

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO



FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA

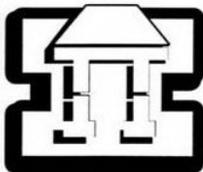
LA IRA

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A N:
CARMONA NICOLÁS EDGAR MARCELO
GUZMÁN MOSQUEDA ROCÍO CAROLINA

DIRECTOR DE TESIS:
LIC. GERARDO ABEL CHAPARRO AGUILERA

ASESORAS:
LIC. IRMA HERRERA OBREGÓN
DRA. MARGARITA RIVERA MENDOZA



LOS REYES IZTACALA, EDO. DE MÉXICO

2007



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Agradecimientos

Edgar

A los Maestros

Inmensa gratitud a nuestro director de Tesis el Lic. Gerardo Chaparro Aguilera, por su paciencia, sus consejos y guía en la realización del presente trabajo.

Quiero agradecer la atención prestada por nuestras asesoras la Lic. Irma Herrera Obregón y a la Dra. Margarita Rivera Mendoza por su amabilidad y comentarios para la culminación de la tesis.

Al Dr. Sergio López Ramos por mostrarnos con su ejemplo el camino de en medio.

Al grupo Victoria por su regalo...

A mi Familia

A Rocío y Citlalli: Gracias por estar conmigo, por sus enseñanzas y su amor incondicional. Las amo...

Para Marcelo Carmona y Carmen Nicolás: "Infinito agradecimiento por otorgarme la vida, su amor y su tolerancia"

A Carmen, Sandra, Jacqueline, Guadalupe y Brenda: Por su compañía, amor, comprensión y apoyo en todos los aspectos de la vida.

Con cariño para Enrique Guzmán y Martha Mosqueda: Mil Gracias por todo lo que han hecho por nosotros, estoy en deuda con ustedes...

A Susana, José, Rodrigo, Manuel, Erick, Alejandro y Román Alejandro... los quiero.

A los Amigos

Para Bernardo, Jesús, Adán, Ricardo, Miguel, Jorge, Arturo, Juan y Manuel, su amistad constituye uno de los tesoros más grandes...

A las personas que tan amablemente compartieron sus historias de vida para el enriquecimiento de nuestra tesis, mil gracias.

A mi Dios que se manifiesta con amor y sabiduría infinita...

Rocío

A mi profesor Gerardo Chaparro

Por la dedicación, disposición, paciencia y ayuda brindada hacia este trabajo y por compartir gran parte de su valioso tiempo.

A la Lic. Irma Herrera y a la Dra. Margarita Rivera

Por el apoyo y confianza mostrados hacia nosotros.

A mis padres Enrique y Martha

Por darme la vida, por todas sus enseñanzas y sobre todo por su apoyo incondicional ya que sin ustedes este logro no hubiera sido posible.

A mis hermanos Susana, José, Rodrigo, Manuel y Erick

Por ser parte de mi familia y por el interés, atención y apoyo mostrado a lo largo de este trabajo.

A la familia Carmona Nicolás, Marcelo, Carmen, Mari Carmen, Sandra, Jacqueline, Guadalupe y Brenda

Ya que cada uno a su manera colaboraron durante la realización de este trabajo gracias por aceptarme como parte de su familia.

A mis amigas Dafne y Jessica

Por su gran amistad y cariño

A mi pequeña Citlalli

Por haber llegado a mí vida ya que día con día me enseña más de lo que yo podría imaginar, en especial el valor de la tolerancia.

A Edgar

Por el tiempo y los momentos que hemos compartido juntos, por lo que he aprendido junto a ti y por esas palabras de aliento en los momentos más difíciles, pero sobre todo por tu gran paciencia y tolerancia.

Te amo

Así también a quienes nos compartieron gran parte de su vida por medio de cada una de las entrevistas realizadas ya que nos dejan un gran aprendizaje.

Y finalmente doy gracias a Dios por estar conmigo, iluminando mi camino...

INDICE

Resumen	6
Introducción	7
Capitulo I. - LAS EMOCIONES.	
1 ¿Qué es una emoción?	11
1.1 Clasificación de las emociones	13
1.2 Disciplinas y teorías sobre las emociones	14
1.3 Funciones de las emociones	17
2 ¿Es el enojo una emoción?	18
2.1 Componentes y funciones del enojo	20
3 Expresiones del enojo	21
3.1 Enojo y violencia	22
4 Elementos y/o factores que intervienen	25
5 Del Enojo, la Ira o la Rabia	26
6 Odio y agresión	28
Capitulo II. - APROXIMACIONES.	
1 Social	34
2 Conductista	38
3 Psicoanalítica	40
4 Religiosa	42
5 Cuestión Fisiológica	44
6 Psicosomática una aproximación holística	45

Capítulo III. - PROPUESTA.	
1 Teoría de los cinco elementos	49
2 Metodología	54
3 Método	54
3.1 Sujetos	54
3.2 Materiales	55
3.3 Instrumentos	55
4 Procedimiento	55
5 Definición y Análisis de categorías	55
Conclusiones.	168
Reflexiones finales.	174
Referencias	176
Anexos.	179

RESUMEN

En la presente investigación se abordó de manera general el tema de las emociones, siendo motivo de atención especial la emoción del enojo, enseguida se hizo una revisión de algunas aproximaciones que dan cuenta de él, desde perspectivas fragmentarias en su visión de lo humano.

La investigación tuvo como finalidad realizar una aproximación a la construcción de la ira así como también se analizaron los factores que intervienen en el proceso de dicha construcción.

La información recabada se obtuvo tomando como base el método cualitativo, se realizaron diez entrevistas a personas consideradas socialmente como iracundas, los datos fueron analizados a través de diversas categorías las cuales se determinaron en base a la similitud de los datos, se encontró que la emoción del enojo es una construcción que hace el individuo, la cual comienza desde la infancia, en ella se conjugan factores como la historia social, familiar e individual, la cultura, la alimentación, el medio ambiente, las creencias, las relaciones interpersonales, los estilos de vida, etc. por lo que la calidad de vida que las personas puedan llevar dependerá en gran medida de la adecuada expresión de sus emociones, en este caso de la ira, así como también del tipo de alimentos que consuma y del equilibrio que mantenga con su medio.

INTRODUCCIÓN

En nuestros días el manejo inapropiado de la Ira va cobrando cada vez más adeptos, es precisamente en las grandes ciudades, como la nuestra, donde existen factores que sirven como excelente caldo de cultivo para la generación y exaltación de esta emoción. Es bien sabido y vivido por todos los habitantes de la República Mexicana que los índices de violencia han tomado fuerza en la actualidad, se ha convertido en común denominador el enterarnos de homicidios contra policías en el norte del país, asesinatos a sangre fría, riñas callejeras que terminan en tragedia, las eternas discusiones de los esposos ó los clásicos enojos causados por conglomeraciones en el transporte público, etc. La situación ha llegado a tal grado, que ya es “normal” para la gente lidiar con estos fenómenos cotidianamente, lo que tal vez es una de las causas más preocupantes para nosotros ya que consideramos alarmante el hecho de que las personas nos estemos acostumbrando a vivir así, en la resignación, tal parece que hemos aceptado aquel viejo dicho que versa en la expresión: “aquí nos toca vivir” o aquel otro que dice: “así soy y que”, dejando moribunda la posibilidad de elegir la verdadera vida que deseamos.

He aquí uno más de los muchos problemas que aquejan a nuestra sociedad y al mundo, particularmente el interés hacia el tema surge de la experiencia propia con la Ira, pues como habitantes de esta ciudad experimentamos frecuentemente la emoción así como también sufrimos las consecuencias de sus múltiples expresiones.

Un enfoque holístico resulta para nosotros una solida base con la cual se puede dar cuenta de la emoción de la Ira ya que ofrece una perspectiva integral de la concepción de la vida, lo que permite realizar una lectura mucho más fidedigna de lo que acontece hoy en día al microcosmos que es el cuerpo humano.

Este último es entre otras cosas, el espacio donde se generan y desarrollan las emociones, mismas que han de darle otro sentido; el lugar donde éstas se hospedan o se construyen en el cuerpo... las emociones están presentes en la construcción del cuerpo, porque lo corporal es un proceso socio-histórico que permite darle uniformidad a un sector de otro socialmente, el habla, la moral, la religión o la ética entre otros elementos pueden darnos esa idea de lo corporal para no caer en los determinismos, las emociones no están ajenas a este proceso de lo corporal pero están incrustadas en la vida familiar y personal, la historia de la familia permite constituir una memoria del cuerpo donde se puede establecer una emoción dominante: eso lo podemos comprender mejor cuando sabemos de casos de pacientes donde la bisabuela o abuela padecen la misma enfermedad que las bis o tataranieta, pasando por otros familiares; son ilustrativos los casos de vesícula biliar, de colitis, de depresión, de úlceras, de migrañas, de cáncer, trastornos de ciclo de sueño y podemos agregar un largo etcétera. En esta cadena de padecimientos generacionales podemos encontrar una emoción que cabalga históricamente en la familia.¹ Es así, con base en la anterior idea que se decidió revisar la historia personal de diez participantes,

¹ López Ramos S., 2006. *El cuerpo humano y sus vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa.

todos ellos habitantes de la Ciudad de México y Área Metropolitana, considerados por familiares o conocidos como personas Iracundas.

Así mismo nos hemos dado a la tarea de realizar una revisión bibliográfica sobre el asunto de la ira o el enojo con el objetivo de analizar los diversos factores que intervienen en su aparición y las repercusiones que este puede tener en la vida de las personas, principalmente en los ámbitos de lo corporal, lo familiar, lo social y lo psicológico, para así poder proponer alternativas que fomenten el adecuado manejo del enojo. Cabe señalar aquí, que a lo largo del trabajo se manejará el concepto de Ira y Enojo indistintamente, esta decisión responde a que al revisar los textos referentes al tema se encontró que no existe una plena distinción entre ambos conceptos.

De esta manera concebimos al enojo como una emoción humana que tiene diferentes formas de expresión, apropiación y somatización entre las personas, esto va a depender del contexto socio-cultural en que se desarrollen, la historia personal, el medio ambiente y la alimentación. En esta sociedad podemos observar que el núcleo familiar juega un papel determinante de influencia cultural sobre los individuos, Oliva López lo describe acertadamente de esta manera:

Es importante reconocer la influencia que ejerce la cultura en los patrones emocionales y orgánicos de los individuos, en especial la que ejerce la familia porque constituye el espacio de la prolongación de una herencia cultural, emocional y corporal. La familia condiciona y promueve procesos corporales, que van desde horarios de sueño, expresiones y gestos corporales, hasta la expresión o represión de emociones, formas de relacionarse y comportarse con los otros, hábitos de alimentación y relación con la comida, entre otros aspectos. Además, promueve estilos de resolver los conflictos –ya sea que se eviten, se enfrenten, se generen o se nieguen-, lo que en conjunto suscita cierto tipo de emociones y condiciona una respuesta orgánica que promueve la vulnerabilidad de uno o varios órganos, de lo que resulta el desarrollo de ciertas enfermedades².

Es así, dentro de este contexto que encontramos en el entorno familiar los elementos ambientales, sociales, culturales, alimenticios y emocionales que van moldeando el desarrollo de los individuos durante su vida, por otra parte, nos gustaría complementar este punto de vista, resaltando un aspecto que consideramos es importante para el tema que nos atañe: “Los medios de estimulación masiva”, en cuya categoría entrarían la televisión principalmente, el cine, la radio, video juegos porque no, etc. Dado que actualmente constituyen las principales formas de entretenimiento y métodos de obtener información para la población, y sin temor a equivocarnos, hasta una forma de educación (manipulación) para niños, adolescentes y adultos, a partir de lo anterior es adecuado citar que:

² López Sánchez O., 2006. *Alternativas terapéuticas en los trastornos psicocorporales I*, México, CEAPAC Ediciones

La literatura, y actualmente la televisión como un medio educativo informal pero avasallador, reafirman las emociones humanas: cólera, alegría, obsesión, tristeza, miedo, ansiedad y preocupación con todas sus aristas y combinaciones. Lo que se va modificando son las rutas que marca la sociedad para lograr la felicidad y aquello que, en teoría, nos debe de dar alegría; es decir, se generan nuevas formas de producir miedo, cólera y ansiedad³.

Consciente de los achaques de esta forma de estimulación, la autora nos dice de manera clara y sencilla como la televisión influye para exaltar las emociones de la gente, hace alusión a los estatus que está interioriza en la conciencia colectiva, promoviendo estilos de vida que no corresponden con la realidad actual, generando una serie de sinsabores y frustraciones al no poder alcanzar ese sueño que aseguran es la felicidad. Basta prender el televisor y adoptar una actitud un tanto analítica para darnos cuenta de la cantidad de este tipo de información con que somos bombardeados diariamente; el auto que te da personalidad, la crema que te hace más joven y bella, la pastilla o menjurje que te invita a seguir excediéndote en lo que comes y bebes sin preocupación, podríamos seguir una lista interminable, pero evidentemente no es nuestro propósito; regresando al tema, el escuchar y ver estas propuestas diariamente ¿Qué tipo de emociones y sensaciones se generan al interior del cuerpo de las personas? Seguramente se cultivan el deseo de poseer, la ansiedad, el miedo, la cólera como bien lo dice Oliva López; la cólera o enojo surge y se cultiva de la mano de la frustración por no alcanzar el estatus marcado, por si fuera poco, se aglomeran factores alimenticios, tal es el caso de los irritantes que consumimos en nuestra dieta, que además de irritar nuestro estómago, propician un estado de animo de poca tolerancia, la cual se vera medida en el transito cotidiano de la ciudad ó en los amontonamientos del sistema de transporte colectivo metro, salta a la vista, que no importará mucho el nivel socioeconómico que se tenga, pues no importa si viajas en auto ó en metro, todos los que vivimos en grandes metrópolis estamos sometidos de alguna manera a esta dinámica de vida.

Bajo este panorama, es que surge la intención y la necesidad de ahondar en el asunto; el presente trabajo trata en su primer capítulo el tema de las emociones, las diferentes perspectivas que las estudian, aunado a esto se muestran los componentes que las conforman además de sus principales funciones y expresiones en la vida de las personas.

En el segundo capítulo se aborda la emoción del enojo desde diferentes aproximaciones tales como el psicoanálisis, el conductismo, el enfoque social, etc. este hecho enriquece en gran medida la investigación debido a que proporciona diversas perspectivas de estudio sobre nuestro tema principal.

³ *Ibid.*

Por último, en el tercer capítulo se encuentra una breve semblanza sobre la teoría de los 5 elementos de la medicina tradicional china, para así dar paso a la presentación de la metodología utilizada, procedimiento, presentación de las categorías y su análisis; finalmente las conclusiones.

CAPITULO I

LAS EMOCIONES

1 ¿Qué es una emoción?

En nuestra vida cotidiana es frecuente que hablemos de emociones, podemos escuchar a nuestros amigos y familiares decir que están emocionados por tal o cual suceso ocurrido en sus vidas, observamos a los pequeños “emocionarse con el simple hecho de ver una mascota”, “al enamorado cuando su semblante cambia al advertir la llegada del ser amado”, “El rostro de aquel que ha recibido una mala noticia” pero ¿Sabemos realmente que son las emociones? O ¿Para que sirven?, ¿Por qué las sentimos? a lo largo de toda nuestra vida hemos escuchado hablar de la palabra emoción, incluso en repetidas ocasiones la hemos utilizado en nuestro lenguaje, sin embargo muchas de esas ocasiones, no sabemos lo que significa realmente la palabra o incluso le damos un significado que no le corresponde, partiendo de lo anterior, mencionaremos que la palabra emoción no tiene un significado universal, debido a que los diferentes enfoques de la psicología la definen según sus principios, sin embargo, la mayor parte de estos enfoques coinciden en que la emoción debe incluir cuatro componentes básicos que son: estímulos que provocan una reacción; sentimientos, entendidos como la experiencia consciente positiva o negativa de la que se tiene conciencia, esto va a variar según la persona; activación fisiológica producida por las secreciones hormonales de las glándulas endocrinas y una respuesta conductual a las emociones, por ejemplo temblar cuando se presenta el temor o miedo¹

De esta manera podemos encontrar diversos autores que definen la palabra emoción:

Para Lazarous², la emoción es un trastorno complejo que incluye tres componentes principales: el afecto subjetivo, los cambios fisiológicos relacionados con formas específicas de acción adaptativa y los impulsos de acción que poseen cualidades instrumentales y expresivas.

Por otra parte, Rice³, menciona que las emociones son sentimientos subjetivos que se experimentan en respuestas a estímulos, señala que la palabra emoción significa literalmente “el acto de ser removido o agitado”.

Así también Plutchik⁴, define a la emoción como una reacción corporal producida por un estímulo, que sigue un patrón de destrucción, reproducción, incorporación, orientación, protección, integración, rechazo o exploración o alguna combinación de ellos.

¹ Tiburcio López M. *Valoración de las diferencias individuales en manifestaciones de enojo en niños entre 5 y 10 años de edad*, Tesis Licenciatura Facultad Psicología UNAM. México 2001.

² Lazarous, R. S. 1991. *Emotion & Adaptation*, New York, Oxford University Press.

³ Rice 1997, Citado en Tiburcio M. *Op. Cit.*

⁴ Plutchick, 1980. *Las emociones*, México: Diana.

En el Diccionario de la Enciclopedia de Psicología se define a la palabra emoción como un estado somático /psíquico (Cuerpo/Mente) que se produce en un individuo como respuesta a un acontecimiento inesperado y que tiene una significación particular para él. Por tanto y con base a lo ya mencionado podemos deducir que la experiencia emocional es un acontecimiento subjetivo, es decir, que cada individuo u organismo otorga un significado particular al estímulo que la origina, también podemos mencionar que surgen reacciones fisiológicas en diversos sistemas del cuerpo, además de que se da una respuesta expresada en acciones, señales corporales (gestos, mirada, color de piel, etc.) y de manera verbal o la combinación de estas. Hasta el momento hemos podido observar que la concepción que se tiene sobre las emociones, se da en un contexto en el que se concibe a la mente y al cuerpo de manera separada, además de que se le otorga un sentido de suma importancia a las conductas y actitudes que la persona realiza, si bien es cierto que las definiciones antes expuestas consideran los acontecimientos que ocurren tanto en el interior como en el exterior del individuo, también es cierto que lo conciben desde una epistemología fragmentaria, dejando de lado la posibilidad de estimar dichas emociones desde una visión integral.

A partir de lo anterior podemos mencionar que los cambios que se presentaban en los seres humanos desde la formación del universo y por ende de la vida se observaban en cuestión a la mente por una parte y al cuerpo por otra, sin embargo se han retomado perspectivas integrales como la de Capra⁵, quien señala que el ser humano es poseedor de un proceso de conocimiento llamado cognición al cual lo relaciona directamente con el proceso de la vida. Considera que dicho proceso es un acoplamiento al medio ambiente donde se desarrolla y en el cual interviene la percepción, las emociones y el comportamiento. Cada individuo cambia de modo distinto durante el proceso de desarrollo en el cual interviene de manera directa el aprendizaje, presentándose sucesivamente las decisiones humanas las cuales nunca son enteramente racionales dado que se encuentran influidas por las emociones, esto es que el pensamiento humano se halla siempre embebido en las sensaciones y procesos corporales, se consideraba que a cada sistema que integra al cuerpo se le comprendía de la misma forma, en esta visión tradicional, los sistemas están separados y tienen funciones distintas, sin embargo, existen nuevas investigaciones en donde se ha encontrado que los sistemas nervioso, endocrino e inmunológico se encuentran relacionados por un grupo de moléculas llamadas péptidos (Nombre genérico de un numeroso grupo de compuestos nitrogenados formados por concatenación de dos o más aminoácidos, con enlaces caracterizados por la presencia del grupo CONH). Los péptidos funcionan como mensajeros moleculares que facilitan la comunicación entre dichos sistemas, es decir, los péptidos son la manifestación bioquímica de las emociones, estas sustancias han sido estudiadas en otros contextos recibiendo diferentes nombres como las hormonas, los neurotransmisores, las endorfinas, etc. En un descubrimiento se encontró que ciertas hormonas que debían ser producidas por glándulas, en realidad eran péptidos producidos y almacenados en el cerebro así como también se descubrió que un tipo de neurotransmisores producidos supuestamente por el cerebro, lo eran también células inmunológicas,

⁵ Capra F., 1998. *La trama de la vida*, Barcelona: Anagrama.

encontrando que a medida que se identificaban más péptidos resulto que prácticamente todos son producidos en el cerebro y en el resto del cuerpo no encontrando así una distinción entre estos últimos⁶.

1.1 Clasificación de las emociones

Como primera instancia tenemos al enojo y al miedo referido como emociones primarias, a los celos y a la envidia, como emociones compuestas.

Las emociones primarias se definen así por sus fuertes conexiones fisiológicas tanto en el ser humano con estructuras nerviosas del sistema límbico y del sistema nervioso autónomo que comparta con otras especies animales. Mientras que las emociones compuestas son la envidia y los celos, estas son referidas por diversos estudiosos como aprendidos por su diversidad sociocultural⁷ Por su parte Dantzer⁸, menciona que las emociones constituyen un elemento esencial de nuestra existencia: marcan nuestras relaciones frente al medio e influyen nuestras percepciones; su carácter exagerado o su desaparición es signo de patología. Además señala que “El término emoción designa sentimientos que cada uno de nosotros puede reconocer en sí mismo por medio de la introspección o atribuir a los demás por extrapolación (Concluir a partir de lo observado en los demás). Las emociones se caracterizan por sensaciones más o menos precisas de placer o displacer: las emociones agradables o positivas acompañan la presencia inesperada o la anticipación de conocimientos gratificantes; las emociones desagradables o negativas se asocian con la experiencia del dolor, el peligro o el castigo por ejemplo al sufrir la pérdida de un ser querido. Agradables o desagradables, las emociones tienen una característica común y es que no son simplemente cerebrales sino que van acompañadas de modificaciones fisiológicas (Cambios en las funciones orgánicas y en los mecanismos que las regulan) y somáticas (Que dan origen de un conflicto psíquico a una afección física); sentir emoción frente a un cuadro o al escuchar una composición musical no es limitarse a decir «¡qué bello!», es sentir algo adentro, «estar conmovido hasta los tuétanos», según el dicho popular... Esta característica es importante porque permite diferenciar las emociones de los meros sentimientos y además sirve de base a todo un conjunto de trabajos de investigación sobre las relaciones entre las emociones y su expresión somática”.

Algunas emociones están presentes desde el nacimiento otras aparecen más tardíamente. En ambos casos aprendemos a reconocer cada una de las emociones que podemos sentir a un tiempo en nosotros mismos y en los demás. Para hablar de las emociones y compartirlas con aquellos que nos rodean, aprendemos a designarlas con términos como alegría, exaltación, felicidad, pena, tristeza, culpabilidad, miedo, ansiedad, rabia.

⁶ Ibid.

