionado con la aparición de dismenorrea porque una de sus causas es la coagulación de sangre en el útero debido a trastornos emocionales, un desequilibrio de corazón provocaría un desequilibrio emocional este órgano también mantiene el aporte adecuado de adecuado de sangre a nuestro cuerpo tienen una relación con la menstruación, un desequilibrio de este órgano puede provocar tanto una deficiencia de xue, como estancamiento de la misma, lo que se considera como causa de la dismenorrea, como mencione ya anteriormente.

Fuego controla al elemento agua y así volvemos a seguir el recorrido de la relación de dominancia, es claro que con estas relaciones podemos seguir la ruta de construcción de cualquier enfermedad, mediante un recorrido de órganos, sabores, emociones, elementos, un estilo y forma de vida particular, la historia y cultura que nos atraviesa a todos, que desencadenan diversos procesos emocionales y orgánicos en el cuerpo. En el caso de las entrevistas la ruta se da de la siguiente manera:

²³ “es un término genérico de todas las actividades vitales del cuerpo humano incluido el animo, pensamiento, actividades intelectuales, o sea, actividades mentales” Chenggu (2004). Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. China: Ediciones en lengua extranjeras Beijing. p. 9

²⁴ Chenggu (2004). Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. China: Ediciones en lengua extranjeras Beijing. p. 11.

A lo largo de este escrito he reafirmado el papel que juega el bazo, el riñón y el hígado en la dismenorrea lo importante es saber de donde comenzó y entonces tenemos 3 posibles rutas que depende de la historia de vida de cada entrevistada.

Debido a la exaltación del miedo:

En la historia de las entrevistadas se puede apreciar como el miedo es la emoción que surgió en la niñez y siguió dominando hasta la adolescencia etapa en la cual se presenta la menstruación y los síntomas de la dismenorrea, este es el proceso por el pasa la entrevista 19, en donde un abuso sexual que tuvo lugar entre los 4 y 5 años de edad sembró en el cuerpo el miedo a partir de esto comenzó a aislarse de las personas, a tenerle miedo a los hombres, esta emoción siguió prevaleciendo y se agravo con los maltratos que presencio de parte de su padre hacia su madre, en donde la amenazaba de muerte, el miedo siguió dominado cuando el terremoto del 85 deja a su familia sin casa donde vivir y la incertidumbre de donde vivir se hace presente y ante la situación económica su madre tiene que salir a trabajar y buscar la forma de conseguir una casa para vivir, lo que la obliga a enfrentarse a la vida sola, a salir a la escuela, a la calle, estar sola, lo que le ocasiona más miedo, cuando entra ala adolescencia recaen sobre ella expectativas de estar bien en la escuela, de tratar de aportar dinero a la casa, de ayudar en los quehaceres del hogar y como ella misma lo refiere:

Entrevista 19:

“...era la presión, no, la presión del trabajo, de la escuela, del novio, tenia miedo a quedarme sola, también existía mucho, de estar bien de alguna manera con todos y llego el momento de que me arte de estar bien con todos, y mera grosera y podía ser prepotente y podía ser muy mala onda con todos, para defenderme para que de alguna manera no vinieran y me hicieran más daño del que ya traía...”

Como podemos darnos cuenta la emoción que predomino en la vida de la entrevistada 19 fue el miedo, el desequilibrio siguió hasta la adolescencia donde comienza la menstruación y la dismenorrea, por lo que en ella la ruta de la enfermedad comenzó en riñón, que después viajo a hígado por la inconformidad de la vida que llevaba, el coraje que surgió por lo que tuvo que pasar, y siguiendo

la ruta de dominio el desequilibrio viajó hacia bazo, quedando desabastecido de energía y por lo tanto afectado en sus funciones de abastecedor de nutrientes, en lo que también contribuyó la ansiedad que surgió a partir de las expectativas que tenía que cumplir (ver figura 7).

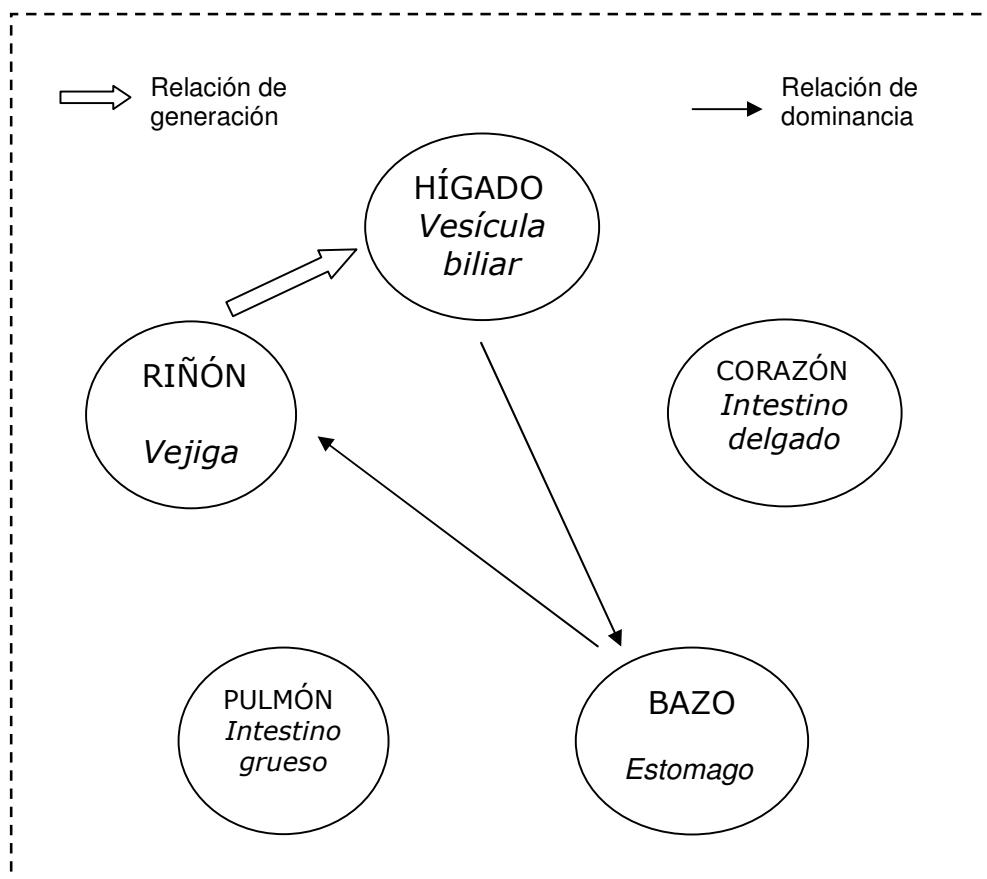


Fig. 7. Ruta de construcción de la dismenorrea en el caso de las entrevistadas.

Debido a la exaltación del coraje:

En alguna de las entrevistadas la emoción que domina es el enojo, como se puede ver en el caso de la entrevista 6 donde el coraje se hace presente desde muy pequeña debido a la inconformidad por lo que le tocó vivir por ser la hermana mayor, en donde su madre tiene que salir a trabajar por la situación económica en la que se encontraba la familia, ya que su padre no propiciaba sustento alguno, ella tenía que cuidar a sus hermanos desde muy pequeña lo comenzó a hacer, a

tal grado que salía a jugar siempre con niño en brazos, ella se enojaba porque tenía que cuidar a sus hermanos como si fueran sus hijos y siquiera eran de ella, desde ahí surgió la idea de nunca tener hijos, el enojo también es alimentado por los constantes regaños, golpes y cuidados esternos que tenía su madre para con ella, que se agravaron cuando comenzó la adolescencia debido a que su mamá consideraba que tenía un carácter fuerte y en cualquier momento podía salir embarazada y la familia no estaba en condiciones de tener un miembro más en la familia, por lo cual no la dejaba salir con los amigos si no era acompañada, le revisaba cada mes su menstruación, la olía cada vez que llegaba de la calle, pero el momento donde se disparó la emoción fue el primer día que menstruó.

Entrevista 6:

“...Comencé a menstruar a los 15 años, de momento me dio coraje porque estaba jugando fútbol y pues ya me hecho a perder el juego después yo tenía un poco de nociones por lo que había leído en la escuela, pero mi mamá nunca me había comentado nada, entonces al momento fue así como miedo como asombro, y después así como coraje, porque me pegaron porque había empezado a menstruar, entonces pues si me dio coraje haber empezado, mi mamá no se que pensaba ella me preguntaba que con quien me había acostado o que, que había hecho entonces como yo no le dije que había empezado a menstruar luego, luego, si no que me cambie dos veces y deje la pantaleta sucia, ella la descubrió y entonces no se que pensó, el sangrado la primera vez fue mucho, me controlaron el sangrado con anticonceptivos, pero el dolor no, empecé con muchísimos cólicos, pero aunque tomaba pastillas no me calmaba el cólico era muy, muy fuerte, muy fuerte, yo creo que empezaron los cólicos a la segunda vez que menstrué, la primera no tuve mucho tiempo, a lo mejor y los tenía pero con la golpiza que me dieron y todo el malestar que tenía no creo haberle puesto mucha atención mucha, pero ya después eran muy, muy dolorosos, era demasiado, demasiado fuerte el dolor, tenía que estar, pues acostada y lo que hiciera de todos modos el dolor no se quitaba...”

Aquí podemos darnos cuenta como el haber menstruado le generó una golpiza, de lo cual surgió coraje, de esta manera se afianza el enojo por la vida que le tocó llevar y con ello el rechazo a como viven las mujeres, comenzando la ruta de la enfermedad con la exaltación de la ira que viaja después al bazo, exaltándose en el momento en el que se casa (a los 17 años) porque debe cumplir las expectativas de la esposa y madre, deseo que no puede cumplir ya que tardó 10 años para poder tener un hijo, mientras recibía la presión de su familia de origen y política porque le insinuaban que no servía como mujer, ante lo cual también se representó el miedo por no obtener lo que deseaba o lo que tenía que cumplir de

esta manera la ruta e la enfermedad sigue por medio de la relación de dominancia y se ubica en el riñón (ver figura 7).