⁷ Guillén R. *Los colores asociados a las emociones de celos, envidia, enojo y miedo*. Tesis Maestría Facultad Psicología UNAM. México 2000.

⁸ Dantzer, 1989. *Las emociones*. México: Paídos.

El tema de las emociones es muy amplio y extenso, por tal motivo Tiburcio⁹ señala que las emociones se pueden dividir en:

Estados de júbilo.- Se desarrollan mediante la satisfacción de necesidades físicas, emocionales y sociales. Son emociones positivas de afecto, amor, felicidad y placer.

Estados inhibitorios.- Inhiben la conducta de la persona reducen posibilidades de bienestar de los individuos y son emociones como: temor o espanto, preocupación o ansiedad, tristeza o pena, vergüenza, arrepentimiento.

Estados hostiles.- Son el enojo, aborrecimiento, disgusto y celos. Existe una tendencia natural a expresarlas mediante diversas formas como riñas, insultos, peleas o rabietas. Las emociones negativas constituyen un riesgo para la salud pueden agravar ciertas enfermedades.

Es por ello que para todas las personas es indispensable el manifestar las emociones y conocer de que manera expresarlas en forma adecuada dependiendo de la situación, puesto que son innatas y hay que aprender a vivir con ellas. Es decir, manejarlas y manifestarlas de tal manera que no afectemos a otras personas, cosas o animales y/o a nosotros mismos.

Es importante señalar que las emociones no son únicamente algo que ocurre en el exterior considerando el hecho de que hay que saber como expresarlas, las emociones son todo un proceso que comienza en el interior de las personas y que tiene su expresión en el exterior con determinadas conductas y/o actitudes pero también su expresión se manifiesta en el interior, esto ocurre cuando los órganos comienzan a verse afectados, se puede decir entonces que las emociones son un ciclo que comienza desde el interior de los individuos.

1.2 Disciplinas y teorías sobre las emociones

El estudio de las emociones ha pertenecido a dos tradiciones diferentes, como son la filosofía y la biología. El filósofo se interesa esencialmente por los aspectos subjetivos de las emociones, con independencia de su soporte orgánico. Para el biólogo, por el contrario, la emoción solo es accesible a través de las modificaciones objetivas que la acompañan; se interesa pues por los cambios conductuales y fisiológicos que se establecen en individuos colocados en situaciones «emocionales» e investiga los mecanismos en que se basan esas reacciones.

Para el psicólogo experimental, por su parte las emociones son estados centrales inducidos por determinados estímulos, que se traducen en modificaciones en toda una variedad de conductas. Así es como un individuo sometido a un hecho totalmente inesperado se siente presa del miedo; simultáneamente interrumpe lo que esta haciendo y se inmoviliza o trata de eludir la situación ansiógena. Según esta concepción, el organismo esta sometido a las presiones del medio que lo

⁹ Tiburcio M. *op. cit.*

rodea: responde a las estimulaciones externas, pero sin mucha capacidad de iniciativa, es decir, sin capacidad de decidir a que estímulos reaccionar y a cuales no.

A pesar de que las diversas disciplinas científicas nos hacen mención acerca de los aspectos que consideran en las emociones, cabe resaltar un importante punto al respecto de estas, este se refiere a las teorías que han tratado de dar explicación a estos fenómenos, por ello citaremos algunos puntos importantes acerca de dichas teorías.

Teoría de la sensación y fisiológica.

Antes de hacer cualquier reflexión teórica sobre la emoción puede parecer obvio que las emociones son algo que sentimos dentro de nosotros, que subsecuentemente encuentran su expresión en la acción. La emoción es considerada principal o exclusivamente como un sentimiento que ocurre en nosotros, que dura un periodo de tiempo determinado, y que puede tener una ubicación definida en el cuerpo (los fuertes latidos del corazón producidos por el temor). Los teóricos fisiológicos, aunque secundariamente interesados en la psicología de la emoción, persiguen la base fisiológica de la experiencia emocional: lo que sentimos cuando estamos enojados son diversos cambios y alteraciones fisiológicas. En su opinión Hume¹⁰ nos dice que las emociones difieren de los dolores y placeres físicos precisamente en que las emociones no necesitan ir acompañadas de sensaciones físicas definidas y localizables. Las emociones se sienten de un modo característico. Son sensaciones aunque no sean específicamente sensaciones físicas y podemos distinguir una emoción de otra en parte determinando como se siente.

James¹¹ realiza una descripción de los trastornos fisiológicos que están por debajo de las emociones. Argumenta que el hecho de sentir la emoción no es sino la percepción de estos trastornos fisiológicos. James propone que imaginemos cual sería la emoción si le quitamos todos los sentimientos de agitación, viscosidad, temblor, rubor, etc. Si lo hacemos lo único que quedara es una percepción intelectual. La cólera consiste simplemente en sentir que uno enrojece, tiembla, etc. Gritar, desear venganza y darse cuenta de que alguien lo insulta a uno, no son componentes adicionales de la cólera, son las causas y efectos de esta.

Teorías Conductuales.

La conducta emocional es realmente un termino global que encubre no solo las acciones físicas y verbales de tipo liberado o voluntario, como gritar de gozo y abrazar afectuosamente a un amigo, sino también las conductas innatas o reflexivas como llorar de pesar o sobresaltarse por un sonido inesperado, así

¹⁰ Citado en Calhoun y Solomon, 1989. *¿Qué es una emoción?*, México: Fondo de Cultura Económica.

¹¹ *Ibid.*

como los pensamientos no expresados y los cambios fisiológicos obvios como el rubor de la vergüenza.

Los psicoanalistas freudianos y de otros tipos trabajan bajo la suposición de que una persona puede equivocarse respecto a lo que siente o incluso no darse cuenta de ello y que el psicoanalista puede estar en mucho mejor disposición que el paciente para determinar los verdaderos sentimientos de este. Además, según parece, a veces nos equivocamos respecto a nuestras emociones mientras que los demás las reconocen correctamente. Sin embargo, esta idea no parece ser del todo acertada debido a que a pesar de que, podamos estar seguros de nuestras propias emociones, solo podemos conocer las emociones de los demás por inferencia (por lo que dicen y hacen).

Ryle argumenta que todos los términos mentales (p. e. Se siente enojado, cree, sospecha) se pueden definir únicamente en términos de conducta, y que todas las atribuciones de estados o sucesos mentales a nosotros mismos y a los demás se pueden justificar plenamente apelando a la conducta de una persona o a su disposición a comportarse de formas características¹², sin embargo se puede observar que en la sociedad actual es común que algunas personas no expresen del todo sus emociones, esto es debido a su historia de vida personal y a la forma en que ha concebido los patrones culturales en donde se ha desenvuelto.

Teorías Evaluativas.

Por lo general, lo que sentimos sobre la demás gente, los sucesos y las cosas de nuestras vidas indican que valor les damos. Parte de la lógica de la vergüenza es que cualquiera que se siente avergonzado debe también albergar alguna creencia que le indica que se ha actuado mal, creemos que dicha creencia proviene directamente de la cultura en que nos desarrollamos.

Bretano argumenta que las emociones son fenómenos sumamente complejos y sugiere que la cólera por ejemplo, contiene además de una con-actitud un deseo de venganza, un estado de agitación física y varios gestos corporales, como apretar los puños y rechinar los dientes¹³. Esto nos hace pensar en que el fenómeno emocional tiene funciones específicas relacionadas con procesos homeostáticos del organismo, es decir la conservación de la integridad de dicho organismo.

A su vez, la Psicología cognitiva, rechaza la pasividad del organismo en sus interacciones con el medio: un individuo colocado en una situación dada, en un momento preciso de su existencia, no funciona únicamente en función de las características sensoriales de las estimulaciones a las que esta expuesto; la forma en que ha de tratar la información que recibe depende, de hecho, de su experiencia anterior y de sus expectativas; su percepción de los hechos esta, por

¹² Citado en Calhoun y Solomon, *op. cit.*

¹³ *Ibid.*

lo tanto, matizada, al igual que sus posibilidades de acción. En otras palabras la emoción nace de la interpretación de la situación, no de la situación en si. Por ejemplo: Lo que para un sujeto determinado, que ha sufrido maltratos y encierros en algún momento de su vida, puede significar aterrador el encontrarse sólo y encerrado en una habitación oscura, para otro, que no ha tenido experiencias desagradables en situaciones similares, puede representar un estado de tranquilidad. Esta posición implica una relación de dependencia entre las emociones y la cognición, esto es entre las emociones y el pensamiento.

Por lo tanto las emociones son necesarias para que formen vínculos sociales y apegos o para mantener a otras personas a distancia. Las emociones negativas de enojo, disgusto, temor o tristeza crean sentimientos que pueden ser dolorosos y duraderos¹⁴ como lo es el maltrato y la violencia emocional que se ejerce en los niños y que puede repercutir en su vida de adulto.

1.3 Funciones de las emociones.

El hablar de emociones, no solo es limitarse a mencionar cual es su significado o bien cuales presentamos ante determinada circunstancia, hablar de emociones es también entender el porque se presentan en nuestro organismo, esto es el motivo por el cual se presentan o bien la función o funciones que desempeñan. Los autores Greenberg Y Paivio¹⁵, mencionan que las funciones de las emociones fundamentalmente son:

- 1) Adaptativas. Como ya se menciona las emociones son señales internas que nos dirigen para poder mantenernos vivos, (Principio Homeostático). La emoción constituye un sistema biológicamente más antiguo, de acción rápida y adaptativa, un sistema destinado a mejorar la supervivencia. Una de las funciones más importantes de la emoción es la de conectar la naturaleza biológica, con el mundo en que esta inmersa.
- 2) La emoción influye en el pensamiento y en la memoria. Se ha identificado que también influye en la cognición. Puede influenciar sobre la razón y cambiar la toma de decisiones y el razonamiento.
- 3) Las emociones motivan. Para poder relacionar a las personas con los acontecimientos que elicitán dichas emociones.
- 4) Las emociones informan. Si se pone atención a la emoción puede proporcionar información acerca de las reacciones ante las situaciones. Muchas veces la emoción es el resultado de evaluaciones automáticas que se hacen sobre el significado de las situaciones en relación con el bienestar.
- 5) Las emociones comunican. Pueden indicar las intenciones de la persona y su disponibilidad para responder de cierta manera.

¹⁴ Tiburcio M. *op. cit.*

¹⁵ Greenberg L. S. y Paivio, S.C. 2000, *Trabajar con las Emociones en Psicoterapia*, Barcelona, España. Paídos.

La universalidad de las emociones a través de las culturas humanas y el reino animal permite pensar que se trata de procesos adaptativos que favorecen la supervivencia del individuo y de la especie. Es tan importante tener miedo a los predadores, como saber reconocer el carácter nocivo o beneficioso de distintos alimentos. Los pequeños miedos del niño, sea que se trate del miedo a la oscuridad, del miedo a la soledad o del miedo provocado por modificaciones repentinas en su ambiente, son el resultado de una larga serie de asociaciones, en la historia de la humanidad, entre esas situaciones y un peligro potencial, así como también son evidentemente el resultado de la historia personal del niño. Cabe señalar que los miedos (p. e. oscuridad y al estar solo) que llega a sentir el menor en su mayoría son inducidos por la interacción que tiene con su familia y sus costumbres (Ejemplo: ¡Ahí viene el coco! ó ¡Te va llevar el señor del costall!, Películas de terror, leyendas, etc.). Lo cual siembra en la persona, la semilla de la inseguridad probablemente para el resto de su vida. Por otra parte las emociones asumen también un rol organizativo importante en la evaluación del mundo que nos rodea: entre los conceptos que formamos, resulta difícil encontrar algo más fundamental que la dicotomía agradable / desagradable o beneficioso / nocivo. Esta categorización motiva y orienta la acción. Un claro ejemplo de esta función es cuando un niño recibe el regalo que deseaba con motivo del día de su cumpleaños, indudablemente en el infante surgirá una emoción de alegría y satisfacción; este evento sin duda servirá como un gratificante en su vida.

Otra función importante de las emociones es su valor de señal. Prestando atención a la postura, la expresión facial el lenguaje gestual y la expresión vocal de quienes me rodean puedo acceder a sus estados emocionales. Si sé que mi compañera esta triste puedo predecir con mayor precisión sus reacciones futuras y ajustar mi conducta en consecuencia. Otro evento que puede ilustrar también esta función de la emoción, lo podemos imaginar en una situación en el transporte público a la hora más concurrida, en donde dos individuos se comienzan a molestar por la incomodidad en la que tienen que viajar, inmediatamente podemos observar cómo la demás gente, al percibir su estado iracundo, se aparta inmediatamente sin importar lo lleno que dicho transporte se encuentre; lo que ocurre es que las personas al percibir los rasgos característicos de la emoción del enojo en los dos individuos, inmediatamente detectan la señal de peligro, ya que es probable recibir un golpe, sí se iniciara una pelea.

2 ¿Es el enojo una emoción?

En el apartado anterior, se menciono y especifico lo que significa la palabra emoción, a partir de lo cual en esta ocasión empezaremos respondiendo a la interrogante planteada, nuestra posición al respecto tiende hacia una respuesta afirmativa, ya que consideramos que el enojo nos produce sensaciones en nuestro cuerpo, provocándonos así también cambios fisiológicos en el organismo, conduciéndonos a, en ocasiones responder ante esta emoción de forma negativa,

hay quien nos apoya en esta afirmación y es la autora¹⁶, quien considera que el enojo si es una emoción y la define como un proceso dinámico entre estímulo y respuesta. Esta emoción no es una forma de respuesta en absoluto, sino más bien el estado de fuerza comparable al impulso, tiene una característica definitoria: el cambio de fuerza. Las expresiones emocionales son una forma de comunicación que sirven para regular interacciones interpersonales. Menciona también que las respuestas emocionales al mismo evento pueden variar dramáticamente de persona a persona, y aun en la misma persona pero en diferente tiempo, esto se debe a factores externos e internos y a la forma en que los eventos son presentados e interpretados. Por tal motivo afirma que el enojo es una emoción que todos los niños de todas las culturas muestran y se refleja en una clara expresión facial, por esta razón, la presencia de enojo elicitó respuestas agresivas.

Partiendo de las interacciones del enojo surgen consecuencias socialmente inadecuadas, sin embargo, en este contexto cabe resaltar tres problemas que afectan a la sociedad y que parece que social y médicamente están relacionados al enojo. El primero es que E. U. A. Posee el índice mas alto de homicidios, segundo el cuarenta por ciento de las mujeres asesinadas en este país, son ultimadas por sus esposos y al menos dos millones son golpeadas por ellos, y tercero la primera causa de muerte que son las enfermedades coronarias están relacionadas al enojo. La evidencia sugiere que el enojo crónico intenso no solo somete al cuerpo a un alto grado de estimulación autónoma constante, sino también perpetúa estresores ambientales crónico-disruptivos que en repetidas situaciones estimulan el enojo¹⁷.

Es así que consideramos al enojo como una emoción común, universal y humana, presentándose desde que somos infantes, de manera clara y definida, que se experimenta de manera cotidiana en nuestra cultura.

En el caso particular de nuestro país podemos decir que las personas que habitamos en grandes ciudades experimentamos diariamente un ritmo de vida bastante acelerado lo cual provoca en los habitantes un estado de irritabilidad constante, lo que conduce a los individuos a mantenerse en un estado permanente de inconformidad por el trabajo o actividades que les corresponden realizar.

¹⁶ Mendoza B. Entrenamiento en autocontrol de enojo: una aproximación cognitivo-conductual para reducir episodios de enojo con agresión en niños de 9 a 13 años de edad. Tesis Licenciatura Facultad Psicología UNAM. México 2000.

¹⁷ Ortiz Sánchez A. *Desarrollo y evaluación de un programa de tratamiento para niños de 5 a 10 años de edad con problemas en el manejo del enojo*. Tesis Maestría Facultad Psicología UNAM. México, 2000.

2.1 Componentes y funciones del enojo

Para Deffenbacher¹⁸, el enojo tiene componentes cognoscitivos, emocionales y fisiológicos los cuales explica de la siguiente manera:

Emocionalmente.- El enojo es experimentado como sentimiento variando en intensidad de un ligero disgusto e irritación a través de la frustración y enojo hasta una furia o rabia.

Fisiológicamente.- El enojo consiste en activación simpática, incrementando tensión muscular liberando adrenalina y otros elementos de la respuesta de pelear.

Cognoscitivo.- Envuelve un procedimiento de información incluyendo, pensamientos, imágenes y atribuciones.- a) sensación de violación e injusticia, b) culpa, c) atacar, venganza y d) denigración y minimización de la fuente de enojo.

Los componentes que considera este autor dentro de la emoción del enojo, los podemos observar en una situación en donde una persona ha sido despojada de alguna pertenencia, seguramente experimentará emociones como el enojo, la frustración, y/o tristeza (componente emocional), puede llegar a sentir alguna manifestación física como dolor de cabeza, estómago, llanto, etc. (componente fisiológico) dependiendo del significado y del valor (componente cognoscitivo) que la persona atribuya en este caso al objeto, será la forma y la intensidad de los componentes anteriores.

Por otro lado Novaco¹⁹, identifica algunas funciones del enojo:

- 1) Funciones vigorizantes; Da energía a la conducta. Se presenta en conductas motoras fuertes, como elevar el volumen de voz.
- 2) Funciones disruptivas; Puede interferir en la ejecución eficiente de una tarea. El proceso cognoscitivo se desorganiza y las reacciones se vuelven impulsivas. Cuando las personas están agitadas, frecuentemente actúan antes de pensar.
- 3) Funciones expresivas; Una relación sana depende de la habilidad de las partes de expresar el enojo y dar una retroalimentación que enriquezca la relación. Algunos problemas nunca alcanzan una solución hasta que se llega a la discusión y muchas veces es hasta que un miembro de la relación se muestra enojado.
- 4) Funciones de autopromoción; Cuando una persona esta frustrada o estresada prefiere tomar el rol de enojado. El demostrar enojo puede ser visto como una estrategia de fomentar o proteger una imagen pública.
- 5) Funciones defensivas; Los sentimientos de ansiedad ante la vulnerabilidad son desvanecidos o decrecientan con la reacción de enojo. Es menos estresante estar enojado que estar ansioso.

¹⁸ Deffenbacher, J. L., 1999. Cognitive-Behavioral Conceptualization and Treatment of Anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55 (3).

¹⁹ Novaco, 1976, citado en Tiburcio M. *op. cit.*

Al encontrarnos en la etapa de la infancia, es común percatarnos de experiencias en las cuales un grupo de tres o más niños agredan o molesten a otro, este último podrá sentirse estresado o frustrado ante dicha situación y podrá optar por mostrarse enojado para así conseguir contrarrestar la agresión, lo anterior es un claro ejemplo de las funciones de autopromoción y la función defensiva.

3 Expresiones del enojo.

En algunas ocasiones usamos nuestras mismas emociones como excusas, por ejemplo cuando decimos “No pude evitarlo estaba enojadísimo en ese momento”, o “No lo culpes esta enamorado”. Empero, hay consideraciones que señalan un concepto muy diferente de nuestra capacidad para controlar nuestras emociones. En primer lugar como es natural, hay muchas formas de controlar la expresión o las circunstancias de nuestras emociones, la primera negándonos a permitirnos ciertas acciones, la segunda permaneciendo lejos de las situaciones en que sabemos que es probable que ocurran ciertas reacciones emocionales.

Refiriéndonos a la intencionalidad de las emociones tenemos que una persona se enoja por algo, aunque parezca que esta enojada también con todo lo demás. Algunas emociones se refieren a uno mismo -vergüenza, orgullo por ejemplo- pero de todos modos se refieren en general a cualquier sentimiento, fisiología y conducta que caracterizan a la emoción.

A menudo nos enojamos por sucesos supuestos que luego resultan no ser ciertos. Como cuando estamos en espera de alguna persona y esta no llega, comenzamos a sacar nuestras conjeturas o conclusiones en relación al motivo por el cual la persona esperada no acudió oportunamente.

Es frecuente que se trate a las emociones como cuestiones de instinto, como vestigios de un pasado más primitivo, como aspectos de nuestra biología tanto como de nuestra psicología, que no se pueden aprender ni enseñar. Algunos antropólogos importantes han dado por sentado con frecuencia que las emociones son esencialmente las mismas en todos los pueblos y en todo el mundo, sin embargo, hay algunas pruebas que indican que las emociones pueden ser diferentes en las diversas culturas. La antropóloga Jean L. Briggs, publicó un libro hace algunos años titulado *Never in Anger*, en el que argumenta que en ciertas tribus de esquimales la gente nunca se enoja. No se trata simplemente de que no expresen cólera: tampoco la sienten. De hecho ni siquiera tienen una palabra en su vocabulario que quiera decir cólera²⁰. Por lo anterior, surge la incógnita de si realmente el enojo es algo innato o aprendido, nuestra postura, se inclina a proponer que la emoción de enojo es innata, tiene una utilidad específica en la vida de los individuos y que su expresión es algo que proviene de la cultura en la que se desenvuelven. Es decir, que el ser humano es capaz de desarrollar un sin fin de comportamientos, actitudes, formas de amar y de pensar, esto, claro está, en relación directa con el medio donde se desarrolla.

²⁰ Calhoun y Solomon, *op. cit.*

Por otra parte, se ha demostrado que una gran variedad de condiciones estresantes como la fatiga, enfermedad, estrés o ansiedad, hambre, aumentan la probabilidad de manifestaciones de enojo. Dentro de este contexto tenemos que el enojo no es una reacción automática, antes de llegar a la situación de enojo atravesamos por procesos de evaluación, en la primera se interpreta el evento o contexto en término de relevancia y en la segunda se involucran juicios o percepciones de la persona sobre su capacidad de afrontamiento.

Se espera que se produzca enojo cuando los deseos, expectativas, metas y/o aspiraciones se convierten en imperativos morales y no son satisfechos. Algunas personas cuando están enojadas se expresan de manera externa, esto es, que pueden atacar física o verbalmente a otros, a objetos o a sí mismos (como ponerse de mal humor y “poner mala cara”); Otras en cambio se expresan de manera interna, experimentando bastante estrés ya que tienden a contener su enojo y/o reprimirlo²¹.

La tendencia a enojarse fácilmente y de manera consistente, aparece como el primer o segundo problema de la persona y es considerado por algunos autores como enojo crónico el cual se relaciona con violencia domestica, con abuso de sustancias alcohólicas o drogas, problemas en el trabajo, en la escuela, reportan elevados índices de ansiedad y depresión, tienen dificultades para solucionar problemas y para establecer relaciones interpersonales²². Cabe resaltar que este tipo de síntomas son característicos de las grandes urbes como lo es el caso de la Ciudad de México, en donde con el pasar de los años van surgiendo nuevas formas de vivir, expresar o no expresar esta y otras emociones.

3.1 Enojo y violencia

*“El que domina su ira
domina a su peor enemigo”
Confucio*

Las expresiones del enojo no se limitan únicamente a lo que ya se ha mencionado, a decir que cuando uno se enoja, puede arrojar un objeto con la finalidad de deshacerse de esa furia o rabia que le provoco el enojo, este enojo puede ir más lejos de lo que nosotros pensamos, estamos refiriéndonos a la violencia que proviene de la familia o entorno familiar.