Debido a la exaltación de la ansiedad:

En el caso de la entrevista 10 podemos darnos cuenta que su ruta de construcción comenzó con la ansiedad debido a “un deber ser” que tenía que alcanzar.

Entrevista 10:

... De ser la mayor...¡huy!, como que es mucha responsabilidad porque si como que tienes que proyectar tus hermanos cosas buenas, o sea como que mayor responsabilidad de ser la mayor, yo misma, que me lo digan mis papas tal cual no, pero si me dan ciertas ideas, ¡échala ganas porque tus hermanos ven en ti!, y no se que tanto, pero así que me hayan dicho, así, implica mayor, no, mayor responsabilidad no tan explicito me lo han dicho....

El ser la hermana mayor le acarrea expectativas de lo que deber realizar, el poder concluir una carrera, para poder tener una vida mejor a la que tienen sus padres, al mismo tiempo le piden un comportamiento correcto porque es el ejemplo a seguir esto no causa en el cuerpo más que ansiedad, las expectativas que tiene que abarcar las cosas se complejizan cuando su mamá se va a trabajar y ella se encarga de cuidar a sus hermanos, ahora nos solo deber ser una excelente estudiante, también debe de cuidar adecuadamente a sus hermanos, la ansiedad se convierte en una emoción en el diario vivir, desgastando al bazo, el cual desabastece al riñón así la emoción hace su recorrido, con el desequilibrio en riñón la emoción del miedo también se desequilibra y ahora hay miedo para emprender cosas nuevas.

Entrevista 10:

... Ahora...pues ahorita lo que estoy viviendo o sea con tanto que ya termine la carrera aun no lo puedo creer así como que y ahora que sigue, así como que te quedas en incertidumbre si hay como que un sentimiento de incertidumbre de que va a pasar ahora, miedo, no puedo negar si tengo miedo de que, porque antes pasabas a la secundaria, no ahora sigue la prepa, la universidad, pero ahora, pues puedes decir un postgrado, una maestría, pero ya no es lo mismo ya tienes que ver realmente tus intereses porque si no la puedes cajetear¹, entonces si como que hay incertidumbre, eso es lo que me esta marcando así como que ya termine y también la relación que estoy viviendo ahorita sentimentalmente sí, yo nunca creí que me hubiera pasado esto, si estoy súper enamorada y estoy pasando momento alegres en mi vida. ...

El problema llega cuando no por miedo no se hicieron las cosas, después aparece el coraje por no haber hecho las cosas, viajando de esta forma la emoción hacia el hígado mediante la relación de generación. (ver figura 7).

De esta forma podemos ver como un desequilibrio en hígado, riñón o bazo comienzan pueden comenzar la ruta de construcción de la dismenorrea, debido a que estos tres órganos son los principales en la producción, y distribución de la sangre, liquido relacionado con los dolores menstruales, aunque esta ruta se puede trazar dentro de esta triangulación, no podemos descartar el papel de los demás órganos como lo son el corazón y el pulmón, que también tienen su papel dentro de la producción y transporte de sangre al organismo, sin embargo no presentan tantas alteraciones en su funcionamiento como los otros órganos.

CAPITULO 4. CONCLUSIONES

*Uno puede elegir caminar hacia atrás
con dirección a la seguridad,
o hacia delante en dirección al crecimiento.
El crecimiento debe ser elegido una y otra vez;
el temor debe superarse una y otra vez.*

Abraham Maslow

El objetivo de esta tesis se cumplió debido a que la información recaba mediante los libros, los conocimientos compartidos y las historias de vida de 25 mujeres con dismenorrea, me permitieron vislumbrar las rutas de construcción de la dismenorrea, en donde me pude dar cuenta de que manera el cuerpo femenino es dominado por una emoción que estableció una condicionalidad en el cuerpo, en donde la exaltación de esta independientemente del hecho, hace que la ruta empieza a trabajar, así la sintomatología se repite una y otra vez, con esto puedo afirmar que la dismenorrea es un enfermedad psicosomática porque la sustentan factores de tipo emocional.

Siendo el enojo, la ansiedad y el miedo las emociones que se pueden apropiarse del cuerpo femenino para dar paso a la dismenorrea, en donde el coraje hace su aparición con el descontento que surge debido al rechazo de cómo viven las mujeres, principalmente por los sucesos que han experimentado a lo largo de su vida, el abandono afectivo, el maltrato presenciado o vivido, las obligaciones, responsabilidades y limitaciones que enfrentan al ser la hermana mayor o menor, el ver en sus madre la doble jornada de trabajo a la que están sometidas para poder sacar a delante a la familia o experimentarlo en carne propia. En este proceso también hace su aparición la ansiedad que surge a partir del “deber ser” por las expectativas que los padres plasman en sus hijas para terminar una carrera y tener una mejor calidad de vida, pero sin dejar de lado lo que la sociedad implanta que debe ser una mujer, una madre, la esposa, la novia, la bonita, etc, ante el continuo bombardeo de exigencias surge la ansiedad por querer alcanzar lo que se pide.

El miedo es la otra emoción que se plasma en el cuerpo femenino que principalmente surge de la forma en como la mujer vive su sexualidad en una sociedad donde no se permite contactar el cuerpo, o disfrutar de él, entrando en contradicción porque lo que se piensa es muy diferente a lo que se siente, el deseo se hace presente en el cuerpo, el problema es que no se le puede hacer caso al contrario solos se le reprime y castiga. Este miedo también se traslada a la idea de tener un hijo, debido a la responsabilidad que trae consigo o por la "imagen" que debemos manejar como mujeres, de tal forma que se tiene relaciones sexuales con el miedo a quedar embarazadas y claro que esto tiene una repercusión en el cuerpo, llegando a ocasionar cambios en la segregación de diversas hormonas.

El pensar que la vida femenina es terrible por la responsabilidad, el trabajo y el dolor que experimenta en sus diferentes ámbitos hace que volteemos a ver al otro, el hombre y empezar a comparar el trabajo de un género y el otro, en el que la mujer "sale perdiendo", lo que ocasiona un rechazo a como viven las mujeres y una pelea contra el otro genero buscando la igualdad.

La llegada del feminismo nos hizo voltear a ver las diferencias que existen entre el hombre y la mujer, la diferencia de trato, derechos, obligaciones y hasta cambios fisiológicos, lo que posiciono a la mujer en una papel de desventaja, entonces lo que se busco fue implantar y luchar por establecer la idea de una igualdad de género y al estar frente a la vida nos damos cuenta que no es así, que el ser mujer nos determina diversas obligaciones y tratos que la cultura maneja y al no tener lo que deseamos vienen la frustración, lo que desequilibra la emoción de enojo.

Hemos optado por la competencia en lugar de la cooperación, ésta situación nos deja abandonados la idea de construir, esta sociedad va en contra de la vida, incluyendo a la mujer donde el tener un hijo deja de ser una oportunidad para entender la vida, para dar amor , para compartir, crecer, ahora un hijo es un estorbo, ante la incesante demanda de la madre por "superarse profesionalmente",

por querer ganar un lugar en la sociedad, por obtener reconocimiento o la igualdad de genero.

Es necesario que la mujer se vuelva a querer, que descubrir las capacidades que posee, dejándose de compararse, porque simplemente somos un complemento no somos menos ni más que el otro, nacemos al mismo nivel, si la mujer redescubriera la capacidad que tiene para crear seria capaz de transmitir al mundo aquellos valores que ha perdido, resignificando la actitud ante la vida, dando paso al equilibrio entre lo externo y lo interno.

El manejo de la enfermedad desde esta perspectiva nos abre un nuevo campo de intervención, si sabemos lo que genero la ruta de la enfermedad, tenemos la posibilidad de revertir el proceso, mediante el trabajo con el cuerpo, en donde el sujeto identifique que construyo su enfermedad y él mismo con un cambio de actitud ante la vida modifique el proceso. “Si se puede cambiar los procesos bioquímicas o fisiológicos con una emoción, eso quiere decir que el camino se puede revertir, es decir, se puede hacer que la emoción se diluya o pierda predominio en la representación del cuerpo”¹, esto se logra mediante un cambio de posición en la vida, un cambio de posición corporal mediante una actividad ya sea hacer ejercicio, hacer ejerció de respiración, meditar, practicar yoga o Taití, o mediante la oración practicar actividades que logren que el sujeto pueda superar problemas que lo han atorado en la vida, necesitamos una actividad que mueva el cuerpo a otro nivel, que nos ayude a modificar la posición en la que vivimos o vemos la vida, mejorando así la calidad de vida.

Es ver al trabajo corporal como una alternativa ante la medicamentación, lo cual solo adormece al cuerpo por un lapso de tiempo, pero la sintomatología sigue sin modificarse, y al contrario afectamos al hígado y el riñón con tantos químicos que metemos en el cuerpo.

¹ López, R. S. (2003). Lo corporal y psicomatico III. México: CEAPAC. p. 28

Como sugerencia para investigaciones posteriores seria necesario explorar más el tema referente a la sexualidad porque considero que es un factor importante a considerar a la hora de abordar a la dismenorrea y que por falta de información no pude ahondar más en este tipo de relación.

Por ultimo me gustaría agregar un comentario final plasmando lo que me permitió encontrar esta tesis, en lo profesional y como tal en el campo de la salud y el trabajo con el otro me atrevo a decir que la formación profesional esta escasa de funcionalidad porque no esta cumpliendo las demandas de los cuerpos actuales que requieren de una mejor calidad de vida, en donde no tenemos los recursos que para poder cambiar el estilo de vida de la población que los lleva a la resignación de malestares a los que se tiene que acostumbrar a cargar para toda su existencia. He aquí la importancia de este trabajo al ofrecer una mirada a la realidad, el contacto con cuerpos enfermos y en donde el paradigma cartesiano enfrenta sus limitaciones, con este trabajo nos podemos dar cuenta la falta que hace en la formación profesional de los psicólogos el cambio epistemológico para abordar el objeto de estudio, el ser humano, para el verdadero avance en los métodos utilizados para trabajar con las emociones y nos permita acercarnos más ala realidad y cumplir las verdaderas demandas para las cuales nos estamos formando.

WOMEN

Tabla 1. Relación macrocosmos-microcosmos en la teoría de los 5 elementos¹

<i>Categoría</i>	<i>Madera</i>	<i>Fuego</i>	<i>Tierra</i>	<i>Metal</i>	<i>Agua</i>
MACROCOSMOS UNIVERSAL					
Color	Verde	Rojo	Amarillo	Blanco	Negro
Sabor	Agrio	Amargo	Dulce	Picante	Salado
Clima	Viento	Calor	Húmedo	Seco	Frío
Hora	03-07 h	09-13 h	01-03. 07-09, 13-15, 19-21 h	15-19 h	21-02 h
Fase de desarrollo	Brotando, creciendo	Floreciendo, fruto	Madurando, cosechando	Secándose, decayendo	Latencia, almacenamiento
Dirección	Este	Sur	Centro	Oeste	Norte
Estación	Primavera	Verano	Final verano	Otoño	Invierno
Actividad	Genera	Se expande	Estabilizando	Se contrae	Se conserva
MICROCOSMOS HUMANO					
Órgano Yin	Hígado	Corazón, pericardio	Bazo	Pulmones	Riñones
Órgano Yang	Vesícula biliar	Intestino delgado	Estomago	Intestino grueso	Vejiga
Función vital	Sistema nerviosos	Sangre, endocrino	Digestión, linfa, músculos	Respiración, piel	Sistema urinario y reproductor
Secreciones corporales	Lagrimas	Sudor	Saliva	Mucosidad	Orina, fluidos sexuales
Emoción	Cólera	Alegría	Obsesión	Tristeza	Miedo
Apertura externa	Ojos	Lengua, garganta	Labios, boca	Nariz	Oídos
Ciclo vital	Infancia	Juventud	Madurez	Vejez	Muerte
Sonido curativo	Hsu	Her	Huu	Shi	Chuai
Tejidos	Ligamentos, nervios, uñas	Vasos sanguíneos	Grasa, músculos	Piel, pelo	Huesos, médula, cerebro
RASGOS PSÍQUICOS Y DE LA PERSONALIDAD					
Tipo de energía	En expansión	Fusión	Moderación	Condensación	Conservación
Habilidad	Iniciativa	Comunicación	Negociación	Discriminación	Imaginación
Preocupación mental	Trabajo	Estímulo	Detalle	Ritual	Misterio, secreto
Obsesiones	Respuestas, opciones, objetivos	Placer, deseo, amor, divinidad	Manipulación, lealtades, seguridad	Perfección, orden, normas	Misterios, muertes, visiones, hechos
Tendencias	Riesgo, trabajo	Excitación, contacto	Comodidad, compañía	Seguir órdenes, formular juicios	Soledad, aislamiento
Necesidad emocional	Estimulación	Enamorarse	Sentirse necesitado	Tener razón	Ser protegido
Temor psíquico	Impotencia	Aislamiento	Confusión	Corrupción	Extinción
Virtud	Benevolencia	Propiedad	Fe	Rectitud	Sabiduría
Debilidad emocional	Depresión	Inestabilidad	Obsesión	Angustia	Temor

¹ Reid, D. (1999). Medicina tradicional china. Una introducción accesible a los aspectos fundamentales de este antiguo conocimiento . España: Urano.

GUÍA DE ENTREVISTA

DATOS DEMOGRÁFICOS

Nombre
Edad
Estado civil
Dirección, tiempo radicando
Tipo de vivienda (construcción), servicios con los que cuenta
Escolaridad
Ocupación
Lugar de nacimiento, cuanto tiempo radico ahí
Religión
Integrantes de la familia (edad a que se dedica y su relación con ellos)

EMBARAZO

Historia del embarazo:

En donde vivían y con quien
Alimentación durante el embarazo de su madre
Vigilancia medica, periódica, por enfermedad (¿cuál?), hospitalización.

Situación de la madre

Situación entre pareja (convivencia entre ellos y los que les rodeaban)
Relación con las familias de ambos
El embarazo fue planeado?, deseado, por falla de método anticonceptivo o impuesto.

Parto

Que tipo de parto fue
En que lugar
Por quien fue atendido

Lactancia

Fue amamantado por la madre (si, no, porque, que otro alimento recibía entonces)
Cuanto tiempo, hasta que edad
A que edad empezaron a alimentarlo con alimento diferente a la leche, como cuales.

CRIANZA

Al cuidado de quien estuvo de pequeño
Con quien vivía, ya sea porque compartían la casa o se frecuentaban
Den que manera era corregida, emoción experimentada

ALIMENTACIÓN

Que comía, con quien comía, cuantas veces al día, donde, alimentos que prefería y rechazaba, ANTES Y AHORA, emoción que experimenta/aba
Cuantas veces a la semana consumías carne roja y verduras y AHORA
Sabores predominantes en la familia ANTES Y DESPUES O LOS DE SIEMPRE

Algún alimento te hacia daño de pequeña y AHORA

SALUD

Es usuario de algún servicio medico/con quien y donde te atiendes médicamente

Forma en la que atiende sus padecimientos

Con que frecuencia asiste

Enfermedades más comunes que ha padecido y en que época emoción que preponderaba en cada época, tratamiento que ha recibido, medicamentos, dosis

Cuales han sido los resultados obtenidos en la búsqueda de su salud, tratamiento alópata, alternativos, pronóstico y expectativas (diagnostico, tratamiento y resultados) emoción.

RELACIONES EMOCIONALES

Familia

Quienes integran tu familia.

Lugar que ocupas en ella, emoción que experimenta

Tienen alguna rutina o ritual, emoción que experimentas y como las expresa a cada uno de los miembros de la familia.

Que emoción surge de cada uno de los familiares

Otros

Como construye las relaciones emocionales, amigos, pareja, hijos, jefes y compañeros de trabajo, en base a que, odio, amor, respeto, miedo y como la expresas.

Tiene pareja, porque no ha podido establecer una relación, que ha encontrado en las relaciones

TRABAJO

Donde, horario, emoción que experimenta en el trabajo y con los que le rodean.

Relaciones emocionales con los compañeros de trabajo

Proyecto de vida, que desea realizar (social, laboral, familiar, afectivo). Emoción

Expectativas de ella, que esperas, emoción.

ESCOLARIDAD

Nivel de estudios

Escuelas en las que estuvo, como fue su desempeño

Entablo relaciones emocionales, de que tipo, con quienes y como las expresaba.

TIPO DE VIVIENDA

Como es la casa donde vive, material, distribución del espacio.

Desde cuando vives ahí

Servicios con los que cuenta

Ubicación geográfica (ciudad, conurbano, rural, oxigenación, altura).

Orientación geográfica (norte, sur, este y oeste).

ETAPAS DE LA VIDA

Niñez, experiencia muy marcada o determinante en la vida, hecho significativo emoción experimentada, bonito o doloroso, emoción que preponderaba, sufrió de algún abandono, o pérdida, relación con papá, mamá, hermanos emoción que predominaba.

ADOLESCENCIA, JUVENTUD, MADUREZ, VEJEZ, AHORA.

CONCEPCIÓN DE LA ENFERMEDAD

Síntomas

A que edad comenzó a menstruar

Que significo la 1ª vez que menstruo

Que significa la menstruación

Características del sangrado

Es regular?

A que edad comenzaron los cólicos

Tratamientos, han funcionado?

Como la vive, como la considera

Que pasa cuando entra en crisis su enfermedad, emoción que experimenta

Como afecta la enfermedad a su familia

DE QUE OTRAS ENFERMEDADES PADECE.

QUE ENFERMEDADES PADECE TU FAMILIA

CONCEPTO DEL CUERPO Y DE SU CUERPO

Que es el cuerpo, antes y después de la enfermedad

Construcción con respecto al género

Ideal de belleza

Como se concibe

Como te perciben los demás, corresponde?

SEXUALIDAD

Ejerce su sexualidad, a que edad comenzó, EMOCIÓN, cuidados, cuantas parejas ha tenido EMOCIÓN, en que etapas de su vida EMOCIÓN, como sabe que siente deseo, como lo expresa, que hace, EMOCIÓN.

Si no, como vive su sexualidad, que es, hasta donde ha llegado, existe deseo, como lo experimenta, como lo expresa, porque no hay actividad sexual EMOCIÓN.

CONCEPTO DE SER MUJER

Que significa ser mujer, EMOCIÓN

Hay diferencias entre hombres y mujeres, porque, EMOCIÓN, como lo expresa.

Que esperas de los hombres

Ha renegado de ser mujer

PASO LA ENFERMEDAD

En que etapa de la vida desapareció la enfermedad, EMOCIÓN, porque desapareció, motivo, EMOCIÓN.

Que ha cambiado desde entonces.

RELIGIÓN, CREENCIAS

Que religión profesa

La practica

Relación con su enfermedad.

6

42 años

Casada, 23 años

Cuatlilán edo. de México, radique ahí 14 años

Construcción de concreto

Cuento con todos los servicios

Escolaridad: secundaria

Ocupación: hogar

Nació en D.F. 20 años radicando ahí

Católica

Integrantes de la familia:

Esposo 48 años

Hija 14 años.