La violencia, ha existido siempre y siempre existirá, no emerge en un contexto determinado, sino que se produce igual en unas sociedades o en otras, en unos

²¹ Ortiz A., op. cit.

²² Mendoza B. op. cit.

países o en otros, se presenta fundamentalmente de los hombres hacia las mujeres y de los adultos hacia los niños.

Aunque se habla de factores sociales y económicos relacionados con la violencia como principales causas, la pobreza, el desempleo, las drogas, las enfermedades emocionales, los embarazos no deseados, etc. también intervienen dentro de las posibles causas. Los estudios tienden a explicar la violencia sobre los menores como consecuencia fundamentalmente de un anterior aprendizaje en relación a esta; los adultos que agreden y abusan de los niños no solo tienen una falta total de empatía con estos, sino que fueron ellos mismos, en la inmensa mayoría de los casos, víctimas de abandono o abuso durante su infancia.

El niño aprende a agredir y lo ve como una forma de defender sus derechos o de solucionar conflictos; un niño que durante años ha visto que su padre golpea a su madre como algo normal, o una niña que aprende que es normal aguantar las agresiones de los hombres, porque ve ese comportamiento en su madre. Lo cual en esta sociedad es bastante común que suceda, aunque cabe mencionar que en años recientes la denuncia de estas agresiones se ha realizado con mayor frecuencia (a diferencia de hace 20 años), puesto que la mujer actual está asumiendo roles que anteriormente eran considerados característicos de los hombres como lo es la manutención de la familia y la propia, lo que ha conllevado al surgimiento de una independencia económica, social y afectiva.

Diversos estudios realizados se han ocupado en definir la violencia como una forma de relación que implica siempre el uso de la fuerza para producir un daño. Un informe proporcionado por las Naciones Unidas reveló que tanto los países industrializados como los que se encuentran en proceso de desarrollo, para la mayoría de las mujeres la violencia comienza en su propio hogar a manos de sus padres, hermanos o de la pareja²³, en donde el tipo de relaciones que se presentan son de humillación y maltrato tanto físico como emocional por parte de uno ó varios de los integrantes, esto al no satisfacer las necesidades del otro.

Sin embargo, el aprendizaje de la violencia no deriva solo de lo que los niños puedan percibir dentro de su casa en cuanto al ámbito familiar, también va a depender de algo tan común y no menos importante como la televisión. Esta supone una entrada del exterior en el ámbito doméstico y que generalmente es una entrada no controlable en cuanto al contenido de la programación²⁴. Puesto que hoy en día es cotidiano que las madres o cuidadores del niño, recurran a prender el televisor para así mantenerlo “tranquilo” sin supervisión de los programas transmitidos, para que el niño no cause conflicto y permita a su madre o cuidador realizar sus actividades libremente. Sin embargo, no se toman en cuenta las consecuencias derivadas de esta acción dado que los programas que el niño elige son frecuentemente dibujos animados o caricaturas, las cuales presentan un alto contenido de violencia en el lenguaje así como también en las acciones de los personajes, lo que provoca que los niños imiten lo observado. Cuestión semejante ocurre con los videojuegos y juguetes usualmente dirigidos a

²³ Infante, 1999., *La violencia familiar*. Madrid. Fundamentos.

²⁴ *Ibid.*

una parte específica de la población infantil que corresponde a los niños varones p. e. las pistolas, las espadas, cuchillos, etc. Dando como resultado el mayor índice de predisposición de que los adultos varones se muestren más agresivos que las mujeres.

Continuando con la línea de la violencia familiar o malos tratos domésticos, encontramos que pueden existir consecuencias bastantes lamentables al llegar a un extremo exagerado que es donde la pareja llega a maltratar a su cónyuge con o sin motivos, llegando a causar en ocasiones la muerte, esto es, cometer homicidio contra su pareja. Por lo regular este homicidio tradicionalmente se ha manejado o calificado en su mayoría como pasional.

Existe la convicción general de que el motivo por el que se atenta contra la vida de la pareja esta relacionado, en la mayor parte de los casos, con la infidelidad, la cual ocasiona en el agresor un ataque de celos e Ira que le incita a cometer tal delito, guiado por la pasión²⁵.

En México los homicidios ocupan un importante porcentaje en la tasa de mortalidad. En la Ciudad de México es común percatarse en los encabezados de ciertos periódicos como nota roja algunos casos de homicidios y violencia donde se puede observar la perdida del control de las personas al actuar de determinada manera, como puede ser golpes severos, ataques con armas punzo cortantes así como también armas de fuego, etc.. Los casos que se presentan suelen ser por cuestiones de infidelidad, adicciones, violaciones, resentimientos y otros. Por ejemplo el día 28 de Febrero del año en curso en el periódico La Prensa, se publico una noticia en la cual un hombre de 23 años de edad asesinó a golpes a su hijastro de tan solo 6 años de edad, debido a que este último se había orinado en los pantalones. Este hecho así como otros que ocurren de manera habitual en nuestra sociedad nos puede permitir observar hasta que punto nos puede llevar la inadecuada expresión del enojo.

Este apartado nos permite reflexionar en relación al fenómeno de la expresión del enojo, debido a que al encontrarnos inmersos en una dinámica social donde la expresión violenta del enojo se hace cada vez más “natural” y “normal”, esto trae como lamentable consecuencia el que nos estemos acostumbrando a una forma de vida en la que la violencia forma parte de nuestro ordinario acontecer.

²⁵ Cerezo Domínguez A., 2000. *El homicidio en la Pareja: tratamiento criminológico*. Valencia, Tirant lo Blanch.

4 Elementos y/o factores que intervienen.

El enojo es frecuentemente provocado por una o más de tres clases de estímulos. El enojo se estimula por un evento identificable, una segunda fuente son los recuerdos y las imágenes internas; también puede enraizarse en la reflexión sobre eventos pasados o futuros.

El estado de una persona es otro factor importante antes de que se suscite el enojo y consiste en dos partes; como primera parte, las características, esto es el concepto que domina en la persona, creencias, valores, gente, causas, etc. El enojo se presenta cuando el individuo percibe que se ha violentado en su dominio personal o cuando se violentaron sus reglas personales específicas para las conductas o eventos y al ocurrir esto, los individuos presentan poca tolerancia ante la situación. Como segunda parte esta la influencia con el estado físico-emocional-cognoscitivo de la persona; cuando se es pesimista o negativo aumenta la probabilidad de enojarse.

Así mismo se encontró que existen tres modelos para identificar la emoción del enojo:

1) Las respuestas fisiológicas; a) aumento en el ritmo cardiaco, b) aumento en la tensión muscular sobre todo en los faciales, c) temblor o sensación de inestabilidad, d) manos sudorosas o frías, e) respiración rápida y muchos más.

2) Respuestas cognoscitivas que abarcan; a) una gran creencia de trato injusto o de ser violentado, b) demandas rígidas de los eventos por la misma persona, c) culpabilizar a otras personas, d) justificar que el enojo es justificado por la naturaleza de los eventos externos.

Y 3) Conductas verbales que son: a) amenazar verbalmente, insultar, intimidar o argumentar demasiado, b) realizar conductas físicamente violentas, c) retirarse malhumorado, etc.

A su vez, considera que en las relaciones personales queda descrito cómo es la relación con la situación o contexto. Algunas aparentan ocurrir en situaciones específicas y ocurren principalmente en la presencia de señales o condiciones ambientales específicas. Otras, por ejemplo, son más generales y ocurren en un amplio rango de situaciones, por lo tanto el individuo es más propenso al enojo y a la irritabilidad, aunque esto no significa que debe estar enojado todo el tiempo, sino que las experiencias de enojo se generalizan a través de muchas situaciones y esto provoca que sean experimentadas más intensamente y con mayor duración²⁶.

Aunado a lo anterior es necesario hacer hincapié en otro factor que es determinante para que se presente esta emoción el cual corresponde al medio ambiente donde se desenvuelve la persona, dicho factor incluye diversos aspectos como pueden ser: aire (contaminación), vivienda, servicios públicos, fuentes de empleo, situación política, economía, inseguridad, ruido, explosión demográfica, etc.

²⁶ Ortiz A., *op. cit.*

Las personas que habitamos en la Ciudad de México, el área metropolitana y en grandes ciudades, vivimos con la idea de que ser feliz, significa tener un buen nivel socioeconómico y por ende empleamos la mayor parte de nuestro tiempo en tratar de alcanzar este sueño, es por ello que siempre estamos inconformes con la situación en la que nos encontramos, el tener que pagar una renta por no contar con una casa propia, el pago excesivo de diversos servicios que en la mayoría de las ocasiones son deficientes o inoportunos (agua, pavimentos, alumbrado público, drenaje, etc.), el no contar con un empleo para solventar nuestras necesidades básicas, tener un empleo que sea mal remunerado lo que significa una inadecuada administración del gobierno o bien que la actividad laboral que se realice sea bien remunerada, pero que el nivel de exigencia sea muy alto y genere mucho estrés, así podemos ver que no importa el nivel social en el que los individuos se encuentren, los distintos factores ya mencionados propician en gran medida la aparición del enojo en la vida de los habitantes de las grandes ciudades.

5 Del enojo, la ira o la rabia

*La ira engendra el odio, y del odio
nacen el dolor y el temor
San Agustín, De Spiritu et anima, 45*

Al hablar de enojo se habla de ira, ya que hay autores como Tiburcio²⁷, que mencionan que el enojo es un concepto elemental, defendiéndolo como un estado emocional que incluye sentimientos que varían en intensidad desde una leve molestia o irritación hasta la furia y la ira. Entendiendo como ira, el sentimiento que puede ser causado por un agravio, por malos tratos o por hostilidad; normalmente se manifiesta en un deseo de dar puñetazos contra alguien o contra algo; Cólera, indignación y/o rabia. En algunas ocasiones, esta ira es descargada sobre objetos o personas ajenas a los motivos que la provocaron, lo cual viene a constituir una inadecuada expresión del enojo, dado que la persona en esta situación generaliza su enfado, transmitiendo así la emoción a otras personas que se encuentren alrededor, dando como resultado una especie de “cadena de enojo”.

En la escala emocional se encuentra primero el miedo y luego la ira. Algunas de las creencias frente al miedo nos transforman en iracundos. La ira es pues como un intento defensivo contra el miedo incipiente, el cual se manifiesta porque nos sentimos heridos, entorpecidos y/o fracasados.

Aristóteles define la ira como un impulso, acompañado de dolor, de vengarse de actitudes despreciativas inmerecidas y manifiestas hacia nosotros o hacia nuestros amigos²⁸. Es así que la ira, es una de las emociones primarias con mayor influencia en el hombre. La ira tiene su fisonomía y su gesto. Los signos exteriores

²⁷ Tiburcio M. *op. cit.*

²⁸ Freeman L., 1992. *La ira, la furia, la rabia*. España: Gedisa.

de hostilidad que más llaman la atención son el levantamiento del tono de voz, la expresión violenta del rostro, la tez encendida, los ojos echando chispas (ojos enrojecidos que reflejan hostilidad). El rostro inmóvil o sonriente, la palidez, los párpados bajos o la mirada de soslayo, la mortificación reflejada en los modales. El que a uno se le encienda la sangre en las venas, cuando es presa de la ira, indica el calor y la fuerza que siente e irradia el enfadado, la ira tiende hacia la periferia corporal, por eso hablamos de salirnos de quicio. La ebullición interior dispara nervios y músculos, torna la palabra en insulto, el ademán en puñetazo, produce una especie de desdoblamiento de la personalidad, el sujeto se siente fuera de sí, proyectando en ocasiones hacia el objeto su ira. Cuando la ira se presenta como accesos mínimos, generalmente fugaces, adquiere la forma de rabia o furia²⁹. Empero, en el Webster's New World Dictionary se define la rabia como una explosión violenta de ira en la cual se pierde el autocontrol. Esto pone de manifiesto que existen distintas formas de definir tanto a la ira como a la rabia, mismas que pueden coincidir o bien diferir en su concepto.

Los psicoanalistas sostienen que la rabia es un instinto que todos poseemos y que puede ser utilizado tanto para salvar nuestra vida como para destruirla lentamente. La rabia y el temor son las emociones básicas que empleamos en situaciones de estrés y de emergencia.

Cuando alguien amenaza nuestras vidas la primera reacción es el miedo. Le siguen los sentimientos de rabia que nos permiten actuar: huir, saltar a un costado o contraatacar, si nos agreden con armas o incluso con palabras. Así es como encontramos que se pueden experimentar dos tipos de rabia:

RABIA REALISTA: Es aquella que surge naturalmente cuando nos sentimos amenazados por algo que forma parte de la realidad.

RABIA NO REALISTA: Se origina en recuerdos y fantasías de deseos de venganza que acarreamos desde la infancia.

La rabia, es la respuesta emocional básica a un pensamiento o acto (propio o ajeno), que produce una ansiedad de la cual tratamos de defendernos.

“La cantidad de felicidad en nuestra vida ulterior puede depender de cuan conscientes somos de la diferencia entre rabia real y la rabia irreal, que se ha almacenado en la parte inconsciente de nuestra mente durante años”.

Los psicoanalistas señalan que la ansiedad encubre con frecuencia una rabia reprimida. Si alguien nos produce miedo, lo odiamos; a veces necesitamos el miedo y la rabia para sobrevivir pero es la intensidad de tales sentimientos la que nos da la clave para saber si la rabia o el miedo están justificados o si existen en nuestra fantasía³⁰.

Los autores Mira y López³¹, argumenta que la ira expone diversos componentes como lo son la irritabilidad celular; esto es, que toda sustancia viva presenta una

²⁹ - Salgado E., 1969. *Radiografía del odio*. Madrid: Ediciones Guadarrama.

³⁰ Freeman L. *op. cit.*

³¹ Mira y López Emilio, 1975. *Cuatro Gigantes del Alma: El miedo, La ira, El amor y el deber*. Argentina: Librería el Ateneo.

propiedad denominada explosiva la cual sugiere que son capaces de devolver más de lo que recibieron, o sea de responder con amplitud, transformándose de sensibles a actuantes, lo cual nos hace pensar en la presencia de reacciones emocionales en todas y cada una de las células que conforman el cuerpo humano. Otro componente es la agresividad la cual se caracteriza por el daño que se produce hacia alguien o algo, de este componente se hablara más definitivamente en el apartado siguiente. Estos autores además consideran que la ambición así como el miedo son ingredientes que acompañan la ira, sin olvidar a la rabia. A su vez también señala que al sentir enojo o enfado, se empieza a perder el control de las palabras y la medida de los actos, se presenta así la necesidad de dar golpes, y cuando no se pueden dirigir al objeto de la ira se desvían hacia lugares neutros o hacia el aire en ademanes violentos. Cabe mencionar que Mira y López³² consideran que no son esenciales estos componentes para que la ira se complemente o simplemente se presente, dado que todos los organismos son diferentes. Agregan que la ira se puede manifestar de forma disimulada (que no se exprese con los componentes antes descritos), esto es mediante la crítica, la cual oculta bajo esta misma línea, a la envidia, como lo es el hecho de que una persona critique a su vecino por haber adquirido un vehículo nuevo encontrando en tal ejemplo lo anteriormente mencionado. Cabe mencionar que la ironía, el humorismo y la soberbia son otros aspectos en los que la ira se presenta de forma disimulada.

Es importante resaltar que a lo largo de este apartado, algunos autores estiman que el enojo es una emoción distinta a la ira o a la rabia, lo que las diferencia es la intensidad de la emoción, sin embargo consideramos que esto no es así, la emoción puede ser definida como enojo, ira o bien rabia, puesto que no se puede establecer un patrón de intensidad y a partir de este otorgarle el nombre a la emoción, cada persona es diferente, como lo dice la expresión “cada cabeza es un mundo”, por tal motivo es necesario considerar lo que cada individuo siente, piensa o cree. Probablemente lo que para alguien sea un enojo fuerte, para otro puede ser tal vez una leve molestia, es a partir de esto que debemos otorgar el mismo significado al enojo, la ira o la rabia.

6 Odio y agresión.

*Me odian luego me temen
Cicerón, De officiis, I, 28*

La dificultad para estudiar formas de violencia tales como guerra, racismo o desigualdades en la justicia ante el delito, radica en que las complejas consideraciones históricas, políticas y económicas pueden ser más sobresalientes que la motivación individual. Dado que dentro de dichas formas se presentan

³² *Ibid.*

emociones como el enojo, la ira y por ende el odio y la agresión, esto por parte de sus integrantes.

Freeman³³ considera que de la ira, del odio y del amor, tenemos intuitivamente, un concepto etéreo (del que no se llega a tener conciencia), se consideran del espíritu y a este independiente del cuerpo.

Por su parte Salgado³⁴ propone que el odio es consecuencia de un estado más elemental y frecuente: la ira.

De la emoción de la ira, que alberga ya tendencias exterminadoras, surge la pasión del odio. Sin embargo no se puede hablar de odio como cualquier sentimiento, hay que comenzar un poco por entender a que nos referimos con la palabra odio, y de donde proviene el mismo. Ya que ocuparse de la palabra odio y de la palabra agresión, puede parecer o considerarse algo fuerte o serio, tanto como ambas palabras se escuchan, sin embargo, se debe conocer o concebir como es que se llega a tales estados.

Castillo³⁵, hace referencia como principal punto que el odio es un sentimiento, sin embargo para poder continuar es preciso aclarar de donde provienen los sentimientos, este autor menciona que los sentimientos nacen a partir del objeto (como lo denomina la Psicología), que es el objeto el que nos va a provocar sentir repulsión, displacer o placer, amor u odio. Cada sentimiento supone una modificación en el estado de la persona y aún en su organismo, estas modificaciones son por ejemplo, alteración en la respiración o en el ritmo cardiaco. También este autor hace hincapié en que los objetos en si son neutros, simplemente se encuentran, es la persona la que va a procesar la información necesaria para que responda ante lo que en ese momento el objeto u objetos le provoquen.

El odio es una relación virtual con una persona y con la imagen de esa persona a la que se desea destruir, por uno mismo, por otros o por circunstancias tales que deriven en la destrucción que se anhela. El trabajo del odio consiste precisamente en toda la serie de consecuencias que van desde el deseo de destrucción a la destrucción en forma de acciones varias, desde la estrictamente material del objeto hasta la de la imagen, lo que usando una terminología antigua, sea la destrucción espiritual, pero que en realidad es la de su imagen social.

El odio es duradero, a veces imperecedero incluso transmisible de padres a hijos a través de la identificación de estos con aquellos. Odiar tendría sentido si con la destrucción y la desaparición del objeto quedáramos sosegadamente felices: esa es la fantasía del odiador, pero en realidad no es así. En primer lugar esta presente en nosotros, de forma que, como hemos dicho antes, su imagen pasa a ser constitutiva de nosotros mismos. No nos podemos liberar de ese sujeto odioso,

³³ Freeman L. *op. cit.*

³⁴ Salgado E. *op. cit.*

³⁵ Castillo Pino C., 2002. *El odio*. España: Tus Quets Editores.

que se nos impone insistentemente, obsesivamente, es más incluso mediante la destrucción directa o circunstancial, su imagen persiste en nosotros y no logramos quitárnosla de encima. Entonces, si con odiar se pretendía hacer desaparecer al objeto de nuestro mundo, no solo no lo hemos conseguido sino que, más aún se ha introducido en nosotros mismos definitivamente y de manera espasmática, reaparece una y otra vez para ocupar un lugar preeminente en nuestro espacio mental³⁶.

Mientras el objeto odiado este en nuestro mundo, es decir, se empeñe en ser objeto nuestro y fracase todo intento de ser desalojado, es fuente de un tremendo y continuo displacer. Cuanto más cerca esta de nosotros más se experimenta la necesidad de su expulsión, más se le rechaza. Lo opuesto, naturalmente a lo que ocurre con el objeto amado, que lo anhelamos tan cerca de nosotros que desearíamos interiorizarlo, hacerlo nuestro, y cuanto más cerca este de nosotros tanto mayor placer nos depara, este tipo de situaciones nos demuestran como el ser humano se encuentra en un constante estado de deseo, en el cual concentra la mayor parte de su energía y tiempo en desear tener o desear no tener lo que lo mantiene en un estado de insatisfacción y sufrimiento personal.

El odio es como la cólera en conserva: una actitud nacida de la sedimentación de la ira, de la insuficiencia, incluso esconde su verdadera calaña, fundido a los pasos de quien lo vive, mezclándose en sus sentimientos, en sus conversaciones, en sus actos. El odio es parte de la vida, como el amor y podemos albergar deseos asesinos aun hacia quienes amamos³⁷. Pero entonces ¿porqué odiamos?, se supone que odiamos a un objeto que consideramos una amenaza a la integridad de una parte decisiva de nuestra identidad, es decir, de nuestra estructura como sujeto³⁸.

De esta manera observamos que al sentir odio por alguna persona y/u objeto, esto nos induce en su mayoría de las veces a agredir lo que odiamos, la agresión según Johnson³⁹, tiene un solo antecedente o causa tal como el dolor o la frustración. La palabra agresión parece abarcarlo todo: sentimientos, actos, motivos, puede ser la causa de un acto violento o destructivo.

Los niños se desarrollan rodeados por modelos negativos: el encanto que se asocia con las armas de fuego de los vaqueros, los héroes de guerra y los tiroteos en la televisión. Conforme van creciendo, pueden descubrir que los procedimientos utilizados al ser aceptados en un trabajo o en la universidad, son algo menos que democráticos. La sociedad proporciona con frecuencia modelos de hipocresía y corrupción más que de justicia, actualmente se difunden por los medios masivos de comunicación mensajes que “promueven” valores universales tratando de hacer conciencia en las personas, sin embargo dicho trabajo es

³⁶ *Ibid.*

³⁷ Freeman L., *op. cit.*

³⁸ Castillo C., *op. cit.*

³⁹ Johnson Roger N., 1976. *La agresión en el hombre y en los animales*. México: El Manual Moderno.

realmente insignificante o casi nulo en comparación con la gran cantidad de información que se tergiversa diariamente en dichos medios, lo cual deja en evidencia la incongruencia de los actos políticos y sociales que se llevan a cabo día con día en el país.

Por otra parte no es sorprendente, que los científicos hayan considerado a la agresión como un proceso conductual. Algunos autores popularizaron el punto de vista de que la agresión es una especie de instinto heredado, que se encuentra tanto en el hombre como en otros animales y que tiene que ser liberado⁴⁰.

Aunque es conveniente considerar a la agresión como un proceso conductual se le puede utilizar para referirse a un sin número de estados emocionales y de actitudes tales como la ira o el odio. Se le puede considerar como un rasgo de la personalidad, un hábito aprendido, un reflejo estereotipado o un proceso biológico fundamental. Se puede referir a la motivación o a la intención sin hacer referencia a las consecuencias. Si la conducta agresiva se define en términos que impliquen ira y emoción, debe señalarse que muchos individuos se ponen extremadamente iracundos sin jamás atacar o hacer daño físico a nadie. Por el contrario algunas personas son capaces de cometer crueldades espantosas sin ninguna implicación emocional.