Cuando estaban embarazados de mí vivían en la Lagunilla en el centro, con mi papa y dos de mis hermanos, alimentación de mi mamá muy precaria, mi mama trabajo mucho el tiempo que estuvo embarazada, porque mi papa era muy flojo no le gustaba trabajar, entonces mi mamá tenía que alimentar a mis dos hermanos ella también cuidarse, hacia quehacer en las casas, lavaba ropa, planchaba, ayudaba en un taller con un sastre le ayudaba a poner botones o a planchar también, si tuvo vigilancia medica mi mama durante el embarazo, porque nació en le seguro social, no iba muy periódicas pero si una que otra vez tuvo que ir, no se enfermo durante mi embarazo, no se enfermo, la situación de pareja estaba muy mal, porque... vivía separada de mi abuelita y de una de mis tías, pero vivía en la misma vecindad por así decirlo, entonces estaban al pendiente de ella pero no para ayudarla si no para molestarla nada más, era la abuela paterna y una tía paterna también, la molestaban de que era su obligación el darle de comer a mi papa aunque él no trabajara, de que pues que era una, ¿Cómo decirle?, que venia de un rancho que era una ranchera, la menospreciaban mucho, porque supuestamente ellas también venían de aya, del rancho , pero ya tenían más años viviendo aquí ya se sentían más civilizadas por decirlo así, mi mamá nos comenta que ella tenía un novio antes de conocer a mi papa, entonces fue a un baile a escondidas de mi abuelo, mi mamá es huérfana de madre, mi abuelita murió cuando mi mamá tenía un año de nacida, mi abuelo nunca la reconoció y supuestamente a mi abuelita materna la envenenaron, mi mama se quedo de un año con una madrina y vivió toda la historia de la cenicienta, sino es que bueno mas bien mas horrible, hasta los 13 años mi abuelito la recogió, 13, 14 años mi abuelito la recogió y se la llevo a su casa donde vivía con su esposa, pero era muy este...demasiado, demasiado estricto, entonces nos dice mi mama que le había regalado una medalla y ella se le ocurrió irse al baile y mi papa le quito la medalla y para que no le fueran a pegar se fue con mi papa teniendo a su novio, entonces se supone que mi mamá nunca quiso a mi papa y mi papa se la trae a vivir con su mamá y su hermana y desde ahí empieza mucho el maltrato y aunque se separan de todos modos siguen, o sea se separan de ellas y se quedan a van a vivir ahí mismo en la vecindad, pero en otro cuarto y todo eso, y de todos modos ellas la molestan de todo, mi mama esta aquí sola en, esta sola en el distrito y mi abuelo no la viene a ver ni nada de eso y ella tiene que ver de que manera trabajar y educar a sus hijos, y sin la ayuda, sin el apoyo de nadie, de nadie, de nadie, que le dijera como hacerlo o de que forma tratarnos o de que forma se comportara ella, no, no hay nadie que le ayude en ese aspecto, el embarazo no fue planeado, somos 8, ninguno fue planeado, ni deseado tampoco, fue parto normal, en el seguro social, fui amantada por mi madre, casi un año, después leche...o sea mi mama trataba de trabajar para alimentarnos lo mejor posible, o sea si tomábamos leche nos llevaba fruta, carne y lo que hacia, nos daba de comer y escondía lo que quedaba de la comida para que mi papa no llegara y se la comiera y nos dejara sin comer, mi mama siempre estuvo trabajando. Mi mama comenta que desde los 3 meses nos daba probaditas ya de comida y ya mas o menos como a los 6, 7 meses ya eran alimentos, ya no eran probaditas, ya eran alimentos y mas aparte el pecho que nos daba, calditos, sopas, por ejemplo caldo de frijoles con tortillas o caldito de pollo, sopa de verduras, era lo que trataba de darnos. Estuve al cuidado de mi mama, convivía nada más con mis hermanos, frecuentábamos pues a mi tía que vivían a hi en la entrada de la vecindad, no la frecuentábamos o sea nos la teníamos que encontrar porque era la entrada y la salida, me llevaba con ella mal, porque ella y mi abuelita decían que no éramos hijos de mi papa y que aparte teníamos sangre de

chinche nos decía mi abuelita, corríamos a saludarla y nos decía no, no, no, aparte de feos tiene sangre de chinche¹, según ella era una forma de ofendernos de lastimarnos, las primeras ocasiones que quisimos abrazarla y nos rechazo si nos sentíamos mal, pero después nos acostumbramos y ya no, ya nos acercábamos para nada con ella abrazarla, nada mas sabíamos que era nuestra abuelita, pero ya no sentimos el, ni, respeto si porque nos obligaban pero cariño no. cuando cometía algún error era corregida a golpes y a groserías más de mi mamá, cuando me pegaba si sentía dolor, pero me dolía más las groserías que nos decía, que me decía principalmente a mi, yo soy la mayor de las mujeres y yo siento que mucha de la impotencia que tenía porque mi papa casi la violaba cada que estaba con ella o sea la obligaba a estar con el nunca fue por deseo ni nada de eso y todos los, nunca la llevo a golpear, pero si le decía muchas groserías, la humillaba de muchas maneras y todo, yo siento que mi mamá se desquitaba mucho con migo, sentía miedo y coraje, cuando veía el trato que le daba mi papa a mi mama lo veía normal porque desde siempre fue así con ella entonces para mi era algo normal hasta cierta edad ya conforme fue creciendo me iba dando cuenta con otras personas que no era normal que la tratara así.

Comía dos veces al día, con mis hermanos y mi mamá, en la cocina, bueno era un cuarto nada más donde era el mismo cuarto cuadrado era cocina, recamara, sala, todo, prefería cualquier cosa que no fueran verduras y sopa, dos veces a la semana comía carne roja, fruta pues digamos que un pedazo cada tercer día porque si compraba manzanas nos repartía la mitad de una manzana para uno y la mitad para otro y sí con los otros hijos, verduras comía diario, me obligaban a comermela¹, cuando comía con mi famita no sentía nada era normal, cuando me obligaban a comer cosas que no me gustaban me daban coraje, pero lo único que había no había más, no pasamos día sin comer o demasiadas...no estábamos demasiados limitados, mi mamá trabajo todo tiempo, mis dos hermanos trabajaban entonces de alguna forma siempre había algo que comer y si no había mucho era para nosotros y mi mama no comía, mi mama todos sus embarazos le fueron muy tristes porque nunca los deseo y todo el tiempo que estuvo embarazada siempre trabajo y si tenía nada mas sopa era para nosotros y si quedaba algo comía ella, si no, no comía, estando embarazada o no estando embarazada. Preferimos lo picante siempre todavía, yo también, ningún alimento me hacia daño, ahora el picante, lo que es el café, el refresco, todas las cosas irritantes que les dicen me hacen daño.

Me case a los 17 años, dure 9 meses como novia de mi esposo, creo que si me case porque yo quise, lo que pasa es que en mi casa me tenían demasiado cuidada de todo mi mama desde que empecé a menstruar mi mama, se preocupaba muchísimo porque pudiera salir embarazada, entonces nunca nos dejaba salir siempre estaba, a pesar de que se iba a trabajar nos tenía siempre, todos encerraditos en la casa cada quien haciendo lo que le correspondía no le gustaba que anduviéramos ni en las casas ni en la calle, peor yo como desde chiquita siempre fui muy, muy velluda mucha gente le decía que era muy fuerte de temperamento y que iba a salir con mi barriga en cualquier momento entonces exageraba los cuidados, ella sabía mas bien cuando iba a menstruar que yo, ella tenía mucho mejor las fechas a pesar de que siempre fui muy, muy irregular mi mama siempre sabía bien las fecha de todo, de cuando me iba a tocar de que hacia o que no hacia, entonces cuando mi esposo me propuso que nos casarnos, no me dio gusto me dio como tristeza como que sentí que hasta ahí llegaban todos los planes que yo tenía, pero si, si acepte casarme con él, ya después de que nos casamos empecé a sentir que realmente lo quería y que me había casado por amor, pero al principio no. Mis planes..yo quería trabajar hacer construir una casa para mi mamá, comprarme un carro, conocer muchos lugares, hacer muchas cosas y en el momento que me propusieron que me casara sentí que todo se acaba y nadie me estaba obligando a casarme, no se porque acepte, yo pienso que para poder salirme de mi casa y sentirme un poco mas libre.

Soy usuaria del seguro social, a veces consulto a una hermana que es medico pero casi no, prefiero irme al seguro, un tiempo estuve con la homeopatía, enfermedades...el vitiligo, gastritis, colitis, fiebre reumática y según me dijeron la fiebre reumática me produjo una cardiopatía y la contractura, nos es como se llame a horita lo que tengo en la espalda. Ya cuando no soporto el dolor es cuando voy al doctor pero ya lo ultimo lo ultimo, casi no me gusta ir, será no se...máximo 3, 4 veces por año ya cuando es demasiada la molestia si no si lo puedo evitar lo evito por

completo, aguantarme o por ejemplo si empiezo con molestias de gastritis dejo de tomar lo que se que me hace daño, si empiezo con molestias en la espalda trato de no hacer muchos esfuerzo de ir más o menos tranquilita y de ir sobre llevando para no tener necesidad de ir al doctor, en época de frío siento mucho dolor en todas las articulaciones me duelen mucho cuando esta haciendo mucho frío y me cuesta trabajo caminar rápido o cruzar la calle me cuesta trabajo cuando hace mucho frío y también cuando hace frío ya me han dado tres veces bronquitis y en la época por ejemplo de que van a entrar a la escuela o cambio de escuela empiezo con gastritis o con la colitis, emociones...preocupación por falta de dinero y a veces así como que depresión tristeza por no poder hacer muchas cosas por falta del dinero. Me han dado tratamiento para el vitiligo, que no me funcionaron porque eran cosas que me tenia que embarrar y estar en el sol y me quemaban y me hacían ampulas entonces deje definitivamente de ponérmelos, tratamientos para infección de vías urinarias, para la colitis para la gastritis tratamiento que me dieron en ortopedia y pues nada más, nada más es temporal la mejoría y después vuelve otra vez, impotencia por querer estar bien y no poder estarlo.

De ser la mayor...toda la responsabilidad de atender a mis hermanos los más chicos también a los grandes, hacer comida, lavar ropa, no porque mi mama fuera floja, nunca lo fue ni lo será pero ella tenia que salir a trabajar yo regresaba de la escuela y era entonces ser la mamá cuidar a mis hermanos, siempre, siempre traía bebé en los brazos salía a jugar a ratos y siempre con mi niño en los brazos porque mi mama se tenia que ir a trabajar y yo tenia que hacer la comía y lavar los pañales y ayudarle en lo más que podía en la casa en lo que ella iba a conseguirnos para comer, al tener esta responsabilidad sentía mucho coraje porque a pesar de todos los problemas mi mamá se seguía embarazando y a mi me daba mucho coraje verla cuando estaba embarazada y alguna vez le reclame que como ella no se encargaba de sus hijos se seguía embarazando, lo que me costo que me lastimara la nariz de un golpe que me dio por haberle dicho eso.

Ahora de ser la mamá...mucha responsabilidad mucho el querer, sentir la necesidad de poderle dar todo, todo lo que mi hija necesita de que ella tenga todo lo que yo no tuve pero también quisiera tener la sabiduría de poderla guiar y aconsejar ayudarla a que sea una persona feliz, cosa que yo siento que nunca, nunca he sido una persona feliz por todo lo que vivi en la infancia de cuidar a mis hermanos de ver las preocupaciones de mi mamá los pleito siempre con mi papa, después el casarme y sentir que dejaba muchas cosas, ¡nadie me obligaba! y de hecho nadie me obliga todavía si quisiera podría hacerlas o podría haberlas hecho pero como que a veces me siento ya, pues nada más con la necesidad de salir adelante por sacar a mi hija bien de dejarla con una buena educación, que ya sea una persona mayor que pueda defenderse y valerse por ella misma pero así algún deseo de, de amanecer por algo o seguir a delante por algo no, me da lo mismo.

Algo que hagamos juntos...pues no a horita que mi esposo esta de incapacidad o cuando esta de vacaciones es comer juntos pero normalmente ni la televisión porque mi hija se sube a su cuarto a ver la televisión a veces yo me quedo en la sala, mi esposo se sube a ver la televisión entonces cada quien en su mundo casi no convivimos.

No quiero morirme para nada, quiero estar al pendiente de mi hija de ayudarla de cuidarla, pero que tenga así algún aliciente de decir, voy a hacer algo o me quiero arreglar ahora, o me quiero ver diferente o alguna motivación, la única motivación que tengo es por mi hija porque ella este bien. Yo creo que...no se cuando, antes de que naciera mi hija me encerraba demasiado en el trabajo, me la pasaba trabajando e inclusive el día que descansaba veía como estar en el trabajo haciendo algo, ya después cuando nació ella y nos quedamos a vivir aquí, los problemas con mis demás cuñadas y mi suegra que se molestaron mucho porque deje de trabajar y de darles dinero, empezaron problemas muy fuertes de cualquier cosa me estaban criticando, si la bañaba dos veces al día, n tenia que bañarla o sea todo el mundo trataba de meterse y de arreglarme la vida también, no nada más la familia de mi esposo también mi familia como que ahí fui encerrándome nada más estando yo sola en mi casa con mi hija, no salía ninguna parte no iba a ninguna parte, no convivía con nadie, yo era feliz estando con mi hija y los ratos que ella estaba despierta estaba al pendiente y cuando no pues nos dormíamos las dos y así pase muchisisimos años, hasta que mi

hija entro al kinder y conocí a una señora que a pesar de que yo la rechazaba muy groseramente se fue acercando, acercando y me fue sacando de mi casa de mi encierro de tantas veces de estar este internada por malestares y casi siempre estaba internada si no un mes, 15 días porque tenia problemas en l matriz, porque tenia la ulcera, porque, por cualquier cosa siempre me estaban internando y cuando ya empecé a salirme a platicar con esta señora a salirme de mi casa a ir de visita con ella a convivir con ella y con su familia empecé a dejar de irme a los hospitales, las hospitalizaciones empezaron después de que nació mi hija, todavía mi niña tenia como un año cuando empecé con las hospitalizaciones, al momento me sentía mal lo que quería es que me curaran que me dieran algo para sentirme bien y ya cuando me internaban lo que quería era salirme para estar al pendiente de mi hija.

Me case y tarde tiempo en embarazarme y por lo mismo empezaron a hacerme estudios, me trataban mal mis dos familias porque me decían que no podía tener hijos, como a los...yo creo que tendría como 10 años cuando yo decía ¡ojala que yo nunca tenga hijos!, porque desde que yo tenia 6 años o antes de los 6 años yo tenia que cuidar al bebe que siempre había bebe en la casa, lavar los pañales, hacer de comer para mis hermanos, hacer mis tareas, lavar los trastes a mis dos hermanos mayores les tocaba por ejemplo tender las camas y trapear, pero a mi me tocaba la cocina desde ir al mercado a comprar para hacer de comer, hacer de comer y estar al pendiente del bebé y fueron 4 de mis hermanos, somos 8, a 4 de mis hermanos a mi me toco cuidarlos como si fueran mis hijos, de bañarlos de darles de comer de enseñarlos a caminar, enseñarles a dejar el pañal, enseñarles a hablar, todo eso me toco a mi entonces yo, si podía salía jugar pero siempre con mi niño cargado no podía hacer, hacer lo que mucho de las amigas de las amigas de las vecinitas de andar corriendo, de andar jugando como niña porque tenia que jugar con algo con lo que pudiera estar al pendiente del hermanito. Cuando me caso yo no quería tener hijos al momento porque quería, era el momento de estar libre de poder ir a las fiestas de poder llegar a la hora que yo quisiera, de poder ir a muchos lados, y llegar tarde y nadie me iba a estar regañando estaba tan oprimida en mi casa que ya tenia como 3 meses de casada y estabamos acostados viendo la tele y de repente vi el reloj eran las 10 de la noche, me levante como loca, no supe ni como me vesti, Sali corriendo a la calle y me alcanza mi esposo y me cansa y me dice ¿Qué te pasa?, ¿Qué tienes?, ¿te dije algo?, o ¿Qué?, no es que mi mamá me va a matar ya viste son las 10 de la noche y ya nada más lo que hice fue abrazarme y decirme, pero ya tu mamá no tienen nada que decirte, estamos ¡casados! Y me regrese con toda la pena del mundo porque fue bastante chistoso que todavía a esas alturas y todavía tiene poco que dejo de preocuparme el tener que estar bien con mi mamá, obedecer a mi mamá, no tiene mucho que me solte, de estar siempre lo que mi mamá dice se hace y lo que mi mamá ordena se tiene que hacer, le parezca a quien le parezca, tiene poquito que deje de, pues me voy averla porque no tengo ganas y antes era, no es que tengo que ir porque si no se va a enojar y luego, ese cambio...yo creo que entra de que todo me empieza a perder importancia, si se acerca mi familia ¡que bueno sino tambien!, mientras yo este bien con mi esposo y mi hija y ellos no me respeten, no dejen de querer meterse en mi vida, mejor me alejo.

Gracias a Dios mi esposo siempre ha sido demasiado considerado y condesendiente conmigo, yo creo que se pasa de todo eso porque cuando nos casamos empezamos a ir a las fiestas, se empezaron a casar sus amigos, empezamos a ir a las bodas, llegabamos tarde a la casa, yo no podia cuando estaba de soltera, pero ni por error tomar una cerveza o una cuba porque mi mama sabia perfectamente cuando tomabamos algo o haciamos algo, antes de casarme, cuando yo le dije a mi mama que me iba a casar me dijo que si, que, que bueno que me fuera yo a casar, después yo le dije que habiamos cambiado la fecha de Noviembre a Enero, y se molesto mucho, me dijo que para que el hacia al cuento que porque no me casaba de una vez, ya cuando vio que me case por el civil me dijo que no, que no le gustaba mi esposo para mi esposo, que mejor me fuera al rancho y que lo dejara plantado, pero era de, si yo llegaba de trabajar, cuando ella ya sabia que me iba a casar llegaba de trabajar y se acercaba a olerme, revisaba mi ropa interior, estaba demasiado al pendiente de si menstruaba, si no menstruaba o sea era demasiado, demasiado el cuidado que tenia con migo o no se como llamarle, esa forma de comportarse así, pero yo a veces, ahora a veces trato de no se si sea la realidad o trato de justificar el comportamiento de mi mama por todo lo que ella tuvo que padecer y criar 8 hijos sola y facil pudo a ver dicho pues hay se quedan y yo

me voy, mi mamá tenía pánico que fuera a salir embarazada porque de hecho ya le habían dicho que yo era muy fuerte de temperamento, entonces en cualquier momento poder salir embarazada y mi mamá no quería tener esa carga porque tal vez mi papa le iba a reclamar o la misma gente, hubo un tiempo y ¡todavía!, a mi mamá le importa mucho lo que la gente piense o lo que la gente diga, esos cuidados me hacían sentir muy mal porque yo no tenía ninguna intención de tener relaciones con mi esposo hasta que me casara a lo mejor no por respeto a mi mamá, a lo mejor era miedo a mi mamá y deseos míos de salir bien de mi casa, de casarme de blanco, todo lo que me habían inculcado, a lo mejor era lo que yo quería cumplir y si me era muy doloroso que fuera tanta la desconfianza de mi mamá.

Por mi mamá...ⁱⁱⁱ pues a veces es respeto, cariño y resentimiento, de mi papa, nada, de mis hermanos... pues nada más mi hermana Lourdes, mi hermano Eduardo y mi hermano Luis somos los que estamos más convivimos más, nos frecuentamos más, mi hermana Patricia y mi hermana Elena se desaparecieron completamente de la familia, mi hermano Francisco pues ni bien ni mal, él se dedica a su familia y lo demás, no, no pasa nada, en sí mi familia, mis parientes, porque mi familia son mi esposo y mi hija, mis parientes son mi mamá, mi hermana Lourdes, mi hermano Eduardo, mi hermano Luis y mi hermano Julio, nada más. Por mi esposo... mucho agradecimiento, cariño, respeto a veces, pero respeto que nunca le demuestro ni le digo y más bien todo lo que pueda hacer para lastimarlo² me hace sentir bien, no se él siempre ha sido muy noble, demasiado buena gente, demasiado complaciente conmigo, pero la mayoría de las veces, la mayoría del tiempo si puedo encontrar la forma de lastimarlo lo hago. Por mi hija mucho cariño.