Los estudios sobre la personalidad autoritaria sugieren que la falta de amor es una causa fundamental de la agresión y que el síndrome de la personalidad autoritaria es producto de las presiones de nuestra sociedad⁴¹. Pero como señala Sanford⁴², no deseamos que nuestros hijos sean incapaces de temer o de expresar ira y cólera. Más bien, debemos ayudarlos para que logren discernir entre los momentos en que deben reaccionar y aquellos en que no deben así como también en las formas de expresión.

Freeman⁴³ señala que se puede usar la agresión para vengarnos de alguien que nos ha herido ya sea física o emocionalmente, cabe mencionar que la venganza no es otra cosa que una ira o enojo albergado y que no fue expresado en el momento, así como también que a nuestro parecer la venganza se podría evitar si esa emoción se expresara en forma y momento adecuados.

Hasta este momento se ha realizado un recorrido sobre la información existente en relación a las emociones (principalmente del enojo, ira y odio), la cual en su mayoría proviene de una visión fragmentaria y atomista; sin embargo se desea comentar este asunto desde una concepción en la que se entiende al cuerpo humano como un microcosmos el cual se encuentra íntimamente relacionado con el macrocosmos que es el Universo. Es debido a esta concepción precisamente

⁴⁰ *Ibid.*

⁴¹ *Ibid.*

⁴² Sanford 1971

⁴³ Freeman L. *op. cit.*

que consideramos que no se debe estimar al cuerpo separado de la mente, por el contrario creemos que ambos se encuentran estrechamente relacionados.

Es así que las personas comúnmente mantenemos un estilo de vida en el cual nuestra razón se ha exaltado dejando en segundo termino nuestras emociones, como menciona Durán⁴⁴, el cuerpo es una máquina dominada por la razón y los pensamientos, esto ha originado que exprese nuevas sintomatologías que la ciencia fragmentaria vigente (p. e. la medicina alópata) no a alcanzado a brindar soluciones más integrales. Puesto que se tiene la creencia de que para llevar o mantener una vida feliz no debe existir el sufrimiento por ello cada vez que sentimos algún malestar o dolor acudimos de manera inmediata con un médico para que nos recete el “medicamento milagroso” que pueda quitarnos dicho malestar o más aún nos auto recetamos con medicamentos que supuestamente sabemos son eficaces para nuestros males. Lo que no alcanzamos a percibir es que esos malestares son mensajes del cuerpo los cuales nos indican que algo no esta funcionando muy bien, ante esto, la justificación más utilizada es que no se tiene tiempo para sentirse mal debido a que hay que realizar diversas actividades como pueden ser las laborales, escolares, domésticas, etc., lo cual nos impide establecer un dialogo con nuestro cuerpo. En la actualidad encontramos que las empresas farmacéuticas invierten anualmente enormes cantidades de dinero en investigaciones para generar y crear nuevos productos que “sean más eficaces y especializados” en eliminar la sintomatología (voces) del cuerpo humano.

Dentro del estilo de vida que llevamos, los pensamientos que tenemos sobre el querer satisfacer nuestros deseos (interiorizados por la influencia de un “sueño americano” que se nos dijo era la felicidad) ocupan la mayor parte del tiempo convirtiéndose en el único objetivo de la vida a seguir. Se han minimizado cuestiones como la intuición y los mensajes que constantemente nos expresa el cuerpo, esto ha provocado que los seres humanos al encontrarse en una situación donde se deba tomar una decisión, obedezcan sus pensamientos (razón) que constantemente son predeterminados, esto es por la educación o cultura donde se gestaron, y por lo cual no consideren en ese momento algún mensaje que el cuerpo les envíe (intuición). Por ejemplo, cuando una persona que se dirige en automóvil hacia su fuente de trabajo y mantiene exceso de velocidad únicamente va concentrado en que debe llegar puntual y a realizar diversas actividades, probablemente su cuerpo le exprese señales de precaución, sin embargo estas son anuladas dado que la persona le asigna mayor importancia a sus pensamientos que residen en la obligación de llegar puntual y salvar la asistencia del día. El exceso de velocidad mantiene una elevada posibilidad de sufrir algún accidente por lo que la persona puede vivenciar diversas emociones entre las que destacarían el miedo y el enojo. Con la intuición se sabe lo que se necesita en el preciso momento en que se requiere ya que el cuerpo se comunica constantemente con nosotros⁴⁵. Al respecto Capra⁴⁶ menciona que las decisiones

⁴⁴ Durán Amavizca N. D., 2004. *Cuerpo, intuición y razón*. México: CEAPAC Ediciones.

⁴⁵ *Ibid.*

humanas nunca son enteramente racionales sino que están teñidas por las emociones, sin embargo en esta sociedad no es así, puesto que ante la existencia de la desconfianza en las personas comenzando por ellas mismas y con los demás, se mantiene la creencia de que “debo pensar antes de actuar” lo cual corresponde totalmente a una visión racional que deja en un lugar secundario a la intuición. Esto no significa que se debe ser totalmente racional o intuitivo, debe existir un equilibrio entre ambas y saber escuchar al cuerpo cuando sea necesario, desafortunadamente las personas de hoy en día tenemos un cuerpo que es ajeno a nosotros mismos dado que nos encontramos ante las exigencias de la sociedad y de la propia cultura, Durán⁴⁷ menciona: el cuerpo ajeno es el que pertenece a la cultura, el que ha admitido ser acelerado y fragmentado, limitándonos a la construcción de nuestro propio tiempo y espacio, esto es, que buscamos el ser como el otro en aspectos como el social, cultural, laboral, educativo y hasta estético, porque observamos que el otro es aceptado en uno o en varios de dichos aspectos. Cometemos el error de pensar que el ser aceptado va a procurarnos una felicidad, dejando a un lado nuestras emociones debido a que podemos aparentar ser una persona completa en diversos aspectos, sin embargo sabemos en nuestro interior que esa persona no somos nosotros en realidad, presentado baja autoestima, falta de amor, miedos, angustia, tristeza y estrés por tener que mantener esa realidad que nos hemos creado.

⁴⁶ Capra F. *op. cit.*

⁴⁷ Durán N. *op. cit.*

CAPITULO II APROXIMACIONES

En este segundo capítulo se mencionaran de manera breve los diferentes enfoques que de alguna manera dan cuenta de las emociones, principalmente del enojo y que es lo que aportan cada uno de ellos en el estudio de las mismas, el conductista, refiere de la emoción del enojo por ejemplo, como su nombre lo indica, todas y cada una de las conductas y el porque de estas mismas al presentar dicha emoción. Por su parte, en el enfoque social se concentra más la atención hacia el entorno en el cual la persona se desarrolla e interactúa, así como también en los factores que intervienen y las formas de expresarse.

1 Social.

En su definición de psicología social Papalia¹, señala que esta rama de la psicología estudia la manera en que impresionamos a otros y somos influenciados por ellos, tanto en grupo como en relaciones íntimas. Los psicólogos sociales usan tales conocimientos para resolver los problemas prácticos que surgen en las relaciones públicas, por ejemplo: en los lugares de trabajo y en general en casi todas las situaciones en las que la gente se relaciona.

Cotidianamente, en nuestra sociedad podemos observar que la expresión a la emoción del enojo se presenta de múltiples formas y en diversas situaciones, por ejemplo: al ir manejando un auto y que otro automovilista de manera imprudencial se nos atraviese repentinamente; Otro ejemplo muy cotidiano es cuando surgen diferencias de opiniones en el ámbito familiar respecto a la toma de alguna decisión, o bien, el desear tener represalias en contra de la persona que nos provoco el enfado, o con personas de nuestro entorno social y/o familiar aunque estos últimos no hayan sido los causantes de dicho enfado. Al respecto, Cerezo² menciona que el fenómeno social de los malos tratos domésticos no es un problema social actual, característico de la época en que vivimos. Señala que las relaciones violentas (entre parejas principalmente), han existido siempre, siendo consideradas aun hoy en día en algunas culturas conductas legalizadas o socialmente aceptadas.

En algunos pueblos primitivos por ejemplo, los malos tratos hacia las esposas son algo absolutamente normal, percibiéndose como una forma habitual de conducta, hasta el punto que constituye una muestra de amor; si el marido no la golpea se puede sentir rechazada la mujer. En algunas culturas orientales incluso es un deber golpear a la mujer cuando esta llega a desobedecer al marido³.

¹ Papalia Diane E. 1890. *Psicología*, México, Mc Graw-Hill.

² Cerezo A., *op.cit.*

³ *Ibid.*

Lo anterior, indica que las formas de expresión y los significados que se otorgan a las emociones varían dependiendo de los usos y costumbres de la sociedad en que se vive, esta idea coincide con el argumento de Calhoun⁴ el cual establece que las emociones parecen depender de ciertas creencias (la envidia depende de la creencia de que otra persona ha tenido mejor suerte que nosotros) y pueden modificar nuestra percepción del mundo y nuestras creencias al respecto. Por ejemplo, es común observar y encontrar patrones en cuanto a las emociones, principalmente en cuanto al enojo y la agresión, esto es que, por lo común las personas vivimos a expensas de lo que ocurre a nuestro alrededor estando siempre a la expectativa y sobre todo a la defensiva, puesto que a pesar de que sabemos que de manera cotidiana al dirigirnos hacia nuestro trabajo, escuela u otro destino, vamos a encontrar tráfico, el transporte saturado o cualquier otra serie de eventos, no nos detenemos a pensar antes de actuar y regularmente ocurre que determinado suceso nos incomode o nos disguste por el estrés o la poca tolerancia que presentamos, provocando así el enojo, de tal manera que al llegar a nuestro destino, ocurre que el enojo afecta las actividades que realizamos o bien pasa a segundo término, olvidándonos de lo sucedido.

Por otra parte, como ya se mencionó en el primer capítulo, la agresión prosigue o se presenta en la mayoría de las ocasiones posteriormente al enojo, esta acción es la que va a finalizar la situación presentada, por lo que la literatura se enfoca a esta última.

Freeman⁵ señala que a lo largo de los siglos ha habido una definición de agresión para hombres y otra para mujeres. Desde tiempos remotos se consideraba a un hombre como agresivo cuando implicaba que era auténticamente masculino y que sabía abrirse camino al mundo; de un hombre sin agresividad se decía que era femenino, nada viril e indigno de respeto. Cabe aclarar que hoy en día, continúa dentro de nuestra cultura esta concepción puesto que es bastante común y hasta cierto punto se considera como “normal”, el que un hombre se muestre constantemente agresivo.

Para las mujeres el ser o presentar agresividad implicaba algo deplorable e inconcebible. Los hombres valoraban su agresividad, pero la condenaban en las mujeres. Sin embargo, la agresión no se determina ni se presenta de un momento a otro, aparece ante un disgusto, el cual provoca el enojo, seguido en la mayoría de las situaciones por la agresión, enfocada y dirigida hacia la persona que provocó el disgusto y/o el enojo o hacia la situación misma, incluso en ocasiones contra uno mismo.

Cerezo⁶, argumenta que los niños que presencian o que experimentan la violencia en sus hogares manifiestan cuando son adultos conductas similares, en la adolescencia hay quienes se revelan contra quien figura como su agresor, pueden huir del lugar, esto es escaparse de su casa, o en últimas instancias en la edad

⁴ Calhoun y Solomon, *op. cit.*

⁵ Freeman L., *op.cit.*

⁶ Cerezo A., *op.cit.*

adulta presenciar los mismos actos violentos que cuando eran pequeños. En el caso de las mujeres existe un alto porcentaje el cual suele aceptar los golpes de sus maridos o sus parejas, los hombres por su parte, suelen golpear a sus parejas e incluso a sus hijos, dado que continúan con el patrón que ellos mismos presenciaron, concibiéndose en diversas situaciones como algo normal y común dentro de la relación.

Por tanto la experiencia demuestra que si el hombre viene de un hogar donde el padre ha maltratado a su esposa e hijos, muy probablemente continuara ese comportamiento pues aprendió que la agresión es la forma de ejercer la autoridad y mantener el poder.

El maltrato domestico recurrente sigue un ciclo conformado de tres etapas; la primera es caracterizada por un fuerte proceso de tensión, en la segunda se presenta la agresión física y posteriormente el arrepentimiento, para volver siempre al punto de origen, formando un circulo vicioso⁷, situación que dentro de la sociedad mexicana se presenta cada día con mayor frecuencia sin importar el nivel social, económico y/o cultural de las personas.

Sin embargo los factores ya mencionados no son los únicos motivos para que se suscite el enojo, existen otros aspectos que son determinantes dado que propician la aparición de esta emoción o bien vuelven vulnerables a las personas pasando de manera desapercibida en la mayoría de la población, estos aspectos corresponden a factores de tipo ambiental como lo es el aire, dado que la calidad de este ha ido disminuyendo con el paso de los años, los orígenes de esta problemática los podemos encontrar en nuestro país con el crecimiento de las ciudades, en el libro *Historia del aire y otros olores en la ciudad de México* de Sergio López Ramos⁸, se menciona que la contaminación atmosférica representa uno de los problemas de salud publica más importantes de la década, lo cual puede ocasionar en las personas daños que dependerán de diversos factores como pueden ser el tipo y la concentración de los contaminantes a los que se esta expuesto, el lugar, la hora del día, la temperatura, el clima y las características particulares de cada individuo, lo cual quiere decir que va a depender de la particularidad del sistema inmunológico de la persona para que esta pueda defenderse de las agresiones inhaladas y de las variadas condiciones que le ocasionan rupturas en su proceso de construcción corporal y su estabilidad emocional. Los pulmones son la parte más afectada por esta contaminación puesto que dificulta la respiración durante el trabajo, ejercicio y actividades en general provocando así irritación y molestias. López⁹, señala que no existe una salud integral en un espacio social tan contaminado como la Ciudad de México.

Así también podemos mencionar como factor principal a el agua; debido a que su distribución entre los ciudadanos no es equitativa, existiendo colonias en diversas

⁷ Correa Rojo L., *Violencia intrafamiliar y sus consecuencias sociales*, Tesis Licenciatura, Facultad de Derecho UNAM, México, 1998.

⁸ López Ramos S., 2002. *Historia del aire y otros olores en la ciudad d México 1840-1900*, México, Miguel Ángel Porrúa.

⁹ Ibid.

delegaciones del D. F. así como en municipios del Estado de México por ejemplo, en donde el vital líquido escasea de tal manera que ha llegado a ser motivo de importantes enfrentamientos entre los ciudadanos por su obtención, además de diversas manifestaciones ante las dependencias encargadas del suministro. Convirtiéndose en una especie de “estandarte” para la manipulación de las personas en las campañas políticas pues en estas se promete el adecuado suministro. Es importante resaltar que a pesar de que las personas puedan contar con el servicio de agua potable, la naturaleza de esta ha dejado mucho que desear debido a que presenta un alto contenido de metales pesados, cloro y otros químicos, lo que ocasiona distintas enfermedades en las personas básicamente en la piel, en el riñón y en el estómago, aunado a estos elementos, el agua nos puede indicar o enseñar más de lo que podemos observar a través del transparente líquido, Emoto¹⁰ realizó diversas investigaciones las cuales se basaban en hacer pruebas en donde congelaba agua de algunas partes del mundo observando la formación de cristales, demostró que las vibraciones pueden alterar la naturaleza del agua, observó que diferentes estímulos como la música, las palabras verbales y escritas, tienen un efecto en la formación de los cristales con los que trabajo, se dio cuenta que cuando sometía agua a estímulos de contenido positivo por ejemplo palabras como Amor, Gratitude, etc. Los cristales resultaban con formas perfectas, es decir, hermosos y completos; por el contrario los estímulos de contenido negativo como por ejemplo las palabras “te mataré” o “me enfermas”, arrojaron como resultado la no formación de cristales e incluso se crearon figuras alusivas al estímulo. Estas investigaciones nos invitan a reflexionar sobre la condición actual del agua en nuestro país, puesto que la contaminación ambiental y vibracional por que no, a repercutido en la composición y naturaleza del agua, alterándola (contaminándola) a tal grado que la supuesta agua potable que se suministra en realidad no es potable, sin olvidarnos de todas las purificadoras que existen en nuestro país, lo cual corrobora que no es conveniente ingerir el agua supuestamente potable. Por otra parte, es importante relacionar lo anterior con el hecho de que el ser humano se compone desde su gestación de agua, como feto comenzamos nuestra vida compuestos en 99% de agua, cuando nacemos somos 90% agua, y cuando alcanzamos la adultez esa proporción se reduce a 70%, en otras palabras a lo largo de nuestra vida nosotros existimos principalmente como agua¹¹, con lo cual podemos pensar que si el agua que se encuentra al exterior del cuerpo se encuentra contaminada y alterada, de esa misma manera nos encontramos nosotros como seres constituidos por el mismo elemento. Tomando como base este principio y aterrizándolo en nuestra vida cotidiana cabe resaltar la manera verbal, gestual y simbólica en como la mayoría de las personas nos dirigimos a nuestros semejantes dado que esta forma esta basada principalmente en diferentes tipos de agresiones, basta con revisar algún medio de información para encontrarnos con una realidad que se tiñe con los colores de la agresión, la violencia y los abusos. Otro de los factores corresponde al excesivo ruido de la ciudad, esto origina un alto nivel de estimulación auditiva provocando una fuerte reacción en el sistema

¹⁰ Emoto M. 2005. *Los Mensajes Ocultos del Agua*, México, Alamah

¹¹ *Ibid.*

nervioso, lo cual a su vez ocasiona el surgimiento de estrés en las personas. Conllevando con esto dolores de cabeza, estados de irritabilidad, mal humor, etc. que en la mayoría de los casos desencadenara la emoción del enojo.

Es común que las personas se muestren desesperadas mientras se encuentran en el cotidiano tráfico y las aglomeraciones que se dan en el sistema de transporte. Lo que hace denotar que existe poca tolerancia y paciencia en las personas.

Dentro de este mismo ámbito social se pueden mencionar la escasez de fuentes de empleo y la insuficiente remuneración económica de los ya existentes. Los empleados en un alto porcentaje, no cuentan con un puesto que les satisfaga, esto causa que no realicen bien las actividades que les conciernen o que al termino de la jornada laboral se encuentren de mal humor, estresados o ansiosos por dicha situación (que no puede ser del todo controlada puesto que deben cubrir sus necesidades básicas de alguna forma y no persistir al tratar de encontrar el puesto que desea o en el lugar que quiere) y que al llegar a su hogar muestren estos estados de ánimo con sus familiares.

Desafortunadamente la manera en como nos desenvolvemos socialmente interviene a tal grado que nos hace participes de las conductas estereotipadas de la sociedad, esto es que, debido al individualismo que cada persona mantiene se ha perdido el respeto hacia los demás y sobre todo hacia uno mismo. Pensar todo el tiempo en el bienestar propio “ya que nadie más lo hará por ti”, observar que alguien requiere de tu ayuda y tú no la otorgas por que tal vez alguien más lo hará o simplemente no te corresponde por que no conoces a esa persona. Acudir a lugares públicos y querer ser atendido primero que los demás “por que eres tú”, incluso encontrar letreros en estos lugares donde se menciona: “trátame como quieres ser tratado”, leyenda que es utilizada por personas con un bajo nivel de tolerancia; así que “si lo tratas mal, grosero o te comportas prepotente, mejor piénsalo dos veces”, ya que se te puede negar el servicio por esa simple razón.

Como se puede observar no se requieren de motivos específicos para que una persona se enoje, en esta cultura sobran los motivos y eso se debe a que la gente no se sabe dirigir a si misma y se construye una realidad en donde solamente existe la propia persona.

2 Conductista

El conductismo fue desarrollado a partir de los estudios relacionados con el comportamiento animal. Estudia principalmente los comportamientos y hechos observables y hace hincapié en la importancia del ambiente dentro de la formación de la naturaleza humana y le resta importancia a las características hereditarias¹².

Parece natural pensar que la emoción es principalmente algo que sentimos en nuestro interior. Sin embargo, no solo experimentamos nuestras propias

¹² Papalia D. *op. cit.*

emociones sino que observamos las emociones de otros. Además a veces descubrimos nuestros verdaderos sentimientos observando nuestras acciones.

La conducta emocional es realmente un termino global que encubre no solo las acciones físicas y verbales de tipo liberado o voluntario, como gritar de gozo y abrazar afectuosamente a un amigo, sino también las conductas innatas o reflexivas como llorar de pesar o sobresaltarse por un sonido inesperado, así como los pensamientos no expresados y los cambios fisiológicos obvios como el rubor de la vergüenza. Algunas conductas emocionales pueden ser aprendidas y depender de la cultura (p. e. Arrodillarse por reverencia), mientras que otras (como el ruborizarse) son innatas. Algunas pueden ser expresiones voluntarias de emoción, otras, involuntarias. Además la mayor parte de los escritores contemporáneos que abogan por las teorías conductuales hablan no solo sobre la manifestación o actuación real de las conductas emocionales, sino también sobre una disposición a exhibirlas.

En su importante obra sobre la conducta emocional. Darwin formuló tres principios para explicar el origen de las conductas emocionales. Primero algunas se originaron en intentos deliberados para aliviar sensaciones o satisfacer deseos, en consecuencia postulo que retorcerse puede ayudar a eliminar el dolor físico y que un perro echa para atrás las orejas cuando siente miedo o cólera para impedir que se las arranquen en una pelea. Estas conductas útiles habituales pueden llegar a ser innatas. Segundo, otras conductas como la del perro que mueve la cola aparentemente no tienen ningún sentido útil pero surgen como la antitesis de conductas útiles. La propia emoción es un fenómeno preciso que causa la conducta emocional. Sin embargo, según Dewey la idea de Darwin de la expresión no explica porque ciertas conductas caracterizan a ciertas emociones. Decir que el temblor y la respiración acelerada expresa temor no explican porque estas conductas generalmente acompañan al temor.

Hay otros problemas más serios con el punto de vista de que la conducta expresa algún fenómeno interno privado y emocional. Primero, si una emoción es solo una experiencia privada aparentemente nunca podríamos equivocarnos sobre que sentimos o por lo menos no habría forma de describir nuestros errores¹³.

Las emociones crean predisposiciones, es decir, una persona enojada tiene mayor probabilidad de golpear, y menos probabilidad de recompensar a otra persona. De esto se infiere que se identifican los estados de enojo o temor, no al notar los cambios autónomos, sino al observar como el comportamiento de un individuo afecta el ambiente¹⁴. Darwin en Calhoun¹⁵, sugiere que nuestra inclinación a rechinar los dientes cuando estamos enojados representaba anteriormente una tendencia a morder a nuestros enemigos.