Para que alguien sea mi amigo, yo creo que sea muy parecida a mí, que este, pues no se tengo únicamente dos amigas aquí en la colonia y una es 10 años mayor que yo, tiene a sus hijos, a veces la comparo mucho, no la comparo sino siento que ha vivido muchas cosas que mi mamá vivió y aun así siempre está alegre, siempre tiene una palabra de consuelo, siempre está pendiente de sus hijos y de su marido, aunque no se lo merezcan ella siempre, siempre está al pie del cañón con ellos y yo le puedo platicar cualquier cosa de mi vida y ella siempre me escucha y me da consejos, pero para mí es mi amiga porque tanto me dice las cosas que están bien como me dice las cosas que están mal no importando si me voy a molestar o no, siempre es muy, muy franca conmigo y la otra persona que es mi amiga también, se que siempre puedo contar con ella, no porque me pueda dar algo económicamente sino porque siempre está para escucharme para darme un consejo, pero las dos son personas que no son, bueno una de ellas si es muy amiga y conoce a mucha gente y todo, pero dentro de todo es reservada en su casa y la otra persona es demasiado reservada y nada más hemos hecho ahora si que confianza entre ella y yo. Mi relación de pareja,³ pues yo creo que a estas alturas es costumbre porque tenemos una hija y la tenemos que sacar adelante dentro del seno de una familia que cuente siempre con su papa y su mamá, que vean que están juntos, mi esposo también me hace sentir mucha seguridad cuando está en la casa y cuando me siento mal, se que él siempre va a estar ahí cuando yo lo necesite. Con mi hija, pues más que nada yo siento, no la obligación, ni le debo, si no el deseo de siempre estar presente para apoyarla para ayudarla, para darle todo lo que necesite y quisiera que fuera posible que no sufriera nada, que no sintiera ningún dolor, ninguna pena y si los tiene que sentir se me pasaran a mí y no a ella.

Tuve como 6 o 7 novios, no muy formales, a los 15 años comencé a tener novios, y me case a los 17, las relaciones no fueron muy largas.

Empecé a trabajar desde que tenía 12 años, haciendo limpieza en algunas casas, después un poquito más grande a los 15 trabajé en una zapatería, en una papelería a los 16 años entre ya ahora si que algo más formal, a una fábrica ya chequeando tarjeta y todo, y después a los 17 entre a trabajar a Aurrera y ya de ahí hasta que nació mi hija dejé de trabajar, pero siempre estube trabajando. A los 27 años dejé de trabajar, me sentía bien en el trabajo, me gustaba mucho aprender y superarme cada vez más, aprender más cosas para ir subiendo de nivel tanto de conocimiento como de puesto. Si establecí relaciones emocionales con mis compañeros, era mucho más abierta en mi trabajo, quería comprar, una casa tener un carro, ir a... conocer muchos lugares nada más y ahora mi proyecto de vida es sacra adelante a mi hija, pues a veces mucha impotencia

por no tener los medios suficientes para darle todo lo que ella necesita. Cuando estaba chica trabaja por obligación y por necesidad y ya cuando fui creciendo era más por gusto.

Estudie hasta la secundaria, bueno estudie enfermería pero como hace tanto tiempo que estudie y deje de ejercer pues no, no siento que cuente como una carrera, me gustaba mucho estar en la escuela, me gustaba mucho aprender y ser la mejor de la escuela, mi desempeño fue bueno, doloroso era por ejemplo cuando me pedían material que mi mamá no me podía comprar o tenía que llevarlo de segunda o de plano no llevarlo, a veces tenía que hacer la tarea de los compañeros para que me dejaran deseos hacer la mía en la máquina de escribir, o me regalaban hojas o algún material que no me podía comprar mi mamá, sentía tristeza porque a pesar de que ella se mataba tanto trabajando pues había cosas que no nos podía dar.

Aquí tengo, yo creo que 16 años viviendo aquí, 15 o 16 años, antes vivía en la colonia Progreso Nacional en Vallejo, por la calzada Vallejo, nos cambiamos para acá porque en donde vivíamos pagábamos renta, hubo un tiempo en que yo me separe de mi esposo porque teníamos problemas, no tanto porque no pudiera embarazarme si no porque yo ganaba más que él y siempre trataba de verlo menos que yo, entonces hubo un momento en el que de plano yo sentí que era muy poca cosa y lo corrí yo de la casa me quede y viviendo sola, después me sentía muy mal sola, desprotegida, me daba miedo hasta dormirme sola y lo vine a buscar y ya me quede aquí en la casa con él, esta es casa de los papas de él, aquí vive ahorita nada más mi suegro porque mi suegra ya falleció, falleció hace como 4 años, la relación con mi suegra era con alti bajos, la mayor parte del tiempo era mala porque ella quería organizar mi vida y la de mi hija y yo nunca lo acepte, nunca deje que se metiera en mis decisiones o en mi forma de educarla o en mi forma de llevarme con mi esposo le molestaba mucho que el me ayudara a lavar trastes, o a cuidar a la niña o a cosas así, les molestaba muchísimo que el lo hiciera, y por lo mismo tenía problemas con ellos, ahora con mi suegro, pues es así medio raro el quiere que yo este al pendiente de él pero un tiempo que intenté hacerlo resultó que se le perdían papeles de su casa y cosas y todo, entonces opte mejor por retirarme y nada más por así verlo de lejos de repente ofrecerle algo de comer si lo acepta bien y si no pues ni modo, me siento mal en esta casa porque no tengo ningún papel que avale que es mi casa a pesar que la construcción nos ha costado a nosotros, no puedo hacer nada sin pedir permiso porque no es mi casa y porque siempre sus hermanos y mi esposo me han hecho sentir que no es mi casa.

En mi infancia una vez que mi papá llegó en la noche a comer en la casa, tenía mucho que no trabajaba y se iba a dormir a un jardín en lugar de ir a buscar trabajo, llegó a la noche en la casa y con mucho cuidado sacó la comida, empezó a comer y mi mamá se levantó³, le quitó el plato con el que estaba comiendo y lo aventó a la calle y le dijo que no tenía derecho a comer porque no daba para la comida y no iba a trabajar para mantenerlo si no nada más iba a trabajar para sus hijos, se me quedó muy gravado, tengo gravadas muchas palabras de las peleas de mis papás, las utilizo yo en contra de mi esposo aunque no se las merezcas² en esas peleas experimentaba mucha tristeza porque alrededor de nosotros vivían familias que yo vea que su relación de pareja siempre muy amorosas, muy cariñosas, con sus esposos muy respetuosos y que siempre decían que se querían mucho y mi mamá nunca comentaba que quisiera a mi papá y yo le llegué a preguntar varias veces que entonces porque se había casado si no lo quería y mi mamá me decía que esas ¡babosadas y tonterías de que estaban enamorados no eran ciertas!, que eso no existía, yo siempre, cuando mi mamá contestaba eso, yo siempre pensaba que yo si me iba a casar porque quisiera mucho a mi pareja y que yo no quería vivir como veía que vivían ellos, pero yo creo que no lo superé lo suficiente porque a veces no valoro a mi esposo y trato de estarlo lastimando, de estarlo haciendo sentirse siempre inferior a mí. No fueron tanto de carencia porque como sean la sobrellebábamos o sea no estamos de plano descalzo, sin ropa o sin comer, siempre hubo alguien que nos regaló algo o mi mamá buscaba la forma de que tuviéramos las cosas, pero si de cómo no ser una familia muy unida o que saliéramos a pasear² o que hiciéramos alguna cosa de una familia como en la tele o como en algunos vecinos que llegaban a ver, me sentía triste. Relación con papá...pues siempre que llega era nada más para estarnos diciendo de groserías o que éramos tontos o decirles a mis hermanos por ejemplo algunos, tu si eres mi hijo porque te pareces a mi familia, yo nunca fui su hija porque siempre fui muy parecida a la familia de mi mamá,

aunque a veces cuando yo estaba dormida como unas dos ocasiones me toco escucharlo que me acariciaba la cabeza² y me decía que era su princesa, me daba mucho gusto. La relación con mi mamá...pues son se porque yo siempre trate de ser a veces como mi mamá, a veces quería ser completamente diferente a mi mama y creo que tiene poco que empece a querer ser como yo, no parecerme a nadie, sino ser yo, yo la que decidiera como llevar mi vida, la relación con ella era de miedo. Con mis hermanos...pues eran mis hijos, era de cuidarlos de protegerlos de que nadie los lastimara, de que nadie los hiciera menos por si teniamos o no teniamos cosas para la escuela o para vestir o algo, no me gustaba que nadie nos hiciera menos.

Adolescencia, pues no se si sea adolescencia, antes de casarme ya me habia comprado mi vestido de novia y me invitaron a comer aquí con la familia de mi esposo, mi mamá me dio permiso, no quiso venir, me dio permiso a las 6 de la tarde, cuando ya me iban a llevar estaba lloviendo fuertisimo, no había forma de salir a tomar el camion, hasta que llego un tio que tenia carro y me hizo favor de llevarme, mi mamá no me quiso recibir ya en la casa, le dijo a mi suegra que para que le haciamos al cuento si yo ya cuantas horas habia estado con mi esposo y mi esposo estaba trabajando, y saco mi vestido de novia y lo avento a...ahí al patio de la casa y estaba lloviendo y me dio mucha tristeza que mi vestido se empezara a mojar, porque era mi vestido y yo no habia hecho nada, todavía era mi vestido^{2*}, sentí coraje contra mi mamá, me quede ahí, mi suegra me dijo que me viniera con ella y yo le dije que no, que yo queria casarme bien, y mi suegra me dijo: -no, pero no vas vivir con él hasta que no se casen-, le dije:- no esta es mi casa y hasta que yo no salga bien de aquí no me voy a ir-, -pero no te deja entrar tu mamá-, -cuando se le baje el coraje, me va a dejar entrar- y cuando ya empezo a obscurecer más a llover mas me dejo entrar, pero me golpeo muy feo, pero no me dolieron los golpes me dolia que hubiera aventado todas mis cosas al patio. Con mi papa no se contaba para nada, no podiamos platicar nunca nada, el siempre estaba cansado con sueño o no, no dejaba, que...nunca dio la confianza para que nos acercamos con él para nada, mi papa no tomaba. Mi papa se encargaba mucho que siempre hubiera pique entre nosotros por ejemplo mi hermana la que sigue de mi, ella es blanca y tiene su cabello pues guerito y supuestamente s muy parecida a la familia de mi papa entonces él siempre le decía que ella si era su hija, que ella era su consentida y que tuviera cuidado porque mi mamá como yo me parecia a su familia mi mamá me daba mejor de comer a mi o la ropa que le regalaban, me repartia lo mejor a mi y a ella no, y con mis otros hermanos era lo mismo siempre trataba de que tubieramos como rivalidad entre nosotros, entre los mas grandes, porque entre los más chicos, entre los que a mi me toco criar a mi, ellos me seguian mucho, me seguian más que a mi mamá, pues dentro del rechazo de mi papa o la indiferencia de mi mamá, el rechao d emi mama que nunca fue así muy cariñosa con migo ni nada, me hacia sentir bien el que mis hermanitos me, me buscaran y que de todos se poyaraban mucho en mi para que los ayudara.