¹³ Calhoun y Solomon, *op. cit.*

¹⁴ Tiburcio M. *op. cit.*

¹⁵ Calhoun y Solomon, *op. cit.*

Como las emociones están presentes en la vida, estas establecen metas hacia las que se dirigen las cogniciones y las acciones, lo que convierte a la emoción en un determinante crucial de la conducta humana¹⁶. Lo anterior pone de manifiesto que las emociones juegan un papel decisivo en el comportamiento humano, dado que al sentir alguna emoción, como por ejemplo el enojo, esta va a determinar la conducta, hecho que va depender de cómo lo maneje y exprese la persona. Este mismo principio se puede extrapolar a nivel de otras culturas, sociedades y/o naciones, por ende, cualesquiera que sean factores políticos y sociales importantes para determinar la conducta de las naciones, resulta indudable que en ultima instancia, son los individuos quienes formulan las decisiones; dichos individuos han de sufrir la influencia de la concepción de la naturaleza humana vigente en su tiempo y, también, de la forma en que ellos mismos han aprendido a manejar su propia naturaleza¹⁷.

No cabe duda que como lo mencionan anteriormente los diversos autores, el ambiente donde se desenvuelvan las personas va a ser un determinante crucial en la forma en que se expresen nuestras emociones, debido a que es donde aprendemos la forma en como hacerlo, esto basándonos en la imitación o en la dirección de alguien allegado a nosotros. Se puede hacer mención por ejemplo el caso del niño de Aveyron el cual se crio con una manda de lobos y adopto sus formas de expresión por ejemplo el enseñar los dientes en señal de ataque.

3 Psicoanalista

Esta corriente fue fundada por Sigmund Freud con la psicología de la conciencia y se inclino por el comportamiento "anormal", Freud creía que poderosos impulsos biológicos principalmente de naturaleza sexual influían en el comportamiento humano, opinaba que estas tendencias eran inconscientes y que creaban conflictos entre el individuo y las normas sociales. En relación a la rabia, menciona que esta tiene la poderosa capacidad de producir cambios en el organismo, es decir, cuando alguien nos lastima, la ira nos consume es así que podemos reprimirla o no.

Refiriéndose a contextos más actuales encontramos que las emociones que se ocultan a la conciencia son la causa de la mayor parte de los males físicos. Las enfermedades que acompañan a la angustia mental recorren todo el cuerpo, desde la cabeza hasta los pies. La enfermedad física puede revelar deseos ocultos como por ejemplo, el querer ser cuidados y amados, de querer expresar sentimientos que no nos atrevemos a admitir conscientemente. Esto ocurre con mayor frecuencia con los niños ya que comúnmente buscan la atención de los padres y en ocasiones aunque no presenten malestar alguno, inventan cualquier enfermedad con la finalidad de que sean tomados en cuenta.

¹⁶ Tiburcio M. *op. cit.*

¹⁷ Storr Anthony, 1972, *Sobre la violencia*, Barcelona, Kaidos.

Freud descubrió una manera de interpretar los padecimientos psíquicos así como los físicos. Demostró que las emociones podían ocasionar daños en el organismo. Por ejemplo: “que un dolor de cabeza podía reflejar el deseo de no pensar en algo que puede resultar peligroso para la autoestima” o “que la ceguera podía representar algo que no queremos ver por considerarlo maligno y obscuro”.

Para los psicoanalistas la enfermedad –un dolor de oídos, una jaqueca, una úlcera, etc.- es un síntoma. El síntoma es una irrupción en la superficie de sentimientos ocultos que causan desordenes internos y buscan alguna salida. Es un modo de descargar parte de la ansiedad producida por sentimientos recónditos y prohibidos que se vinculan con deseos que juzgamos nocivos o malos.

Por otro lado el Doctor Walter B. Cannon que no era psicoanalista demostró que la expresión directa de estados psicológicos podía producir síntomas físicos. Todo esto lo hizo a través de experimentos realizados con hombres y mujeres, a través de los cuales probó que las emociones en especial la rabia causaba cambios profundos en la química del cuerpo humano. Debiéndose principalmente a la producción de azúcar por las glándulas suprarrenales. También se registraron perturbaciones en los sistemas respiratorio y circulatorio y en el tracto gastrointestinal. Se valió de diversos instrumentos como aparatos para medir la presión sanguínea, electrocardiógrafos, etc. Pudo observar variaciones en la secreción de ácido clorhídrico, en la presión sanguínea y en el ritmo cardíaco.

Comprobó su teoría de que cuando un flujo de ansiedad se vuelca en los centros corticales superiores del cerebro estos pueden quedar paralizados. Es entonces cuando se ponen en movimiento los centros subcorticales, esto es, el sistema nervioso autónomo y asumen la función de director suplente. Sin embargo, el sistema nervioso autónomo reacciona según pautas rígidas pues es automático y por lo tanto no está sujeto a la voluntad. Los cambios que produce el estrés emocional no dependen de la denominada “fuerza de voluntad”. Ante una situación peligrosa la reacción del cuerpo es pelear o huir independientemente de que la emoción que ocasiona los cambios sea consciente o inconsciente. Los síntomas físicos desaparecen a medida que los conflictos inconscientes que los causaron se vuelven conscientes.

Por ejemplo; Un hombre de 29 años sufría de asma severa, los médicos no encontraron causas físicas de su mal y acudieron con un psicoanalista, luego de tres meses de análisis recordó un episodio de su infancia: cuando tenía 5 años su mamá había invitado al cine a su hermano mayor dejándolo a él en casa por ser muy joven, le rompió el corazón cree que nunca la perdonó, sacó un pañuelo y después de secarse las lágrimas dijo: desapareció el asma. Entonces el analista dijo: se supone que los hombres no deben llorar cuando se sienten heridos o enojados, pero hay partes del cuerpo que sufren y lloran por ellos. Si puede llorar ya no necesitara el asma para expresar el sentimiento.

Los psicoanalistas advierten que el asmático puede estar expresando un conflicto producido por la rabia y el odio que sentía hacia su madre cuando era niño y que

en el presente asume la forma de los síntomas de asma. El asmático ha transferido los sentimientos de furia de la temprana infancia ocultos en la conciencia, a su enfermedad física. Los psicoanalistas han logrado aliviar los padecimientos físicos originados por conflictos emocionales o enfermedades psicosomáticas. Los dolores físicos –jaquecas, resfriados, úlceras, colitis, etc.- a menudo son los primeros que desaparecen poco después que el paciente comienza el tratamiento¹⁸.

Con lo anterior es posible observar que en este enfoque si se contempla una conexión entre el cuerpo y la mente, sin embargo dicha conexión no se basa en la unidad como persona sino únicamente como dos entes separados que se pueden interrelacionar, lo contrario ocurre en la perspectiva holística en donde de la misma forma las enfermedades han presentado mejoras significativas e incluso desaparecido esto a partir de un tratamiento basado en una concepción integral que entiende al cuerpo humano como un todo que esta relacionado con su macrocosmos (Planeta Tierra).

4 Religiosa

La religión como institución constituye un ente importante en la formación de cada individuo, sus valores, creencias, modos y estilos de vivir, etc., están intrínsecamente ligados con los que el sistema religioso de cada cultura tenga y por ello, sus valores son lo que hemos de reproducir a lo largo de nuestra existencia, sin embargo no necesariamente esto tiene que ser visto como una regla.

Como miembros de esta cultura mexicana, se nos enseña a la mayoría a reproducir estos valores casi de manera natural, pues son los que aprendimos desde pequeños y por tanto los que nos dan respuestas a diferentes preguntas. La religión de los mexicanos se funda en concepciones hasta cierto punto tajantes y definitivas: lo bueno y lo malo, el sentimiento de culpa, el remordimiento, el pecado, la idea de suciedad que nos inculcan a los de religión católica por el hecho de haber nacido del pecado original, la idea de sometimiento (que no solo se queda en la idea sino que se manifiesta en casi todos los aspectos de la vida cotidiana), el miedo, la angustia, especialmente para la mujer, la actitud de respeto ante una religión del patriarcado, el sufrimiento, la idea que desplaza, y que se ha alimentado fuertemente dentro de esta institución que tiene que ver con la fragmentación de la concepción del cuerpo-alma¹⁹, además de encontrar que las propuestas judeo-cristianas para guiar la vida se vean prácticamente como absolutas.

Desde tiempos remotos se ha escuchado hablar de la existencia de diversas religiones, Testigos de Jehová, Mormones, Cristianos, Judíos, El Islam y sobre

¹⁸ Freeman L. *op. cit.*

¹⁹ Vargas S. en López Ramos S., 2002. *Lo corporal y lo psicosomático, reflexiones y aproximaciones II*. Estado de México, Zendová Ediciones.

todo la religión Católica, hoy en día se sabe que existe un número considerable de religiones que el mismo hombre ha creado, esto a partir de las anteriores en combinaciones de las mismas o simplemente nuevas propuestas. Dentro de dichas religiones, la palabra emoción es muy utilizada dado que influye y se encuentra en las acciones de los individuos. Las emociones, como ya se ha mencionado con anterioridad forman vínculos sociales o apegos que son indispensables para el individuo. No obstante la emoción del enojo es una de las más presentadas por las personas.

La concepción religiosa que se tiene sobre el enojo es que esta emoción puede ser una virtud cuando se encuentra dirigida contra el mal, cuando induce a actuar correctamente contra algún mal que nos afecte.

Si tomáramos más atención en observar el rostro de las personas que caminan por las calles de esta ciudad, seguramente se llegaría a la conclusión que un alto porcentaje de ciudadanos tienen un gesto de enojo o preocupación; el primero derivado seguramente del segundo.

Principalmente en la concepción Judeo-Cristiana (la cual presenta mayor auge en nuestro país), se concibe a la emoción del enojo como parte de las manifestaciones del “mal” ya que como se menciona en el libro de Mateo Capítulo 5, Versículo 22²⁰: Pero yo os digo que cualquiera que se enoje contra su hermano, será culpable de juicio; y cualquiera que diga necio a su hermano, será culpable ante el concilio; y cualquiera que le diga Fatuo (Del Latín fatuus, extravagante, insensato, que manifiesta una presunción ridícula²¹), quedará expuesto al infierno de fuego, de la misma manera podemos encontrar esta perspectiva en el libro de Salmos Capítulo 37, Versículo 8²²: Deja la ira, y desecha el enojo; no te excites en manera alguna a hacer lo malo . Así también se menciona que “Cristo denuncia el enojo como pecado muy grave y digno de juicio. No lo admite, ni en la intención, ni en palabras, ni en gestos, ni en acciones. Por estas razones, no se debe excusar el enojo ni justificarlo”²³

De la misma forma podemos mencionar que se considera al enojo como pecado ya que como se enuncia en el libro de Santiago 1 Capítulo 19, Versículo 20²⁴; La ira del hombre no obra la justicia de Dios, es decir, el que se enoja y peca, pierde la comunión con Dios, pierde la paz y el gozo. Le afecta la salud física, se le ofusca la razón, no soluciona nada, sino por el contrario todo empeora. Vemos aquí una forma en que se le da una connotación maligna a la emoción del enojo, puesto que según la concepción judeo-cristiana se debe castigar y eliminar al mal, tomando en cuenta que la ira o el enojo están relacionados con el mal, entonces esta concepción considera que se deben reprimir y eliminar las expresiones de dichas emociones, sin embargo consideramos que esto no debe ser así debido a que bajo nuestra postura la eliminación o represión de esta y cualquier otra emoción generaría un desequilibrio en el individuo.

²⁰ Sagrada Biblia, 1995, España, Editorial Verbo Divino.

²¹ Diccionario, 2003. *El pequeño Larousse*, México, Ediciones Larousse.

²² Sagrada Biblia *op. cit.*

²³ http://www.psicologiapopular.com/enajo_biblia.htm

²⁴ Sagrada Biblia *op. cit.*

5 Cuestión Fisiológica.

Como tal, no se puede hacer mención que dentro de la medicina se trate de manera específica a las emociones, puesto que las personas que acudimos al médico, es debido a que presentamos dolores físicos dentro de nuestro cuerpo. Sin embargo, al abundar en este tema, se encontró que la medicina interviene de forma tal que una emoción que se presenta continuamente en nuestro cuerpo puede provocarnos una lesión en algún órgano o incluso una enfermedad si no se maneja o expresa de forma adecuada.

En tiempos remotos Sócrates acusaba a los médicos de Grecia de ineficientes porque no sabían curar el cuerpo sin tener en cuenta la mente. Sin embargo Hipócrates que es llamado padre de la medicina afirmaba que para curar al cuerpo era necesario conocer la totalidad de las cosas, refiriéndose con esto último a lo ocurrido en la mente²⁵.

La medicina señala que en cuanto a la emoción del enojo esta se presenta de la siguiente forma, se experimenta en un continuo, que va de no enojo, a enojo moderado e irritación, hasta llegar a la furia. Varía de muy poco cambio fisiológico hasta el incremento de tensión en músculos faciales y en general del esqueleto, y la liberación de hormonas de adrenalina. Ocurre en respuesta a una situación, se refiere a una dimensión estable de la personalidad del individuo, refleja una tendencia a enojarse con más facilidad, con mayor intensidad y a perder el control, y la persona obtiene mayor número de consecuencias negativas al perder el control. En la expresión del enojo intervienen diversos cambios fisiológicos, los patrones cardiovasculares asociados con el miedo y el enojo difieren en la frecuencia de latidos del corazón, la presión diastólica de la sangre se incrementa solo durante el enojo y la presión sistólica tiende a incrementarse de igual manera. También hay un incremento de niveles de noradrenalina, esta es en gran parte causante de la respuesta de lucha, aumenta la frecuencia cardiaca, la presión arterial, estimula la respiración, dilata los pasajes respiratorios y actúa reforzando la actividad simpática. Las características físicas de ira son el resultado de la descarga simultánea de muchas fibras nerviosas simpáticas²⁶.

Izard²⁷, describe que en el enojo la sangre “hierve”, la cara se pone caliente, los músculos se tensan. Hay un sentimiento de poder y un impulso de atacar la fuente del enojo. La persona se siente más fuerte y más enérgica y con gran necesidad de acción física. El enojo en la persona causa gran tensión y mucho más confianza en sí mismo.

²⁵ Freeman L. *op.cit.*

²⁶ Mendoza B. *op. cit.*

²⁷ Izard, Citado en Tiburcio M. *op. cit.*

Reprimida en forma de disgusto, la ira es una emoción muy perjudicial, diversas neurosis, úlceras gástricas, alteraciones circulatorias, resultado de la ira reprimida, esta última determina un desánimo progresivo y una lenta anulación individual. Quienes no consiguen exponer sus quejas, son reservados biliosos que se pueden hasta morir de resentimiento a fuerza de crear condiciones orgánicas que precipitan este desenlace²⁸.

Al presentar determinado malestar, las personas acuden al médico con la esperanza de que este elimine su sufrimiento, es por ello que existe aún una demanda considerable en cuanto a la medicina alópata. Sin embargo en ocasiones cuando no se obtienen los resultados deseados es cuando el médico se encuentra en conflicto dado que al no saber lo que ocurre comienzan a realizarse diversos estudios y/o análisis en la persona que demanda el servicio los cuales muchas veces no tienen fin, además de tener que asistir con uno y otro especialista para ver “quien le atina a la causa de la enfermedad o malestar”, esto sin tomar en cuenta los gastos que se generan, el hecho de contar con un seguro médico o no, etc. Y todo lo anterior debido a que el médico en ningún momento considera el estado emocional de la persona.

6 Psicósomática una aproximación holística

Las enfermedades psicósomáticas son según esta definición, en sentido estricto, aquellas cuya manifestación y desarrollo están bajo la influencia demostrable de los factores psicosociales. Ello significa que no toda persona que sufre asma está enferma psicósomáticamente, y que tampoco es cierto que el diabético padezca una enfermedad puramente física²⁹.

Salta a la vista en la definición anterior una visión fragmentaria, dado que es evidente que no se alcanza a concebir a la enfermedad como una construcción que hace el individuo, sino como una relación de causa y efecto.

No podemos seguir haciendo oídos sordos frente al incremento de las diversas enfermedades silenciosas, es muy común aceptar que algún conocido tenga gastritis, úlcera, hemorroides, migraña, estreñimiento, taquicardia, insomnio o una dolencia tratada por años sin obtener resultado alguno, pero todo ello la mayoría lo ve como normal o cotidiano. Por todo ello, los investigadores de la medicina sostienen que se habla de las enfermedades psicósomáticas, sólo cuando un trastorno psicósomático ha conducido a una deficiencia orgánica y con ello a la enfermedad psicósomática como tal. En este sentido, el proceso psicósomático es una elaboración muy compleja que la persona construye, para tratar de relacionarse de una mejor forma con su realidad y entorno inmediato, con su vida

²⁸ Salgado E. *op. cit.*

²⁹ Boris Luban Plozza, Waler Poldinger, Friedebert Coger, Kart Leaderach-Hofman, El Enfermo Psicósomático en la práctica, Barcelona, Heder, 1995, p.1, Citado en López, 2002.

cotidiana y consigo mismo³⁰. Con lo anterior, entonces podríamos pensar que los mexicanos somos dignos representantes y constructores de procesos psicosomáticos.

En la actualidad es frecuente escuchar el término “psicosomático” el cual es empleado principalmente por los médicos alópatas para designar a las enfermedades cuyo origen ignoran, además de no tener disponible un medicamento que elimine el síntoma, por lo que no pueden brindar una solución genuina a la demanda de los pacientes que acuden con ellos para combatir sus males. Es bien sabido que hoy en día las personas que habitamos en las grandes urbes, hemos desarrollado padecimientos que no tienen cabida en la explicación de la lógica vigente en el tratamiento de las patologías, por lo cual es más frecuente que existan pacientes con menores posibilidades de encontrar resultados satisfactorios ante sus padecimientos. Un claro ejemplo lo podemos encontrar en el servicio que prestan las instituciones de salud pública, como lo son el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales para los Trabajadores del Estado (ISSSTE), en donde la atención que se ofrece es dada bajo la visión fragmentaria heredada desde los tiempos de René Descartes, la cual dejó como secuela una concepción que separa al cuerpo de la mente, dejando de lado en su diagnóstico-tratamiento los aspectos históricos, sociales, ambientales y psicológicos.

A consecuencia de ello, es que generalmente estamos acostumbrados a pensar en nuestro cuerpo como una máquina compuesta por órganos y tejidos que no tiene una relación con su medio o incluso le vemos con los ojos de la estética, otorgándole importancia al hecho de que una persona sea obesa o delgada, que no tenga alguna extremidad, etc. sin embargo sabemos que esta manera de concebir al cuerpo no es muy redituable dado que la palabra como tal engloba otros factores, desafortunadamente en nuestra sociedad se le otorga menor prioridad a otros aspectos verdaderamente importantes de la vida, López³¹, describe mejor esta idea, de la siguiente manera:

“El cuerpo es utilizado generalmente como medio para ir al trabajo, el artefacto que debe alimentar al cerebro, los deseos de la cultura de la competencia, la nulificación de las posibilidades para crecer en él y con él, es una especie de lastre que se maltrata, se abandona, se le ataca con alimentos que no son beneficiosos, se le somete a los extremos y se le niegan las expresiones por un estilo de vida que puede ser más longevo o con una paz interior”.

Lo anterior pone en evidencia el hecho de que las personas están más enfocadas en cumplir deseos materiales, de éxito y reconocimiento, dejando de lado factores primordiales como el cuidado de la alimentación, el descanso, el sueño, el manejo de las emociones, la respiración etc. Esto se ve reforzado día a día debido a que se nos ofrece un modelo de vida cómoda, lleno de ideales económicos, estéticos y

³⁰ Calzada Zarco M. *Historia de Vida: Procesos psicosomáticos que conllevaron al cáncer de mama*. Tesis Licenciatura Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. México, 2007.

³¹ López S. 2002. *Lo corporal y lo psicosomático II*, op. cit.

de consumismo. El hombre puede pasar gran parte de su tiempo pensando como llegar a ser mejor, a obtener éxito, descuidando el cuerpo, a excepción de que este fuera nuestro principal instrumento de trabajo, en cuyo caso tenderíamos al consumo de productos que facilitan el alcance del modelo ideal³².

Con esta última idea el autor nos señala que en el caso de las personas que cuidan su cuerpo, la gran mayoría lo hacen con el afán de mantenerse estéticos conforme a los cánones de la moda actual, convirtiéndose en consumidores de productos que los ayuden a lograr su meta, dejando en el olvido los factores primordiales de la vida, es así, como podemos ver que culturalmente la gran mayoría de los habitantes de este país nos manejamos dentro de estas dos formas de relación con el cuerpo, en donde, por un lado, se le condena al olvido y por otro a un cuidado especial con fines de apariencia física.

Como consecuencia del olvido corporal se observa que al mismo tiempo existe un olvido por el medio en que vivimos, es decir nuestro planeta, este descuido es también el olvido por nuestro cuerpo. Es así como la destrucción de los recursos naturales tiene relación estrecha con la condición corporal; el cuerpo es un microcosmos que se integra en una relación armoniosa con el agua, la madera, el fuego, la tierra y el metal. Cuando estos elementos se destruyen en el planeta Tierra, el cuerpo también vive las consecuencias. El desequilibrio energético en las personas es la primera de ellas y, por lo tanto, se rompe o se altera la relación que el cuerpo tiene con su entorno inmediato y con sus órganos internos, dando como resultado la alteración de los órganos y el predominio de alguna de las emociones que se construyen en relación con las circunstancias de desequilibrio de los elementos mencionados. No es desconocido que las personas que habitan en lugares donde antes había árboles, en el presente puedan ser más irritables ó iracundas³³. De esta manera se puede señalar que la armonía de la naturaleza puede existir en el cuerpo, sin embargo la complicación empieza cuando la armonía del exterior se rompe por el uso irracional de los recursos en la sociedad industrial que explota los bosques, contamina el agua, la tierra que sobreexplota el metal y sobrecalienta con fuego o radiaciones geografías específicas. Estos procesos sociales e históricos tienen una implicación no solo en la redes de cooperación de los vegetales y demás seres vivos, sus efectos también se expresan en el cuerpo humano que tiene que enfrentar la disyuntiva de adaptarse, tener una enfermedad crónica o morir³⁴, el mejor y más palpable ejemplo que tenemos de este aspecto por ser de nuestro interés es la Ciudad de México, en donde igualmente la industrialización y el crecimiento de la urbe ha roto el equilibrio que existía en esta geografía dando como resultado una población que presenta día con día altos niveles de violencia y estrés.

³² *Ibid.*

³³ *Ibid.*

³⁴ López Ramos S. 2003. *Lo corporal y lo psicossomático, reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC Ediciones.

CAPÍTULO III PROPUESTA

EL ENOJO: UNA POSIBILIDAD PARA REPLANTEAR LA EXISTENCIA

*“El enojo es un maestro que nos
Puede enseñar quién realmente somos
Y cómo lidiamos con la frustración”
Rabino Zelig Pliskin*

En el presente capítulo analizaremos la emoción del enojo, desde la perspectiva que concibe al cuerpo humano como un microcosmos, el cual se encuentra estrechamente relacionado con el macrocosmos que es nuestro planeta y el universo, es decir desde la teoría de los cinco elementos. Se abordará así mismo la metodología empleada en la recolección de datos y la forma en como se analizará, esto es por medio de categorías.

1 Teoría de los cinco elementos

Hoy en día los padecimientos de diversas índoles se han ido incrementando, esto ha generado que el cuerpo humano sufra constantes cambios, tanto en su interior como en su aspecto exterior, los primeros se dan a partir de los medicamentos que las personas ingieren para controlar o “sanar” sus malestares y los segundos se dan a partir del uso de productos que prometen “mejorar” la apariencia física. Sin embargo, existen otros factores que intervienen en la gestación de dichos cambios, estos pueden ser el ambiente, las relaciones sociales, la alimentación que cada vez es más deficiente y por supuesto el aspecto emocional.

Cada emoción que generamos desencadena reacciones fisiológicas por todo el organismo, entre otras: secreciones de diversas hormonas, liberación de neurotransmisores en el cerebro y sistema nervioso, cambios en el ritmo cardíaco y presión sanguínea, ajustes en la respiración, y estimulación o supresión de la digestión y la peristalsis. Cuando las reacciones emocionales son moderadas, bien equilibradas, y se les permite seguir su curso rápida y suavemente, no causan ningún daño serio y a veces incluso producen una estimulación positiva en el sistema órgano-energético. Pero cuando una determinada reacción emotiva se hace extrema y explosiva, y cuando se prolonga o se repite con frecuencia, entonces causa una serie de reacciones fisiológicas graves que pueden dañar seriamente los órganos asociados y desequilibrar todo el sistema energético. Cuando esto ocurre, se deteriora la radiante capa de energía protectora, bajan la

resistencia y la inmunidad, y las emociones responsables se convierten en importantes causas de enfermedad, degeneración y debilidad.¹

En otras palabras, los trastornos emocionales y los desórdenes metabólicos pueden formar un círculo vicioso de enfermedad que se autoalimenta.

Los ataques frecuentes de cólera, por ejemplo: dañan el hígado, según el criterio médico chino tradicional. Después de un tiempo, la energía emocional liberada por la rabia altera y deprime la actividad hepática; uno de los síntomas de esta alteración es la irritabilidad y el mal carácter que a su vez predispone a la persona a estallidos más frecuentes de cólera, causando aún más daño al hígado y estableciendo un pernicioso ciclo psicofisiológico de enfermedad y debilidad²

Es a partir de lo anterior, que se puede entender como se construye una enfermedad en determinado órgano a partir de los cambios emocionales, ambientales, alimenticios, etc., es necesario describir a grandes rasgos, como es que se aborda este proceso desde la perspectiva de la teoría de los cinco elementos de los taoístas.

La teoría de los cinco elementos tiene un sostén filosófico que se remota a hace 5,000 años antes de nuestra era. Se sostiene en la analogía del universo con el cuerpo que es conceptualizado como un microcosmos y encuentra una estrecha relación con los cinco elementos: madera, fuego, tierra, metal y agua con los órganos del cuerpo; así cada elemento corresponde a dos órganos: madera, hígado y vesícula biliar; fuego corazón e intestino delgado; tierra, bazo páncreas, estómago; metal, pulmón intestino grueso; agua vejiga, riñón. Esto significa que la relación que existe en el medio ambiente con los cinco elementos es la que se guarda en el interior del cuerpo. El equilibrio entre lo endógeno y exógeno guarda una relación de armonía, de modo que cualquier cambio que suceda externamente tendrá efectos e implicaciones que se manifestarán al interior del cuerpo y se expresarán en problemas con la relación de los elementos y los órganos.³ (Ver anexo 1).

De igual manera la teoría de los cinco elementos, sostiene que la madera, el fuego, la tierra, el metal y el agua son los elementos básicos que constituyen el mundo material. Entre ellos, existe una relación de íter generación e íter inhibición, lo cual determina su estado de constante cambio y movimiento. Mediante la teoría de los cinco elementos se explica principalmente la relación de íter generación, íter dominancia, exceso en dominancia y contra dominancia entre ellos. La medicina tradicional china usa esta teoría para clasificar en diversas categorías los fenómenos naturales, la mayoría de órganos, tejidos, y emociones humanas, e interpreta las relaciones entre fisiopatología del cuerpo humano y el medio ambiente natural, aplicando a cada una de estas

¹ Reid D., 1994. *Los Tres Tesoros de la Salud*. Barcelona, Ediciones Urano.

² *Ibid.*

³ López S., 2002. *Historia del aire y otros olores... op. Cit.*

clasificaciones las leyes de ínter generación, ínter dominancia, exceso en dominancia y contra dominancia de los cinco elementos⁴. (Ver Anexo 2).

Es así como el cuerpo de una persona esta en relación con los elementos externos e internos que a su vez tienen una relación estrecha con los órganos. Si el medio ambiente donde vive la persona esta siendo alterado o mutilado, el cuerpo tendrá efectos o consecuencias en el Ki genético o adquirido. Traducido en la vida cotidiana serán cambios en la forma de vivir o de sentir de los individuos. Hay que agregar que justamente los elementos y los órganos tienen una estrecha relación con las emociones, así que la alteración de un elemento repercutirá en un órgano y este será dominado por una emoción; por ejemplo, si el elemento madera es alterado en el espacio donde vive un individuo el efecto en el cuerpo es que el hígado se verá desequilibrado y su desequilibrio tendrá efecto en el estado emocional (p. ej. Irritabilidad) alteración de sueño o dolores de huesos entre otros padecimientos. Las implicaciones de estos procesos exógenos se manifiestan cuando la naturaleza de la condición humana entra en un proceso ajeno a su naturaleza; la sociedad se aleja de ese principio de armonizarse en el planeta, y sus efectos se manifiestan en sus habitantes, para nuestro caso el cuerpo del ser humano⁵, tomando como verdaderos los planteamientos anteriores es posible decir que nuestra ciudad es un claro ejemplo de este desequilibrio, pues con el crecimiento desmedido de la mancha urbana se ha arrasado con la flora y la fauna de la región en nombre del progreso y la modernidad; dadas estas condiciones y otras del tipo social, no es difícil entender la irritabilidad de las personas que habitamos en esta zona del país. Dadas estas circunstancias la ira será muy popular en la personalidad de la gente, pues la rabia es la emoción asociada a la energía de la madera y del hígado. La ira daña la energía yin del hígado que controla la sangre, la bilis y otros fluidos asociados con el hígado. El desequilibrio resultante permite a la energía yang del hígado arder como un incendio descontrolado. Esta energía yang asciende hasta el corazón y la cabeza, produciendo dolor de cabeza, mareo, visión borrosa y confusión mental. La palabra bilioso alude igualmente al mal genio y al mal funcionamiento hepático. Los frecuentes estallidos de cólera dañan el hígado, daño que a su vez hace mayor la propensión a la rabia, estableciendo así un ciclo de energía emocional destructiva que se auto perpetúa⁶

Encontramos también que el hígado participa en la digestión de los alimentos y en la depuración de la sangre, pero también se ve afectado por la envidia, las penas silenciosas y la ira. Según la medicina tradicional china, cuando el hígado tiene una hiperactividad puede haber síntomas de cólera, amargura, celos, envidia, mientras que el hastío, la irritabilidad y la tristeza caracterizan un funcionamiento por debajo de lo normal. El hígado se relaciona con los ojos, que son su ventana al exterior. Las lágrimas liberan muchas tensiones, pero cuando la cólera y las preocupaciones no son expresadas y canalizadas oscurecen los ojos. Por ello la

⁴ Zhang J. y Zheng J., 1984. Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China, Beijing, Ediciones en lenguas Extranjeras.

⁵ López S., *Historia del aire y otros olores... op. Cit.*

⁶ Reid D. *op. cit.*

cólera es la emoción que más daña al hígado; si se expresa con toda su fuerza, el hígado se ve mermado energéticamente y si la ira se guarda dentro del organismo, el hígado desarrolla cierta proclividad para enfermarse. Si a lo anterior le sumamos el estilo de vida de las grandes ciudades como la nuestra y la falta de madera, el exceso de asfalto, espacios reducidos y una alimentación rica en refinados, el hígado tiende a enfermarse⁷. Bajo este panorama salta a la vista la preocupante situación en la que vivimos los ciudadanos, pues nos encontramos justamente llevando nuestra vida en este desequilibrio. Por su parte Daniel Reid describe también, de una manera sencilla pero sustanciosa las funciones de los órganos encargados de regular entre otras cosas, la emoción de la ira:

El hígado: órgano Yin-Energía de la Madera

Al hígado se le llama “General” o “jefe de personal” es el encargado de filtrar, desintoxicar, nutrir, reaprovisionar y almacenar la sangre. El hígado almacena grandes cantidades de azúcar en forma de glucógeno. El que libera a la sangre, como glucosa, siempre que el cuerpo necesita infusiones extras de energía metabólica. El hígado recibe todos los aminoácidos extraídos de los alimentos por el intestino delgado y los recombina para sintetizar las diversas formas de proteínas requeridas para el crecimiento y reparación de los tejidos.

El hígado controla el sistema nervioso periférico, que regula la actividad y la tensión de los músculos. La incapacidad para relajarse suele estar causada por un mal funcionamiento del hígado o un desequilibrio de la energía de la madera. La energía del hígado también gobierna los ligamentos y tendones que, junto con los músculos, regulan la actividad motora y determinan la coordinación física. El funcionamiento del hígado se refleja exteriormente en el estado de las uñas de manos y pies, en los ojos y en la visión. Más que un problema de la vista, la visión borrosa suele ser consecuencia de un mal funcionamiento del hígado, e incluso la medicina occidental reconoce que el color amarillo de los ojos es síntoma de ictericia.

Mediante su asociación con la energía de la madera, el hígado rige el crecimiento y desarrollo, los impulsos y deseos, las ambiciones y la creatividad. La obstrucción de la energía del hígado puede provocar intensos sentimientos de frustración, furia y rabia, y estas emociones, a su vez, bloquean aún más la energía del hígado y suprimen su actividad, en un círculo vicioso y destructivo.

La vesícula biliar: órgano Yang – energía de la madera

Llamada “honorable ministra”, la vesícula biliar está a cargo del departamento central de limpieza. Secreta la pura y potente bilis que se necesita para digerir y metabolizar las grasas y aceites; su energía aporta fuerza y vitalidad. Colabora con el sistema linfático para expulsar de los músculos los subproductos tóxicos del metabolismo, eliminando así los dolores y el cansancio musculares. En el sistema chino el dolor de cabeza común por culpa de la tensión es producido por el bloqueo del meridiano de la vesícula biliar, que sube por los hombros y nuca hasta la parte superior de la cabeza y frente. De ahí que esos dolores de cabeza suelen ir acompañados de tensión en el cuello y en los hombros.

⁷ López O. *op. cit.*

La vesícula biliar rige la osadía y la determinación. En el idioma chino la palabra osadía es *da dan* (mucho bilis). En la lengua inglesa también se reconoce esta relación psicofisiológica en la expresión “a loto f gall” –mucho valor-. El viejo proverbio chino “La vesícula osada, el corazón cauteloso” refleja la estimulante influencia generadora que ejerce la madera en el Fuego⁸.

Hasta el momento es posible percatarnos de que la propuesta sugiere mantenernos en la línea de una vida saludable intentando en medida de lo posible guardar el equilibrio en todos los ámbitos de nuestra existencia, sin embargo vivir en equilibrio no debe confundirse con la idea de una vida inamovible en la que no se deban experimentar las siete emociones existentes (rabia, alegría, preocupación, ansiedad, aflicción, miedo, obsesión). Es deseable experimentar todas las emociones, siempre y cuando sean pasajeras y vuelva de nuevo la estabilidad perdida. La perturbación momentánea de ese equilibrio fortalece nuestra capacidad para enfrentar los embates de la vida diaria y nos permite aprender a desechar las emociones que de otra manera se alojarán en nuestro cuerpo y crecerían manifestándose en algún tipo de síntoma que más tarde devendrá en cualquier padecimiento crónico⁹.

Por ejemplo los dolores de espalda son, en muchos casos, la respuesta de un estado emocional de ira o la represión de un sentimiento de dolor¹⁰

Una enfermedad que ejemplifica bien este asunto es la artritis pues las personas que la desarrollan tienen una agresividad contenida y un reclamo profundo por el abandono. En sentido real, las manos son la parte de nuestro cuerpo que nos permiten el contacto con otros, pero también son la vía a través de la cual manifestamos el enojo contenido al empuñar, generar tensión, incluso cuando golpeamos. Así la artritis reumatoide comienza por atrofiar el lugar del cuerpo a través del cual manifestamos con mayor facilidad la agresividad física.

La idea moderna de la felicidad corresponde a la acumulación y posesión de satisfactores con un nivel de consumo extremo, pero no hay calidad de vida emocional. La gente está llena de miedos, enojos y resentimientos que se manifiestan a la menor provocación. Las nuevas formas de vida que reducen los espacios físicos, el tiempo y los momentos de plenitud para disfrutar de las actividades que realizamos, nos llevan a atrofiar nuestros sentidos y las posibilidades de expansión intelectual y emocional¹¹.

Sería necesario reflexionar aquí sobre el hecho de que las personas aprendemos a vivir con nuestros padecimientos e incluso les encontramos una utilidad evasiva o de manipulación hacia los demás, puesto que como ya se mencionó con anterioridad ponemos mayor atención a cuestiones vanales, como la búsqueda de éxito, las pasiones, la adicción al trabajo y al dinero, e ignoramos los mensajes que el cuerpo nos envía por medio de los síntomas, condenándolo al olvido sin darnos cuenta de que un día será demasiado tarde, puesto que la enfermedad se

⁸ Reid D., *Ibid.*

⁹ Rachel Charles, *Mente cuerpo y defensas naturales*, Paidós, Madrid, 2000. Citado en López O. op. cit.

¹⁰ López O. op. cit.

¹¹ López O. op. cit.

habrá hecho crónica y muy grave. Es por ello que consideramos de suma importancia el dar a conocer los diferentes caminos que se proponen para lograr una vida más equilibrada, puesto que como trabajadores de la salud nos corresponde esta responsabilidad debido a que la población que solicita nuestros servicios demanda soluciones.

2 Metodología

El diseño de investigación que se seleccionó fue de carácter cualitativo debido a que en este la investigación que se realiza produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable. En este tipo de método el investigador ve al escenario y a las personas en una perspectiva holística: las personas, los escenarios o los grupos no son reducidos a variables, sino considerados como un todo. Se trata de comprender a los individuos dentro de su propio marco de referencia.

Las historias de vida contienen una descripción de los acontecimientos y experiencias importantes de la vida de una persona, o alguna parte principal de ella, en las propias palabras del protagonista, en el análisis de la información que se obtiene por medio de la historia de vida se pretende captar los sentimientos, modos de ver y perspectivas de la persona¹².

Con base a esto la información recabada se clasificó de acuerdo a sus similitudes para crear así categorías que posteriormente fueron analizadas.

3 Método

3.1 Sujetos

Se aplicó una entrevista la cual se realizó siguiendo un formato previamente diseñado a 10 personas de género masculino y femenino que son socialmente conocidas como enojonas, sin importar edad, religión o situación económica. La entrevista fue de tipo semiestructurada abierta ya que en esta el entrevistador realiza preguntas preestablecidas siguiendo un orden, sin embargo el respondiente es libre de contestar de cualquier forma que elija.

¹² Taylor S. J. y Bogdan R., 1996. *Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación*. Barcelona, Paidós.

3.2 Materiales

- a) Grabadora de voz
- b) Microcasette
- c) Computadora
- d) Hojas de papel
- e) Bolígrafos

3.3 Instrumentos

Se utilizó una entrevista semiestructurada (Anexo 3) la cual permitió obtener datos de:

- Identificación
- Vivienda
- Condiciones de nacimiento
- Alimentación
- Salud
- Relaciones familiares
- Trabajo
- Salud

4 Procedimiento

Se contactó a cada una de las personas que fueron ubicadas por familiares o amigos como enojonas. Una vez realizado esto, se le explicó a cada uno que el propósito de la entrevista era únicamente para abordar el tema de las emociones en general dado que de lo contrario si se le explicaba el tema central se podían haber sentido ofendidos o simplemente haber desertado con alguna excusa. Se solicitó permiso para grabar dicha entrevista, la cual se realizó en un lugar establecido por la propia persona. La duración de la misma fue de 90 a 180 minutos.

5 Definición y Análisis de Categorías

El siguiente apartado tiene como finalidad mostrar la definición de cada categoría la cual se realizó con base a similitudes entre los datos que proporcionaron los entrevistados, además de haber sido información considerada como más resaltante o importante, dichas categorías permitieron organizar de una forma más factible la información obtenida.

Cabe señalar que se hizo una revisión entre dichas categorías y la información obtenida, esto mediante fragmentos de las entrevistas realizadas, al finalizar este

apartado se encuentra una matriz que muestra en forma sintetizada los datos analizados.

Nombre:

Seudónimo utilizado para proteger la identidad de la persona.

Entrevistado 1: Fernanda
Entrevistado 2: Felipe
Entrevistado 3: Elena
Entrevistado 4: Sebastián
Entrevistado 5: Ché
Entrevistado 6: Ricardo
Entrevistado 7: Sofía
Entrevistado 8: Rafael
Entrevistado 9: Karla
Entrevistado 10: Yesenia

Edad:

Es el número de años que la persona tiene de vida, Pedro Gómez García¹³ en su artículo “Culminación del curso vital” señala cuatro etapas principales en la vida de los seres humanos las cuales son infancia, adolescencia, adultez y vejez. Comenta que el principio general que cada cultura toma en consideración de los individuos, son ciertos elementos básicos de naturaleza biológica (aquí, el dato de la edad), que los reconoce explícitamente y los utiliza y modela socialmente, asignándoles derechos y deberes, tareas, privilegios, un sentido. En nuestra sociedad en la etapa de la infancia se espera que los niños acudan a alguna institución educativa y que desarrollen sus habilidades cognitivas, conductuales y sociales. Durante la adolescencia de igual manera se pretende que los jóvenes continúen con su educación, así como también comiencen a involucrarse en actividades del hogar, trabajo y vida social. Además de prospectar sus proyectos de vida. La tercera etapa que corresponde a la adultez supone adoptar una serie de actitudes y comportamientos de la madurez personal y social. Generalmente se inicia al contraer matrimonio o al tener el primer hijo, con la formación de la familia propia, la obtención de un trabajo y/o una estabilidad económica, la participación en la vida sociopolítica y la adopción de una mentalidad responsable, autónoma con respecto a la familia y la sociedad. Finalmente en la etapa de la vejez se espera que las personas se encuentren disfrutando de una vida tranquila, tras haber culminado la mayor parte de sus metas y expectativas personales.

¹³ -<http://www.ugr.es/~pwlac/welcome1995.html> En la Gazeta de Antropología, Universidad de Granada España.

El análisis comparativo pone de manifiesto cómo la cultura construye, determina y configura socialmente múltiples diferencias relativas a la edad: Diferencias en el número de etapas sucesivas y discontinuas; en el momento de inicio y en la duración cronológica; en las normas y papeles sociales propios de cada edad; en la concepción, las actitudes y los sentimientos inducidos; en las pautas de salud, morbilidad y mortalidad.

Fernanda: 26 años.

Felipe: 22 años

Elena: 37 años.

Sebastián: 37 años.

Ché: 35 años.

Ricardo: 35 años.

Sofía: 36 años.

Rafael: 20 años.

Karla: 58 años.

Yesenia: 47 años.

Las edades de las personas entrevistadas se encuentran en un rango que abarca de los 20 a los 60 años de edad. Cabe señalar que el número de años que tenga la persona tiene relación con la forma que se expresa el enojo así como también con el tipo de sucesos que provocan su aparición, además de la historia personal; de los entrevistados Karla es un ejemplo en donde podemos ver que sus enojos son provocados por eventos familiares, a diferencia de Felipe quién experimenta dicha emoción a causa de situaciones laborales.

Estado Civil:

Es la situación legal o social en la que la persona se encuentra, esta podría ser: casado (a) o unión libre lo cual significa que sea responsable, estable social y económicamente; soltero (a) es una persona social y laboralmente activa; divorciado (a) o separado (a), aquella persona que no pudo mantener por diversas causas una relación conyugal, diferenciándose estas últimas en que el divorciado

da termino a su contrato matrimonial y el separado no. De cada situación se esperan ciertas actitudes o acciones las cuales van a depender de acuerdo a la cultura, en la nuestra en el caso de una persona casada o en unión libre se pretende que lleve a cabo el sustento familiar, la educación de los hijos además de una estabilidad emocional. De una persona soltera se espera que continúe con su educación y/o que sea económicamente activa, un apoyo para los suyos y que se prepare para formar su propia familia; finalmente un divorciado o separado supone que continúe con la manutención de sus hijos (en caso de que los haya), la educación así como su porvenir además de que intente rehacer una vida de pareja.

Fernanda: Soltera.

Felipe: Soltero.

Elena: Divorciada.

Sebastián: Casado.

Ché: Separado (Soltero)

Ricardo: Unión Libre (Anteriormente casado)

Sofía: Casada.

Rafael: Soltero.

Karla: Casada (Separada).

Yesenia: Soltera (Anteriormente casada)

El estado civil de los participantes enriquece el contenido de las entrevistas de cada uno de los mismos en cuanto a su historia personal de vida esto por la variedad que presentan.

La situación civil como tal no es una causante de que se presente el enojo, la presencia o ausencia de este va a depender de la persona que se encuentre en dicha situación y de que manera le signifique su estado civil, dado que socialmente se considera al divorcio o a la separación por ejemplo, como un fracaso en la vida de las personas, en el entendido de que un fracaso nos genera malestar, como resultado de la inconformidad que representa, como lo es el caso de Elena, Ché, Karla y Yesenia.

Religión:

Son las creencias y prácticas en torno a una determinada divinidad que en nuestra sociedad provienen de la tradición Judeo-Cristiana, teniendo mayor auge el culto a la Virgen de Guadalupe (Madre de Dios), el cual proviene desde la época de la conquista ya que se relacionó el nombre prehispánico de Tonantzin con el de Guadalupe para así constituirse como un elemento de identidad nacional. Esta divinidad se abocó en brindar protección a los indígenas, aunado al hecho de haber elegido a un indio como testigo de su existencia¹⁴. Dados estos hechos y por consiguiente se ha transmitido culturalmente en la familia el respeto y amor incondicional por la figura materna.

Se considera que la religión debe ser una parte importante en la vida de las personas como institución, es la guía moral y espiritual de la gente. Al pertenecer a una agrupación religiosa el individuo debe regir su vida bajo los principios y preceptos de dicha institución, en el caso de la Iglesia Católica esta argumenta por ejemplo que la persona no debe ser violenta, que tiene que perdonar, que debe vivir en armonía con su prójimo, etc., al acatar estos preceptos se conseguirá llegar al paraíso, sin embargo sabemos que eso provoca únicamente en las personas miedos y culpas cuando no son llevados a cabo.