Antes de casarme me sentia demasiado amarrada ala casa no podia, no tenia, no podia tener amigos, no podia salir a la calle, no podia ir a ningun lado, porque a veces me daba permiso mi mamá, pero al mismo tiempo que me daban permiso a la media hora se arrepentia e iba por mi a la fiesta y me decía muchas groserias delante de mis amigos y me daba mucha pena porque, inclusive una vez que me dejo ir a un baile, llego una de sus hermanos y fuimos al baile y despues fue por mi y esotro ya ibamos llegando a la casa y ibamos con unos muchachos que nos fueron a acompañar y me empezoa griatar que era un puta que ya estaba arta de siempre andar detrás de mi yéndome a traer de las fiestas y no era cierto porque nunca me dejaba ir a ninguna, y no tenia porque tratarme así pero no se si era una forma de desahogarse de ella porque de verdad que no merecia que me tratara así.

Ahora yo creo que siempre el amor que me ha tenido mi esposo, siempre me ha cuidado mucho, siempre me ha protegido de todo, siempre me ha dado como que mucha confianza, como que es más que mi esposo, es como si fuera, no se a veces como si fuera mi papa, a veces como si fuera el hermano mayor o como si fuera así un muy, muy buen amigo. Emoción...mucha tristeza o resentimiento no se que sea lo que siento porque estoy conciente de la pareja que tengo de como es, de como me trata de todo eso pero, pero lejos de tomarlo² en cuenta o de valorarlo nunca se lo demuestro mucho menos se lo digo y siempre trato de lastimarlo y de hacerlo sentir mal de hacerlo sentir menos, al momento que me da mucho coraje y que le digo todo lo que le digo y me porto mal

y todo eso, el mismo coraje no me deja ver nada pero después me siento muy mal conmigo misma pero no hago nada por solucionar las cosas y aunque yo sepa que este mal nunca, nunca acepto el que yo este mal, siempre como sea yo tengo que ganar, a veces trato de cómo de querer guardar todo el coraje que siento o las ganas de desquitarme, no de cosas que me hace él porque él no me hace nada, si no como de desahogar mis traumas tratandolo mal o diciendole cosas o algo así y a veces como ahora que lo operaron me preocupaba mucho que saliera bien de la operación que estuviera bien, siempre le pido mucho a Dios que lo cuide para que este con nosotros, lo operaron de un ojo, tenía una catarata en un ojo, pero tiene, como es...tienen muchísimos años fumando ya tiene su corazón crecido y sus pulmones están mal, le van a poner anestesia general y siempre es peligroso entonces si me preocupaba mucho que le pudiera pasar algo.

Ahora...pues el haber tenido a mi hija, creo fue uno de los pocos momentos que me senti feliz.

Comence a menstruar a los 15 años, de momento me dio coraje porque estaba jugando futbol y pues ya me hecho a perder el juego después yo tenía un poco de nociones por lo que había leído en la escuela, pero mi mamá nunca me había comentado nada, entonces al momento fue así como miedo como asombro, y después así como coraje, porque me pegaron porque había empezado a menstruar, entonces pues si me dio coraje haber empezado, mi mamá no se que pensaba ella me preguntaba que con quien me había acostado o que, que había hecho entonces como yo no le dije que había empezado a menstruar luego, luego, si no que me cambie dos veces y deje la pantaleta sucia, ella la descubrió y entonces no se que penso, el sangrado la primera vez fue mucho, me controlaron el sangrado con anticonceptivos, pero el dolor no, empecé con muchísimos cólicos, pero aunque tomaba pastillas no me calmaba el cólico era muy, muy fuerte, yo creo que empezaron los cólicos a la segunda vez que menstrue, la primera no tuve mucho tiempo, a lo mejor y los tenía pero con la golpiza que me dieron y todo el malestar que tenía no creo haberle puesto mucha atención mucha, pero ya después eran muy, muy dolorosos, era demasiado, demasiado fuerte el dolor, tenía que estar, pues acostada y lo que hiciera de todos modos el dolor no se quitaba.

Sintomas...dolor en la parte baja del vientre y mucho dolor en la cadera, epro como que en el vientre sentia que algo se me estaba desgarrando por dentro, mucha inflamación, baja presión. La sangre era de color café oscuro y nada más menstruaba tres días exactitos, el primer día era mucho, el segundo día más moderado y el tercer día casi nada, había coágulos el primer día. Me llevé al doctor porque mis sangrados eran muy abundantes no por los dolores, si fui al doctor por los dolores, no me dieron ningún tratamiento, nada más me decían, al principio un doctor me dijo que hasta que ni me embarazara se me iban a quitar esos dolores, pero tomaba nada más en Espasmosivalgina, me daban té de oregano, me ponían trapos así con, los calentaban con la plancha y así muy, muy calientes en el vientre y era lo que más o menos me calmaba un poco el dolor. Una vecina me dijo que lo que tenía eran cólicos porque yo, mi mamá nunca supo que eran cólicos, nunca padeció, a ella nunca le dieron entonces no sabía y comentando con una vecina me dijo que esos se llamaban cólico que eran cólicos lo que yo tenía y fue la que me dio el primer Espasmosivalgina que era lo que en ese tiempo se usaba para los cólicos, no sabía cuando iba a menstruar porque era muy irregular, pero cuando empezaba con el sangrado ya era de saber que iban a ser muy fuertes los dolores que no se me iban a quitar hasta que terminara de menstruar entonces siempre trataba de no salir de la casa de estar todo el tiempo que estaba menstruando encerrada, me deprimía mucho, porque me decían que exageraba, mi mamá, en su momento significó que dejaba de ser una niña para convertirme ya en una jovencita que podía ya en cualquier momento embarazarme, que tenía que tener mucho cuidado, que tube que aprender muchas cosas preguntando porque mi mamá nunca me las explicó entonces yo preguntaba de que forma podía embarazarme para evitarlo porque no, en la escuela pues lo técnico que nos enseñaban, pero mi mamá nunca me comentó en sí cual era la forma en que podía llegar a embarazarme, yo sentía que a lo mejor este, si se me hacercaba mucho algún muchacho podía llegar a embarazarme y mi mamá me mataba, a lo que me habían educado tenía que embarazarme hasta que estuviera casada, nunca pensaba en tener relaciones con nadie, o sea no era, ni tenía novios, ni así, pero era un pánico porque no tenía bien marcado en mi cabeza que era lo que podía producirme un embarazo, entonces yo decía cualquier cosa que pudiera hacer que por algún

descuido me embarazara, no sabia que tenia que tener relaciones sexuales para embarazarme, entonces para mi cualquier cosa que pudiera provocarlo me daba miedo. La menstruación es un ciclo que tenemos que pasar todas las mujeres para poder tener hijos, pero no nada más para tener hijos, también para desarrollarnos como personas y para, pues madurar de cierta manera. Si el dolor era muy, muy fuerte tenia que estar acostada, me echaba muchas cobijas encima porque sentia que el calor era lo que me, me aliviaba, pero ya era cuando era, demasiado, demasiado fuerte trataba de aguantarlo lo más que pudiera para que no me estuvieran regañando porque era muy exagerada. Coraje porque yo no sentia que yo me lo inventara, si no pues me llegaba y yo trataba de, me tomaba las pastillas, me tomaba los tes y el dolor ahí seguia y ¡no me creian que seguia!, hubo llanto, me golpeaba en el vientre para no se si que me doliera más por fuera que por dentro, no, no se porque. Mi mamá se molestaba porque mis hermanos mayores pus se daban cuenta y yo les comente a mis hermanos que, de que ellos me decian ¿Qué tenia?, que, ¿Qué me pasaba?, entonces yo les decia que estaba menstruando y ellos ¿pues que es eso?, yo les tuve que explicar a mis dos hermanos que era la menstruación y a mi mamá no le agrado la idea dijo que eso nada más era de las mujeres, que ellos no tenia porque y menos yo decirle a mis hermanos eso no debi de haberlo dicho nunca.

Tengo gastritis, colitis, fiebre reumatica, cardiopatia reumatica, y ahora contractura en la espalda, mi esposo pues hasta ahorita no le ha dicho un medico pero los analisis y todos los síntomas que tiene parece ser que es diabetico, mi hija pues no hasta ahorita alguna enfermedad frecuente no, no tiene ninguna.

El cuerpo...pues la casa del alma, no hay diferencia con respecto al cuerpo del hombre y el cuerpo de la mujer, es lo mismo tenemos los mismo, sentimos lo mismo, o sea tenemos diferencias fisicas, pero, no son algo que determine si alguno es mejor o peor. No tengo ningun ideal de belleza.

Me describo descuidada, pasada de peso, cabello muy maltratado, amargada, los demas...yo pienso que igual.

Comence a tener relaciones sexuales a los 17 años, después de casada, no fue muy satisfactoria por...la primera vez fue así como con algo de miedo, porque era algo desconocido y porque me habia dicho que...pues ¡que no tenia que sentir nada!, que era nada más para procrear, mi mamá me decia eso, cuidados...ovulos, pues en si nada mas ovulos para no embarazarme, casi un año, muy pocas veces he tenido deseo, es una sensación rara, no podria explicarla, así como hormigueo como, pues si más o menos así, nunca lo expreso, si me esposo no es el que se acerca aunque yo tenga el deseo nunca lo busco.

Nunca fui regular, la menstruación duraba tres dias.