Fernanda: Católica.

Felipe: Católica (Creyente) No cree en la iglesia.

Elena: Católica.

Sebastián: Católica.

Ché: Católica, soy creyente pero no soy prácticamente...

Ricardo: Católica.

Sofía: Católica.

Karla: Católica.

Yesenia: Católica.

Los diez casos coinciden en cuanto a la religión que profesan, sin embargo en relación a como la ejercen, no, ya que observamos que dos de ellos (Felipe y Ché) manifestaron creer únicamente en su Dios pero no en la institución que es la Iglesia Católica debido a que consideran que existen incongruencias en lo que se profesa y con lo que se realiza. Sin embargo, es notable que su inclinación a la religión católica sea heredada de su familia,

¹⁴ López Ramos S., 1995. *Historia de la Psicología en México Tomo I*. México, Ceapac.

lo que no significa que la profesen por convicción propia o sean congruentes con los preceptos del cristianismo.

Aunado a lo anterior se puede señalar que la religión católica promueve el amor al prójimo como a uno mismo, mandato que sugiere el abandono del odio, rencor u enojo para alcanzar la “salvación”, es decir, la ira se concibe como pecado y por ende esta prohibida, lo que ocasiona que los individuos cierta atracción hacia dicha emoción, ya que es bien sabido que lo prohibido o reprimido es atractivo a las personas.

Escolaridad:

Es el grado máximo de estudios alcanzado por la persona, socialmente se considera que entre más preparación se tenga, se obtendrán mayores beneficios económicos, reconocimientos a nivel personal, familiar y social, además de que se piensa esto te hace ser una mejor persona, el tener estudios te otorga un valor, es decir el estudiar te hace ser alguien en la vida, sin embargo, consideramos que esta última idea puede no ser del todo acertada, puesto que creemos que cada individuo es diferente a los demás así como también independiente y por ende los valores que pueda llegar a tener, lo cual significaría que el nivel de estudios no determina su valor moral, personal y social, además de haberse perdido la noción de que el estudio es sólo un medio de utilidad para la vida y no el motivo de ella. Por lo que podemos ver que en la actualidad las instituciones educativas han tomado un rol de informadoras más que de formadoras esto debido a que el estudiante únicamente se limita a recibir la información sin aplicarla a acciones de su vida cotidiana.

Fernanda: Trabajadora Social Industrial a nivel Técnico.

Felipe: CONALEP – Profesional Técnico

Elena: Licenciatura en Ingeniería en Computación

Sebastián: 5to. Semestre de Vocacional

Ché: Licenciatura en Ciencias Políticas

Ricardo: Bachillerato Trunco (2do. Semestre Bachillerato)

Sofía: Secundaria

Rafael: Licenciatura en Derecho

Karla: 3er. Año de Primaria

Yesenia: Secretariado Ejecutivo

Tenemos que en el caso de Sofía y Karla el nivel de estudios máximo alcanzado corresponde al básico, Fernanda, Felipe, Sebastián, Ricardo, Yesenia se encuentran en el correspondiente al medio-superior; finalmente Elena, Ché junto con Rafael se ubican en el nivel superior. Podemos ver que en cada uno de ellos la manera de auto concebirse se ve influenciada por el grado de estudios con el que cada uno cuenta dado que esto tiene un impacto social y laboral. Consideramos que es necesario recabar este dato debido a que aporta información relacionada con el nivel de educación que la persona posee, así mismo puede ofrecer indicativos de cómo se auto concibe el individuo dentro de la sociedad, es decir, si la persona se siente conforme o no, con el nivel educativo alcanzado, por ejemplo el que una persona puede sentirse frustrada por no haber obtenido un grado universitario.

Ocupación:

Trabajo o actividad en que la persona emplea la mayor parte de su tiempo el cual puede o no ser remunerado económicamente. Esta categoría es punto clave en la vida emocional de las personas, ya que es en este aspecto donde se ven materializados deseos y expectativas de autorrealización tanto personal como profesional, se relaciona estrechamente con la economía, es decir, si gano mucho soy feliz y puedo aspirar a comprar objetos que me dan satisfacción. Por otra parte, el impacto emocional que tiene el dedicarse a algo que le agrada a la persona además de que llene sus expectativas ó lo contrario, dedicarse a algo que no le gusta y no le tenga interés, creará insatisfacción y sensación de vacío. La ocupación da una imagen ante la sociedad, una percepción de la persona ante los demás, es decir, no es lo mismo ser médico que ser operador de transporte público puesto que la sociedad no te mira ni te trata de la misma manera.

Fernanda: Empleada

Felipe: Técnico en mantenimiento de equipo de computo

Elena: Administrador de Red, Implementación y Soporte de Servicios

Sebastián: Trabajo por mi cuenta, hacemos reparación de sistemas hidráulicos en el área industrial.

Ché: Prensista en las Mañanas y profesor Adjunto en las Tardes

Ricardo: Empleado de Seguridad

Sofía: Hogar

Rafael: Estudiante

Karla: Hogar, Realiza excursiones, vive de rentas de sus casas

Yesenia: Comerciante

Se puede contemplar que la ocupación actual de Felipe, Elena, Ché, Rafael y Karla si corresponde con los estudios que realizaron, sin embargo en algunos de estos casos se presentan inconformidades ya sea en cuanto al ambiente laboral o bien en relación a la remuneración económica que perciben. Por su parte Sebastián y Ricardo se ocupan en actividades que le son de su agrado a pesar de que en el caso de Ricardo este no aprueba el ambiente en el que se encuentra. Podemos observar que estas situaciones de alguna manera fomentan la aparición del enojo. Finalmente Fernanda y Yesenia, no realizan actividades correspondientes a sus estudios aunque expresan estar conformes con su ocupación actual. Sin embargo, sabemos que esto no las deja exentas de experimentar dicha emoción en un momento determinado, pues el hecho de no dedicarse o trabajar en el área que se deseaba puede ser detonante de cierta inconformidad.

Tiempo libre:

Actividad o actividades que realice la persona en una parte del día con fines recreativos o de descanso, ya sea de forma rutinaria o esporádicamente. Este concepto aparece a partir del proceso de la proletarización que surge a fines del siglo XIX, en el cual con la reducción de las jornadas laborales se creó un espacio en el que el trabajador podía ocupar su tiempo para realizar actividades de ocio, es así como surgen las necesidades de recreación y esparcimiento, con ello el consumismo por parte de los trabajadores y de sus familias¹⁵.

En nuestro país se observa que en la mayoría de las familias la actividad recreativa que se realiza con más frecuencia es ver la televisión, esto a causa de que representa una forma económica de fácil acceso, sin embargo sabemos que genera modelos que promueven el consumismo, la violencia y el sexo.

Fernanda: Basketball, leer un poco y escuchar música

Felipe: Música (Ska), Conciertos, videos

Elena: Cine, leer, ejercicio, nadar, salir a correr, etc.

¹⁵ Aguado Herrera I., Avendaño Amador C. y Mondragón C. Coordinadores, 1999. *Historia, Psicología y Subjetividad*. México, UNAM Campus Iztacala.

Sebastián: Ninguna (Lo dedica a una relación extramarital)

Ché: En mi tiempo libre lo dedico a ver televisión y me ocupo de mis Padres.

Ricardo: Ninguna (En tiempo libre ve televisión y descansa)

Sofía: Su tiempo libre lo dedica a tejer

Rafael: Escuchar música, leer, jugar, salir a lugares culturales, ver programas culturales en la televisión.

Karla: Yoga, caminar, trotar, viajar, convivir con sus hermanas.

Yesenia: Pintura y todo tipo de manualidades.

Se puede percibir que en general las actividades recreativas que practican los entrevistados son escuchar música, ver televisión, algún tipo de actividad física, leer o pasear. Únicamente se observa que uno de los entrevistados (Sebastián) destina su tiempo libre a una relación extramarital. Desafortunadamente este tipo de actividades acaparan tiempo que podría ser destinado para el trabajo personal de cada uno de ellos, ya que el ver televisión por ejemplo impulsa como se mencionó con anterioridad, modelos de violencia y consumismo; provocando así que las personas sean más vulnerables a presentar el enojo, puesto que no adquieren habilidades que podrían ayudar con el manejo del mismo.

Condiciones de nacimiento:

Circunstancias medicas, familiares y sociales en las que se suscito el embarazo de la madre de la persona desde el inicio hasta el término del mismo, así como también al momento del alumbramiento. Si la madre asistió particular y regularmente a revisiones médicas, si estuvo acompañada por su pareja, si recibió apoyo moral, emocional o económico de esta última o de otras personas, cómo vivió y sintió ese evento, es decir si presento miedos, angustias, enojos, impresiones fuertes, alegrías, tristezas, etc. que pudieron haber sido transmitidos al bebe. Si el nacimiento fue por medio de cesárea o parto natural además del lugar donde se suscito el mismo. Cabe señalar que en la actualidad la cesárea se a convertido en una moda medica puesto que evita el dolor de la madre, es común escuchar de aquella persona que esta a punto de dar a luz programarse para dicho acontecimiento, sin embargo este asunto tiene un significado más profundo, puesto que al no darse el esfuerzo por parte de madre e hijo no se concluye el proceso de las emociones, particularmente la del enojo debido a que esta última

implica el atreverse, esto es que la madre o el hijo no liberan la energía que normalmente se produce al momento del nacimiento.

Fernanda:

E- Nos podrías platicar a manera de historia como serían las circunstancias bajo las que se dio tu concepción, la historia de cuando tu mamá estaba embarazada.

R- *¿Desde que estaba embarazada?*

E- Si

R- *Pues, para mi mamá fue este, pues se embarazó luego luego de que se caso y se caso en febrero y luego luego se embarazó de mi, este pues ella dice que fue un embarazo normal que no tuvo ascos que iba este, que dejó de menstruar y fue al hospital y le dijeron que no estaba embarazada que se esperara y ella este seguía sin menstruar y los resultados eran negativos y aún así haciendo el ultrasonido no me dejaba ver pero este los resultados salían negativos pero mi mamá ya con...*

E- *¿Ella contaba con seguro social?*

R- *Mmjj*

E- *¿Cuándo tú naciste, el parto fue cesárea o normal?*

R- *Se le puede decir que normal*

E- *¿Fue parto natural?*

R- *Si*

Felipe:

E- *¿Tu mamá alguna vez te ha platicado como fue su periodo de embarazo cuando te estaba esperando a ti?*

R- *Pues, me platicaba que trabajaba en una casa haciendo la limpieza y este salió embarazada me parece que de ahí, y de ahí desconozco sé que me registró la señora que era en ese caso su patrona y es lo único que se... (Llanto)*

E- *¿Entonces tu mamá estuvo sola mientras te esperaba?*

R- *Sí, estuvo ella sola... vivía con, porque llego de Veracruz, me parece con otros hermanos y vivían por ahí por indios verdes, rentaban un cuarto, un tío y otra tía...*

E- *¿Entonces tu mamá te platico que fue parto normal, no fue cesárea?*

R- *¡ah! No me parece que si, yo fui el ultimo, me parece que si fue cesárea, los tres primeros me parece que fueron parto normal*

E- *¿No sabes en que sanatorio, sí en el seguro o en donde?*

R- *La verdad no, no me acue... no la verdad no, nunca platique de eso*

Elena:

E- *¿Tu mamá te había platicado como fue la historia en el momento en que estaba esperándote?*

R- *No*

E- *¿Hasta donde sabes el embarazo de tú mamá cuando te esperaba a ti fue normal?*

R- *Si*

E- *¿Cómo era su vigilancia médica que seguía? ¿En donde la seguía?*

R- *Pues en el seguro social, ella siempre se atendió digamos como no tenía mucho dinero se atendía en los servicios públicos*

E- *¿Y era el seguro social donde se atendía?*

R- *El seguro social mmjj*

E- *¿Y siempre estuvo apoyada y acompañada por tú papá?*

R- *Así es, en ese tiempo así es...*

E- *¿Fue parto normal o fue cesárea?*

R- *Creo que fue parto normal, no estoy muy segura.*

Sebastián:

E- *... en alguna ocasión tu mamá te ha platicado ¿Cómo fue el proceso cuando te estaba esperando, cuando estaba embarazada de ti?*

R- *Sí como no.*

E- *¿Nos podrías platicar un poco al respecto?*

R- *Sí, mira este vamos a decir que al principio yo fui un embarazo no deseado no, o sea en el aspecto de que mi mamá y mi papá pus tuvieron su relación y, y vamos pus se tuvieron que casar por, por mi causa por decirlo así...*

E- *¿Ella llevaba una vigilancia médica?*

R- *Este mira, como mi abuelita pus fue partera, este, bueno asistía a partos no,...yo nací en su casa con asistencia de una enfermera y, y la ayuda de mi abuelita o sea, o sea vamos yo nací en casa de mi abuelita por decirlo así.*

E- *¿Entonces la que llevaba como que el control era tu abuelita?*

R- *Sí, sí, sí.*

E- *¿Entonces el parto de tu nacimiento fue normal?*

R- *Si fue normal, mira cuando yo nací este, quizá me estaba ya tardando un poco en nacer y mi abuelita prácticamente ó literalmente se subió en su panza de mi mamá para, empujarme a salir afuera no....mi mamá batalló algo para que yo naciera, incluso te digo mi abuelita tuvo que subirse en su panza de mi mamá para, pus para ayudarme a salir, el parto te digo fue normal fue en casa de mi abuelita...*

Ché:

E- *¿El parto de tú mamá cuando te tuvo a ti fue normal?*

R- *Si, si fue normal*

E- *...te pedimos que nos investigaras un poco más sobre la historia de embarazo de cuando tú mamá te estaba esperando ¿No sé si te fue posible hacerlo?*

R- *Pus más o menos en parte, ella si digamos que recordó algo, o sea si me decía que no que fue parto natural....o sea que en mi caso fue parto normal y este bueno cuando estuve como se llama hospitalizado que estuve como un mes, dice que era bueno que fue por una este, como se llama por una neumonía y estuve, y la alimentación bueno digamos que la vigilancia médica pus ya no nada más las citas este como se llama mensuales con el doctor*

E- *¿No sabes si era Seguro Social ó con médico particular?*

R- *Sí, si este aja, estaba asegurada por parte de mi papá, ella, él no la acompañaba quién la acompañaba era una tía no, era que bueno pus igual que era como nuestra abuela no, porque igual también nos estuvo cuidando a nosotros mi papá pus se la pasaba todo el tiempo en el trabajo, ya llegaba noche no, entonces realmente no, él no estuvo digamos propiamente ahí, este al momento de alumbramiento no, como bueno como ya te comentaba cuando yo estaba naciendo pus él estaba con mi tía este buscando los juguetes para, para el resto de mis hermanos*

Ricardo:

E- *...no sé si tengas algún dato, que tu mamá te haya platicado cuando ella te estaba esperando ¿Cómo vivió esa etapa, en cuanto a vigilancia médica, alimentación?*

R- *No bueno de hecho eso si, casi no ó más bien yo creo que nunca he tocado yo ese tema con, no se me ha ocurrido tocar el tema con mi mamá no*

E- *¿En cuanto al parto de tu mamá cuando te tenía a ti si fue normal o cesárea?*

R- *No, normal, por lo que sé normal*

Sofía:

E- *...de cuando tú mamá estaba embarazada de ti, nos podrías platicar algo al respecto, no se si tú mamá te habrá comentado algo...*

R- *Que crees que no, porque no, no, nunca mi mamá me ha platicado nada ni yo le he preguntado.*

E- *Algún dato que supieras por ejemplo algo que se le antojara, en donde naciste...*

R- *...y nací pues en la casa, ahí llegó la partera, en la casa de mi mamá, este llegó la partera y ahí nací yo.*

E- *¿Alguna complicación que haya tenido, ahí al momento de nacer?*

R- *No, namás que después de que ya nací y todo dice mi mamá que era muy chillona, pero súper chillona, no la dejaba hacer nada, nada (Risas)*

E- *¿Entonces ella vigilancia médica como tal no tuvo cuando estaba embarazada de ti?*

R- *No, no ella se aliviaba en la casa namás llegaba la partera*

E- *¿Ningún problema?*

R- *No, todo normal*

Rafael:

E- *Nos podrías platicar un poco la historia de cómo fue el embarazo de tu mamá cuando te estaba esperando a ti.*

R- *Pues el embarazo de mi madre fue, fue, fue bonito porque gracias a Dios me hicieron con amor, gracias a Dios este mis padres son, son en, entre comillado, este felices, y pues mi, mi mamá tuvo todos los cuidados este necesarios, que se debe, que debe tener una madre no, este eh...*

E- *¿Me dices que si tenía vigilancia médica ella?*

R- *Sí, si tenía vigilancia médica.*

E- *¿Ninguna complicación, nada?*

R- *No ninguna complicación, nada, porque yo nací por cesárea.*

E- *¿Estaban juntos tus papás cuando te esperaban?*

R- *Sí, estaban ya casados si estaban juntos.*

Karla:

E- *Entonces cuando, cuando su mamá estaba embarazada de usted no le platico su historia de cómo que se le antojaba...,...no recuerda que su mami le haya platicado.*

R- *No a ella no le platico eso pero dice que, que cuando yo iba a nacer mi mamá se inyecta mucha vitamina y dice ah naciste así muy grande y así como que ya querías y me sientan a comer, dice rápido naciste no, no hubo nada de problemas.*

E- *Nada de problemas... nació usted de parto natural...*

R- *Si, si.*

E- *¿Y entonces usted nació o sea cuando nació habrá nacido en esa clínica ó por medio de partera?*

R- *No partera, mi mamá siempre se aliviaba con partera.*

E- *Mmjj... Entonces cuando estaba embarazada se la paso mucho tiempo embarazada ella, entonces los cuidados que era que llegaba a ir al centro ese de salud ó no tenía*

cuidados como por ejemplo ahora que ya ve que acostumbran los chequeos mensuales, no nada de eso...

R- *Nada, nada.*

Yesenia:

E- ...la historia del embarazo de su mamá cuando la estaba esperando. ¿Qué nos podría platicar de forma general, como lo vivió, si su mamá le ha platicado su historia, que se le antojaba, que le daba asco, todo ese tipo de situaciones?

R- *Bueno lo que me acuerdo que me platica mi mamá, es que cuando estaba embarazada de mí, este dice que, o sea que era un, producto así muy, un producto se puede decir este grande..., ...lo que me llama mucho la atención es que dice que cuando yo iba a nacer, la llevaron a un hospital, y que no le hacían caso, entonces ella ya se sentía muy mal, dice que se recostó en el suelo, y dice que pero así, que (chasqueo los dedos) nació solita, y llegaron los doctores y se impresionaron no, porque, pues por lo regular siempre necesita una ayuda, y este, y que le dijeron pues si se espantaron se sorprendieron, y este pues ya nada más la recogieron la ayudaron le hicieron terminaron el trabajo no, pero dice mi mamá que, que rápido así nació, rápido...*

E- ¿Entonces durante el embarazo tuvo vigilancia médica ella?

R- *No, es que no se usaba eso, incluso yo tampoco...*

E- ¿Entonces a donde llegó ella?

R- *Pues es que ya cuando iba, ya que es... iban a cumplir los nueve meses por decir, ya empezaban mis abuelitos porque, ella este, se separó de mi papá, y se quedó con sus suegros en lugar de sus papás, sí, entonces sus suegros, o sea mis abuelos, ya cuando sentían que iba ya casi ya a tener el bebé, empezaban a buscar donde, y este y ya la llevaban ya cuando se empezaba a sentir mal, ya la llevaban pero igual nunca tuvo atención de nada.*

E- ¿Pero a qué, como a un Centro de Salud la llevaban?

R- *No, no particular como Santa Lucía, aquí hay un sanatorio chiquito aquí en Rivero que se llama Santa Lucía incluso también ahí nacieron mis hijos, y es este particular pero no es muy caro, o sea esta accesible.*

Observamos que los participantes Fernanda, Ché, Elena, Ricardo y Yesenia nacieron bajo circunstancias normales, Felipe y Rafael por su parte nacieron por cesárea. Por último encontramos que Sebastián, Sofía y Karla nacieron sin complicaciones asistidos por partera. Cabe señalar que la mitad de los participantes se desarrollaron dentro de un ambiente emocional aparentemente estable, se observa que de la mitad restante dos entrevistados se encontraron en situaciones de inestabilidad emocional, uno como ya se mencionó desconoce información alguna y finalmente un par de ellos crecieron durante esta etapa con el apoyo emocional de su madre y otros familiares.

Consideramos que la situación emocional en la que se desarrollaron los participantes puede contribuir en la aparición del enojo, dado que se menciona que fue "aparentemente" estable (Fernanda, Elena, Rafael, Sebastián, Sofía), inestable (Felipe, Ché, Karla, Yesenia) y en un caso se desconoce información (Ricardo) lo que permite presumir que probablemente existieron carencias emocionales, por otro lado, en el caso de los entrevistados nacidos por medio de cesárea podemos decir que al no

generarse el esfuerzo que implica un nacimiento natural no se concluyó el proceso de las emociones, principalmente el enojo, debido a que este implica el hecho de “atreverse” a nacer, dada esta circunstancia el pequeño humano no libera la energía que normalmente se produce al momento del nacimiento creando así una predisposición a la ira o como lo fue el caso de Sebastián quién menciona que su nacimiento fue normal sin embargo señaló que su abuela, quién asistió el parto, tuvo que subirse en el vientre de su mamá para ayudarlo a nacer.

Enfermedad neonatal:

Alteración de algún órgano o parte del organismo que haya presentado la persona posterior a su nacimiento o hasta haber tenido un año de edad, es decir sí existió algún padecimiento como infecciones, traumatismos ó cualquier otra complicación en el curso normal de salud. Como vivió y sintió la enfermedad él o su mamá, como la superaron, si experimentaron miedo, angustia, enojo, tristeza, etc. Como la enfrentaron y si existieron o no secuelas.

Fernanda:

E- ¿Alguna enfermedad que haya tenido o algún pormenor mientras estuvo embarazada?

R- *No, nada de eso.*

E- ¿Todo se dio normal?

R- *Sí, para mi sí, para mis hermanos no*

Felipe:

E- ¿Tu mamá alguna vez te ha platicado como fue su periodo de embarazo cuando te estaba esperando a ti?

R- *Pues, me platicaba que trabajaba en una casa haciendo la limpieza y este salió embarazada me parece que de ahí, y de ahí desconozco se que me registró la señora que era en ese caso su patrona y es lo único que sé... (Llanto)*

Elena:

E- ¿Entonces tú no recuerdas de ninguna enfermedad durante el embarazo, ni cuando naciste cuando eras peque?

R- *No*

Sebastián:

E- En el período en el que estabas en el vientre de tú mamá o cuando estabas muy pequeñito ¿Alguna enfermedad, alguna complicación en el parto?