Ser mujer...es el poder dar, ser la unica persona que puede dar vida, la unica persona que puede, o no la unica sino el pilar de la familia de, pues no, nada más. Me siento bien, porque siento que puedo...no competir, pero siento que puedo hacer lo mismo que hace un hombre y mejor, el hecho de ser mujer me ayuda ha...ser mejor en todos los aspectos. Diferencia...unicamente por genitales yo creo. Espero, ³ pues con la pareja que me toco, todos son diferentes pero, con la pareja que me toco me ha dado todo lo que...tal vez no económicamente, pero de todo lo demás todo lo que pudiera necesitar o desear de algun hombre. Si he renegado del ser mujer, cuando me da impotencia de mi hermana o una cuñada que dejan que las humillen que las maltraten, que las golpeen, y que sigan metidas en lo mismo sin ganas de defenderse o de valorarse o de no querer salir a adelante.

Los colicos desaparecieron hasta que me quitaron la matriz, hace 5 años, me la quitaron porque era muy fuerte, al principio nada más era el dolor mientras menstruaba, después una semana antes de menstruar y ya antes de que me la quitaran era todo el tiempo inflamación y dolor, no se me quitaba en todo mes y aumentaba mucho más cuando llegaba la menstruación pero todo el mes era mucho, mucho dolor, así dure, pues si empece a los 15, me la quitaron como los teintai...¡hijole!, no pues yo creo que unos 20 años, 15 años, se agudizo el dolor como unos 5

años, pero ya demasiado. Todo el dolor y todo fue completamente diferente después de que me la quitaron fue ¡hijole! como haber vuelto a nacer, después de que me la quitaron me senti muy bien, exageradamente bien, ya no había dolor, ya no había inflamación, no había todo el malestar que tenia, todo el tiempo que no me dejaba hacer muchas cosas por el mismo dolor que me incapacitara hasta para moverme, de mucha libertad, buen a parte de que mi esposo desde que nacio mi hija a los 3, 4 años de mi hija el se hizo vasectomía, de cualquier manera es como que más libre ya, no, el no estarse cuidando porque ala mejor me embarazo, peor principalmente el ya no tner ningun dolor para nada, para nada. Nada más quería una hija. Cambiado...pues el ya no estar sufriendo cada que alguien se embaraza, el poder decirse, se lo que es estar embarazada, se lo que es tener una hija, se lo que es el que alguien haya nacido de mis entrañas, cosa que pense que nunca iba a poder sentir o decir. Ningun malestar después de que me quitaron mi matriz.

Catolica, no soy de ir cada 8 días a misa pero si de rezar diario de creer en mis sanitos de pedirles, no tiene ninguna relación la religión con mi enfermedad .

Los colicos me daban por...No se yo al principio pensaba porque había tenido muchas caidas, después cuando entre a estudiar enfermeria, pues me explicaban ya más en forma como estaba la matriz, como estrabajaban los ovarios y todo entonces ya le daba más explicación científica a lo que me provocaba el dolor.

¿Como se siente como mujer aunque ya no tenga matriz?...completa, no siento que me haga falta para tener alguna satisfaccion o para sentir, no me siento que no sea una mujer completa por no tenerla, al contrario me siento mucho mejor

ⁱ rie

ⁱⁱ lloro, derramo lagrimas, pero siguió hablando

ⁱⁱⁱ suspira

* lloro con más intensidad y mientras sigui hablando del hecho ella siguio llorando

** al terminar la entrevista me invito a comer junto con su familia y en la mesa su esposo comento que ella se empezo a enfermar de tantas cosas a partir de que se caso porque él se caso con ella en perfecto estado, ella se casa a los 17^a años y a partir de ahí comenzaron las enfermedades que menciona durante la entrevista

BIBLIOGRAFÍA

- Altirriba (1990) Ginecología. México: Salvat
- Benson, R.(1986). Diagnostico y tratamiento ginecoostreticos. Mexico: Manual Moderno
- Boltanski, I. (1975). Los usos sociales del cuerpo. Argentina: Ediciones Periferia
- Capra, F. (1982). El punto crucial. Argentina: Editorial estaciones
- Casanova. et al. (1989). Ser mujer. La formación de la identidad femenina. México: UAM Xochimilco
- Chaparro, A. G. (2002). Condiciones ambientales en la ciudad de México en el siglo XIX y sus efectos en el cuerpo. En López, R. S. (coord.). Lo corporal y psicosomático II. México: Zendová ediciones.
- Chaparro, Aguilera Gerardo. Apuntes del seminario de titulación. FES Iztacala, Febrero, 2006.
- Chenggu (2004). Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. China: Ediciones en lengua extranjeras Beijing
- Chia (1998).amor curativo a través del Tao. Técnicas Taoístas para aumentar la energía sexual femenina. México: arbol editorial
- Chilpa, C. (1995). Los antecedentes de lo mexicano. En: López, R. (coord.). Historia de la psicología en México. Tomo I, cien años de la enseñanza en la psicología en México. México: CEAPAC
- Coperland (1998). Ginecología. Argentina: Panamericana
- Cruz, J. A. y Puentes M. L.. (1997). Lo psicomatico. España: Aguilar
- Cruz, J. et al (2003). Psiquismo y genepatías. Medicina psicomatica. Terapéutica con psicofármacos en ginecología. Aspectos sociales de la ginecología. En: Cabero (coord.). Tratado de Ginecología, obstreticia y medicina de la reproducción. España: editorial Médica Panamericana, S. A.
- Dethlefsen, T. y Dahlke R. (2004). La enfermedad como camino. México:Debolsillo
- Douglas, W. (1984). Las enfermedades de moda "trastornos femeninos y su tratamiento en la América del siglo XIX en: Nash, M. Presencia y Protagonismo. Aspectos de la historia de la mujer. Barcelona: Serbal

- Drogemueller, H. (1999). Tratado de ginecología. Barcelona: Mateu Cromo S.A./ HArcout Brace
- Duran, N. (2004). cuerpo, intuición y razón. México: CEAPAC
- Durán, N. (2005). La quimera o la didáctica en México. El bachillerato universitario y la observación compartida. México: UNAM, cuadernos del CESU número 43.
- Ferrer, B. et al. (2003). Dismenorrea. Síndrome de tensión premenstrual. En: Cabero. Tratado de Ginecología, obstetricia y medicina de la reproducción. España: editorial Médica Panamericana, S. A.
- González, J. (1993). Ginecología. Barcelona: Ediciones científicas y Técnicas S.A. Masson/Salvat. Medicina.
- Harrison (1994) Principios de medicina interna. España: Mc Graw- Hill.
<http://centros5.pntic.mec.es/ies.parque.de.lisboa/alumnos2001/fm.htm>
<http://www.alemana.cl/adv/fer/fer005.html>
<http://www.ondasalud.com/edicion/noticia/0,2458,99350,00.html>
http://www.pediatraldia.cl/aparato_g_femenino.htm
<http://www.sexologia.com/index.asp?pagina=http://www.sexologia.com/ella/anatomiam.htm>
<http://www.sitiomedico.com.uy/ginea/catedra/dismenorrea.htm>
<http://www.webdelamujer.com/02salud/dismenorrea/01info/03.asp>
- Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, et al (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China. Republica Popular de China: Ediciones en lenguas extranjeras.
- Labiano, M. (2004). Introducción a la psicología de la salud. En: Oblitas. Psicología de la salud y calidad de vida. México, Thomson Learning, Cap. 1
- Linhart, L. (2003). De cadenas y de hombres. México: Siglo veintiuno editores
- López, G. M. (1999). El cuerpo, el sujeto, la condición de mujer. Buenos aires: Biblos
- López, R. S. (2000). Prensa, Cuerpo y salud en el siglo XIX mexicano. México: miguel Angle Porrúa/CEAPAC
- López, R. S. (2000). Zen y cuerpo humano. México: CEAPAC/Verdehalago,

- López, R. S. (2002). Lo corporal y lo psicosomático I. México: CEAPAC/Plaza y Valdes
- López, R. S. (2002). Lo corporal y lo psicosomático I. México:Zendová
- López, R. S. (2003). Lo corporal y psicosomático III. México: CEAPAC
- López, R. S. (2006). El cuerpo humano y sus vericuetos. México: Miguel Ángel Porrúa.
- López, R. S. (2006). Órganos, emociones y vida cotidiana. México: Editorial Los Reyes.
- López, S. O. (1998). Enfermas, mentirosas y temperamentales, la concepción medica del cuerpo femenino durante la segunda mitad del siglo XIX en México. México: CEAPAC/ Plaza y Valdez
- Llewellyn (2000). Ginecología y obstetricia. España: Harcourt.
- Mishell Stenchever Droegemueller Herbst, (1999). Tratado de Ginecología. Barcelona: MateuCromo S.A Harcout Brace
- Nissim, R. (1984). Manual de ginecología nartural para la mujer. ICARIA.
- Novak, (1997) Ginecología. México: MC Graw Hill
- Núñez (1986). Ginecología y obstetricia. México: Mendez Oteo
- Plantureux. (1981). Ginecología. Barcelona: Toray-masson
- Reid, D. (1989). El tao de la salud, el sexo y la larga vida. España: Urano
- Reid, D. (1999). Medicina tradicional china. Una introducción accesible a los aspectos fundamentales de este antiguo conocimiento . España: Urano.
- Rivera, M. (1995). La profesión del psicólogo en México en el periodo de 1950 a 1970. En: López, R. S. (coord.). Historia de la psicología en México. Tomo I, cien años de la enseña en la psicología en México. México: CEAPAC
- Rivera, M. (2004) El adolescente , su cuerpo y la sociedad moderna. México: CEAPAC
- Rodríguez, (1990) Historización del rol genérico: "la diferencia de pensamiento entre hombre y mujer". Tesis para obtener el titulo de licenciado en psicología. México: UNAM Iztacala
- Stephen, J. et al. (2001). Fisiopatología médica: introducción a la medicina clínica. México: Manual Moderno
- Weisz, G. (1998). Dioses de la peste, un estudio sobre literatura y representación. México: Siglo XXI