R- *No, no, mira yo cuando, cuando yo nací o sea ahí este hubo una, una especie de asfixia que iba yo a tener me estaban bañando y no sé sí fue el jabón ó el mismo moco el que estaba haciendo que yo me asfixiara y en ese entonces mi abuelita me tuvo que sacar las flemas chupándomelas no...*

E- ¿Alguna otra cosa?

R- *No, nada.*

Ché:

E- ¿Alguna enfermedad que hayas tenido ó alguna complicación de cuando eras bebé?

R- *Bueno yo cuando este bueno este como se llama cuando era chico tuve un este como se llama un principio de leuce... de anemia perdón,...*

E- ¿Esto de la anemia como de que edad estamos hablando?

R- *Qué sería...como a los de entre los siete y diez años*

E- ¿De más pequeño de bebe?

R- *Yo recuerdo que, que, que ella me comento alguna vez que yo estuve hospitalizado no recuerdo exactamente porque que estuve hospitalizado como un mes.*

E- ¿De recién nacido?

R- *De, de un año yo creo cal... más ó menos calculo*

...dice que era bueno, que fue por una este, como se llama por una neumonía y estuve, y la alimentación, bueno digamos que la vigilancia médica pus ya no nada más las citas este, como se llama mensuales con el doctor.

Ricardo:

E- ...no sé si tengas algún dato, que tu mamá te haya platicado cuando ella te estaba esperando ¿Cómo vivió esa etapa, en cuanto a vigilancia médica, alimentación?

R- *No bueno de hecho eso si, casi no ó más bien yo creo que nunca he tocado yo ese tema con, o se me ha ocurrido tocar el tema con mi mamá no*

Sofía:

E- ¿Entonces ninguna enfermedad ni durante, ni antes ni después?

R- *No*

Rafael:

E- ¿Alguna enfermedad antes, durante o posterior al embarazo?

R- *Mmmm no ninguna.*

Karla:

E- ¿De alguna enfermedad que se haya usted enterado que tuviera ya sea usted ó su mamá durante antes ó después del parto?

R- *No, casi yo no era enferma.*

Yesenia:

E- ¿Alguna enfermedad antes o después, durante del embarazo de su mamá que haya tenido alguna complicación?

R- *No eso si no, de, de todos mis hermanos no, siempre fue muy sana mi mamá lo que pasa es que mi mamá, es de pueblo, entonces yo tengo esa idea no, de que la gente de pueblo, o sea esta muy bien...*

En cuanto a esta característica ninguno de los entrevistados refiere haber presentado algún padecimiento o complicación en el transcurso de esta etapa, únicamente dos personas desconocen información al respecto puesto que argumentan no haber comentado nada relacionado con el tema.

Formas de corregir en la infancia:

Modo que la persona refiera en como fue corregido al realizar algo indebido o mal realizado a criterio de quién lo crió o de sus padres.

En nuestra sociedad este aspecto depende de los estilos de crianza, es decir, de la manera en como se educa a los hijos y se les guía, generalmente se puede observar que se repiten patrones heredados de los abuelos a los padres y de estos a los hijos, es decir de generación en generación lo que conlleva a presentar cadenas que repiten la forma de aplicar o no los correctivos. Por otra parte esta establecido en las normas de comportamiento socialmente aceptado que la forma de encaminar a los hijos por la vida se debe basar en el dialogo, la comunicación así como en el respeto, sin embargo, es bien conocido que son pocos los padres que realmente educan bajo estos preceptos, puesto que el modelo utilizado socioculturalmente es a base de regaños, gritos y golpes.

Fernanda:

E- Recuerdas cuando estabas pequeñita que ya tenías un poco más de conciencia ¿de qué manera era que te corregían cuando hacías alguna travesura por ejemplo?

R- *Pues sí, me, si me gritaban o me decían deja ahí eso no se hace, este prácticamente pues siempre tuve buena comunicación con mi papá y digamos que mi papá siempre platicaba conmigo mi mamá era un poco más este, digámoslo así un poco más explosiva y era más dura.*

E- ¿Alguien de ellos te llegó a pegar?

R- *Sí, los dos, mi mamá y mi papá por lo que hacía.*

E- ¿Algún ejemplo que recuerdes?

R- *Como por ejemplo, mi abuela pues este es muy amante de tener sus flores bien y pues de repente nosotros íbamos y sacábamos las flores, pues ya iba y le daba la queja a mi papá y mi papá nos daba un manazo o este le decía a mi mamá, no este fíjate que tu hija me saco la arena o la tierra o que se yo y después pues mi mamá nos jalaba las orejas...*

E- ¿Siempre fue manazo o nalgada o llegaron a utilizar algún objeto?

R- *No, no siempre fue algún manazo y siempre mi papá cuando nos pega no da un manazo, siempre nos dice porque, bueno ahorita ya somos grandes y ya no verdad, pero si nos decía esto no se hace porque tu abuela es así y es asado y este, sus flores no se tocan.*

E- ¿Siempre había una explicación por parte de tu papá después del golpe?

R- *Mmjj*

Felipe:

E- ¿Tú recuerdas de que manera te corregían tus papás cuando hacías algo indebido?

R- *Pues a golpes (risa nerviosa)*

E- ¿Siempre era así?

R- *Mmjj, sí*

E- ¿Quién te corregía?

R- *Mi mama que más estaba ahí pues era la que la que era la que veía que hiciera las tareas que me portara bien... mi papá, mi papá este hubo un tiempo en que nada más se encargaba de dar el puro gasto no no se metía con nosotros...*

E- No sé, tienes algún recuerdo que identifiques en cuanto a que hayas dicho: "yo me acuerdo que tire una maceta y me pegaron", algo que te sea muy significativo...

R- *Una vez este, fuimos al pueblo de mi papá (llanto) y pues haya se acostumbraba a desgranar el arroz, el maíz y pues yo lo tire y si me desprendió todo lo que es de la oreja (señaló el lóbulo de una oreja)...*

E- *¿En un momento te jalo tu mamá de la oreja?*

R- *Mi papá aja el nunca me pego así como*

E- *¿Tu papá tu padrastro?*

R- *Mi padrastro nunca me pegó por que hiciera algo, pero fueron contadas las que me pegó y si pegó bastante fuerte*

E- *¿Recuerdas más o menos cuantos años tenías?*

R- *Si, espérame... como unos cinco o cuatro años (llanto)*

E- *¿Alguna otra vez?*

R- *Otra vez, este, también como mi papá luego rolaba turnos este estaba durmiendo y (llanto) yo grite y se levanto y me pegó (llanto) al grado de que me hice del baño y este... (llanto)*

E- *¿Te despertaste y gritaste, o...?*

R- *No, este, él dormía, en las tardes y yo estuve jugando y lo desperté y si se enoja bastante y me pego (llanto)*

E- *¿Casi siempre te llegaban a pegar con la mano o llegaban a utilizar algún objeto?*

R- *Mi papá fue esa vez, le digo, que fue con la mano, este cuando me llegaban a pegar mi mamá pues con la sandalia, cinturón, fue lo más que me llegó a pegar*

E- *¿Era muy constante que te pegara tu mamá?*

R- *Este, de pequeño si*

E- *¿Más o menos a que edad recuerdas tú que dejo de hacerlo?*

R- *Este, como a los 12 años*

E- *¿Te seguía pegando o definitivamente dejo de hacerlo?*

R- *Este, me seguía pegando pero yo ya no me dejaba, yo le paraba los golpes o me echaba a correr (llanto).*

Elena:

E- *¿Recuerdas cuando eras pequeña, como era la manera en que ellos te corregían?*

R- *Si, mi mamá era así como muy este, lo que pasa es que cuando, cuando yo tenía como tres ó cuatro años mi papá empezó a andar con otra señora, entonces este mi mamá obviamente pues estaba así como muy estresada no, y entonces así como que siempre que nos llamaba la atención era así como que medio agresiva no, por así decirlo, entonces este tú hacías alguna cosa mal pues si te gritaba o a veces te pegaban.*

E- *¿Recuerdas alguna situación en particular de esto que lo tengas muy presente?*

R- *Aja, mira lo que pasa es que yo siempre he sido bien latosa, desde chiquita fui muy latosa o sea era muy, me gustaba andarme metiendo por todos lados y estar haciendo travesuras, entonces yo no sé sí eso le desesperaba mucho a mi mamá que un día este lo que si tengo muy presente es que cuando, de tanta travesura lo que hacía, este me sentó en un sillón (Risas) y me amarro las manos ya ahí te quedas sentada y entonces así como que no me gusto mucho.*

E- *¿Cuántos años tenías?*

R- *Yo creo como unos tres, cuatro años.*

E- *¿Pero nada más te sientó y te amarro las manos?*

R- *Si, si*

Sebastián:

E- Cuando ya eras pequeño vamos a decir en el kinder ¿Recordarás de que manera eras corregido?

R- *Pus mira, este, mi mamá te digo es siempre es una persona muy cariñosa ella, es la que ha estado al pendiente de nosotros todo el tiempo, y este y sí, si nos hablaba con, con groserías..., ...cuando era niño era quizá la misma situación o sea a ver hijo de la chingada levanta esto, quizá lo otro o sea, a veces sí con enojo pero la mayor parte de las veces, pues no era con el afán de ofenderlo a uno..., ...mi papá él era una especie como de persona más, pus más rígida sí tu quieres no, más este pus más dura o sea él, él sí me llegó a pegar sí tu quieres de chiquito, yo siento no era para lastimarme pero vamos él, este pues él vamos me pegaba a patadas no, me pegaba como sí fuera un balón ó como sí fuera un extraño, pues me dejaba caer el pie y pus recargar el pie para que no sintiera el enojo quizá no, pero bueno es lo que yo alcanzó a recordar más ó menos.*

E- ¿Alguna situación en particular?

R- *Pus sí una vez que, que perdí yo creo diez pesos en aquel tiempo fui a la tienda, y este, y regrese y ya no tenía dinero y mi papá este pus ora sí que si se molesto porque yo, supongo que no había dinero en aquel entonces, a demás de que él era un poquitito así como que muy ahorrador, entonces, este, le dolió digo yo en aquel entonces diez pesos pus era bastante no, entons si le dolió que yo haya perdido el dinero y este, y pus me agarro de la oreja me dio una patada y yo me fui llorando por decirlo así.*

E- ¿Pero que de alguna manera hayan dejado alguna huella?

R- *No, ninguna, no para nada, no, no o sea te digo yo adoro a mi jefa con todo mi alma, a mi jefe también o sea, no hay este, alguna especie de resentimiento o algo que haya marcado mi futuro no, no creo eh.*

Ché:

E- ¿Recuerdas cuando eras pequeño, de que manera eras corregido?

R- *Mmm pus a golpes*

E- ¿Nos podrías comentar algún evento ó alguna situación que tengas muy presente ó que recuerdes?

R- *Pues no muy presente pero pus si alguna vez es que pus estábamos bueno que estaba en la calle jugando con los cuates y que pus ya me querían meter y yo no me quería meter entonces un poquito la este como se llama eh la actitud de berrinche de niño de que no pus quiero seguir este quiero seguir jugando un rato más y entons ya mi papá ya me metió a empujones no*

E- A parte de que nos comentas que eras corregido regularmente a golpes ¿Alguna otra manera para corregirte?

R- *Mmm, pues no.*

E- ¿Tu cómo te sentías, qué emoción te daba en ese entonces?

R- *Pues a lo mejor en ese momento no lo sentía no sino ya con el paso del tiempo pus si hubo un, un período de mi vida que fui albergando un cierto rencor hacia mi papá, o sea por ese tipo de actitudes, porque también yo veía que, que bueno que no nada más era conmigo sino que era a lo mejor con el resto de mis hermanos y sobre todo con mis hermanas y, y este con mi mamá en alguna ocasión me llegó este vaya llegue estar presente no, cuando tiene una actitud de ese tipo, entonces ya un sentimiento pues digamos que de rencor en, cierto periodo de mi vida no*

E- ¿Más ó menos a que edad fue eso?

R- *Pues yo creo que a de ver sido todavía a penas hace como unos siete ocho años no, o sea reciente no, o sea yo no mantenía una buena relación con mi papá no, bueno no, nos*

hablábamos lo mínimo, y bueno es a, a, a raíz de que el tuvo un este accidente aquí en reforma...

Ricardo:

E- *¿Ya cuando estabas un poco más grande, desde que tú recuerdes, de que manera eras corregido?*

R- *Pues se me regañaba mucho, mucho porque digo este, digo también es cuestión de aceptarlo no, siempre he tenido un carácter un poco, vamos sí se le puede llamar fuerte, o muy disparate no, no sé, pues siempre si este, si, eran muchas las llamadas de atención que por parte de, no solo de mi madre si no de mi padre también*

E- *¿Eran básicamente regaños?*

R- *No también eran golpes*

E- *¿Qué era más frecuente los golpes o los regaños?*

R- *Ambas cosas*

E- *¿Recordaras algún evento que tengas muy presente de cuando te regañaron y te golpearon o únicamente te golpearon por alguna situación?*

R- *Pues yo creo que eran varias situaciones parecidas no, que era mucho roce con, con mis hermanas, y se originaban discusiones, de las discusiones se originaban, pus los golpes entre nosotros y pues ya lógicamente al llegar fuera mi papá fuera mi mamá pues ya era de, que le diera la queja en este caso le podría decir y pues eran regaños.....ponerme en un plan muy pesado y seguir este provocando a mis hermanas pues era ya cuestión de que me dieran un golpe*

Nota: Se le quebranto la voz mientras contestaba y sus ojos se llenaron de lágrimas, sin embargo contuvo el llanto.

E- *¿Cuándo te golpeaban era con la mano o utilizaban algún objeto?*

R- *Pues yo creo que era, variaba*

E- *¿Era con ambas?*

R- *Si*

Sofía:

E- *¿Cuándo eras pequeña hasta donde tu recuerdes, de que manera eras corregida, cuando te portabas mal ó que no te portaras debidamente?*

R- *Mmm, me pegaban.*

E- *¿Cómo, nos podrías ampliar un poquito más?*

R- *Ay me pegaban bien feo con el cinturón yo me acuerdo.*

E- *¿Quién te pegaba regularmente?*

R- *Mmm los dos, mi papá y mi mamá, porque luego, llegaba mi mamá y luego llegaba mi papá y me acusaban, con mi papá y ya pus me daba y luego ya después mi mamá ya no me daba ya namás mi papá, pero es que era bien traviesa.*

E- *¿O sea te peleabas?*

R- *Si, luego me gustaba jugar mucho canicas con ellos, y si les ganaba y no me querían pagar, "sopes", mmjj y ya luego mandaban llamar a mi mamá y pues ya mi mamá me pegaba, yo decía mamá ya no lo vuelvo hacer, pus no me pegues, no, como de que no, para que no lo vuelvas a hacer.*

E- *¿Y tu como te sentías cuando te pegaban?*

R- *Pus yo creo que ya ni me dolía porque tanto que me pegaban, bueno este entre comillas no, porque, este yo creo que yo sentía más que me regañaran así, que me*

pegaran por eso te digo que ya los golpes ya no me dolían, ay pero cuando me regañaban ¡hijos! Yo estaba llore y llore porque me regañaban.

E- *¿Los golpes llego un momento en que ya no te hicieron?*

R- *No, pus ya no me dolieron.*

E- *¿Y de alguna manera que te infundieran alguna emoción, emocionalmente como sentía esa niña que le pegaran?*

R- *Pues si me sentía mal porque yo sen... yo veía a mis primas, a mis primas no les pegaban y a mi si, si pus si me sentía mal, yo decía bueno y porque me pegaran a cada rato, digo bueno pus si porque soy traviesa no, luego en una ocasión también maltrataba yo a los animales, a los pollos, a los perros, y yo, yo no tenía, mi mamá no tenía pero, los de la vecina se venían para acá y a la casa de mi mamá y este una vez se fue una gallina y me dio tanto coraje que la agarro del pescuezo y andaba yo dando de vueltas con la gallina, la maté, la maté, y ¡uy! esa vez también mi mamá me pego, porque le fueron a reclamar.*

E- *¿Pero ahí que sentías, por que te dio coraje?*

R- *Porque se salto*

E- *¿Se salto a tu casa?*

Nota: *Asentó con la cabeza*

R- *Y dije ah ahorita la voy a agarrar, pero yo nunca pensé que la fuera a matar, pues se murió.*

E- *¿Y así que recuerdes la vez que más feo ó fuerte te hayan pegado?*

R- *Este, una vez que agarre, que le agarre dinero a mi tía, y me quería comprar yo un pantalón ya estaba grande ya iba en la primaria pus ya, yo creo que iba yo como en cuarto ó quinto, como en cuarto yo creo y le agarre dinero a mi tía, pero total que no me compre el pantalón porque dije pus me lo van a ver no...,...entonces si me pegaron bien feo, me pego mi papá.*

E- *¿Y ahí como te pego?*

R- *Con el cinturón, y si me pego pero te digo nunca le dije la verdad, porque nosotros vivíamos ahí con esa tía...*

E- *¿Y cómo te sentías?*

R- *No pus mal, porque yo decía yo pus porque le tenía que hacer eso a mis papás y en donde en la escuela todos se dieron cuenta todos los maestros no, y todo, pero pus como estaba yo chiquilla todo me valía no, hasta ahora pienso y digo ay porque andaría haciendo eso, pero pus no fíjate, desde entonces nunca jamás, nunca jamás en mi vida he vuelto agarrar así o sea que le robe a alguien no, no, no, no, ora hasta me tienen mucha confianza hasta me dan dinero a guardar, "Te dejo la tanda se la das a fulanito" sí, sí, no, nunca, nunca jamás en mi vida, aprendí la lección.*

Rafael:

E- *¿Cuándo eras pequeño recuerdas de que manera eras corregido?*

R- *Pues fui corregido de diferentes formas, eh mi papá pus siempre ha sido una persona muy, muy seria, muy recta, este para mi papá siempre todo ha sido perfección, siempre nos ha corregido con, con ene... con, con la forma en que nosotros tenemos que ser buenos en todo..., ...por otro lado de mi mamá pues ella nos educo con, un poco más con cariño platicando más, este diciéndonos que, que era bueno y que era malo no, yo creo que mi mamá se dio más a la comunicación y mi papá un poco más, más a, a que lo tienes que hacer a fuerzas, así como yo digo.*

E- *¿Pero y que usaba regaños, golpes?*

R- Usaba regaños, su forma de ser es muy agresiva, este con regaños este no, nunca no, un... nunca nos pego, no eso si no, pero si mucho regaño... regaños muy fuertes de que nunca te bajaba de tonto, mmjj entonces este, pus más o menos así fui educado, o sea de, por dos lados dif... totalmente diferentes no, mmjj.

E- De alguna situación en especial.

R- De alguna situación en especial sí, una vez cuando iba a la secundaria este llevaba la materia de matemáticas y recuerdo que en esa ocasión este, si no sacaba, llevaba puro cinco tenía que sacar un diez en el último bimestre, entonces mi mamá, este gracias a ella con, con su forma de platicar conmigo, y estando ella se ponía a estudiar conmigo y todo pude lograr sacar bien ese promedio que necesitaba, pero fue gracias a, a base de, de trabajo, en base a, a la buena comunicación que mi mamá a tenido claro me regaño, me regaño fue lógico pero si recuerdo mucho bien esa, ese caso porque, si este fu... fue el regaño pero fue como un regaño de que tenía que hacer bien las cosas, si me entiendes.

Karla:

E- Se acuerda cuando usted estaba chiquita, hasta donde usted recuerde, como la corregían cuando se portaba mal ó aunque no sé portara mal como la corregían...

R- Pues a mi, a mi no me pegaban pero yo veía que a mis hermanos sí...,

E- ¿Pero entonces cuando usted se portaba mal que, como recuerda que la corregían a usted...?

R- Que, como que no me importaba, no un día si me porte mal porque mi mamá compró un corazón para llevarle a sus compadres..., ...yo tenía muchas ganas de pan, entonces dije le voy a agarrar un pedacito... y me vio mi mamá las boronas aquí, y ese día si me dio tres varazos fuerte y de, cómo teníamos un manzano, corto una vara de manzano y me dio tres, pero yo digo que no, casi a mi no, no, ah y una vez que me comí la manteca porque llegó mi mamá del mercado y así como la manteca la ponían en unas hojas de tamal y yo agarre y dije me voy a ir a comer tantita manteca y le daba un dedo al perro y un dedo a pa' mi, un dedo al perro y un dedo pa' mi y ya que me ve mi mamá "La manteca donde esta" y yo le dije no sé, como no y que haber las manos y yo las manos llenas de manteca ya, y que me pega si me dio 3 varazos duros y al perro también... (Risitas)

Yesenia:

E- ¿Recuerda de que manera la corregían cuando era pequeña?

R- Híjole es que, que cree que ahí si no porque, este casi no me corregían, es que como le digo que como fue creada de abuelitos, este, me consentían mucho, entons para nada me llamaban la atención...

E- ¿Cuándo lo llegaban hacer?

R- Pus cuando me llegaban hacer así como que, nada más era porque a veces no quería comer, este mi abuelita si se enojaba mucho así como que, come porque, "si no comes te vas a enfermar" y cosas así no, y...

E- ¿Y su mamá o su papá?

R- Bueno mi mamá sí, este mi mamá, se enojaba a veces este en el día estaba yo allá un ratito con ella, porque casi no quería estar con ella..., ...cuando estaba ahí con mi mamá, empezaba mi mamá, "este es que tiende la cama, ayúdame a hacer esto", "no, no pus es que ya me voy", "no pus si, ya te vas porque tu abuelita te consiente", "si pus allá no hago nada", o sea no hacía nada, nada, y este y mi mamá si se enojaba..., ... y mi mamá si a veces si se llegaba a enojar, y si recuerdo una que otra vez así que se sacaba la chancla así decía ella, "me voy a sacar la chancla y te voy a pegar", "pus pégame", y se sacaba y me pegaba así por aquí por mi pierna (nota: indico con la mano el lugar) dos, tres y,

agarraba y me salía y ya no le hacía caso y me iba con mis abuelitos, ya sabía que ahí no había problema, porque si llegaba ella y, mi abuelito este estaba ahí y me llegaba a decir algo, uh no mi abuelito se le quería ir encima, y mi abuelita igual porque le digo era súper consentida de ellos.

E- ¿Entonces fueron pocas veces las que la corrigieron?

R- Muy pocas veces.

E- Regaños pequeños por decir así.

R- Sí.

Los golpes fueron característicos como principal o única forma de corregir en la vida de Ché, Felipe, Ricardo y Sofía, en el caso de Fernanda, Elena, Karla junto con Sebastián también se presentaron aunque con menor frecuencia dado que la principal manera de corregirlos era a base de regaños acompañados ocasionalmente de palabras altisonantes. Rafael mencionó que siempre fue corregido por medio de regaños, Yesenia por su parte expresa que debido a que vivió su infancia con sus abuelos fue una niña muy consentida, únicamente cuando llegaba a convivir con su madre era cuando se le corregía con golpes ocasionales. Las formas de corregir mencionadas permiten contemplar como esta categoría coadyuva en la probabilidad de que surja el enojo, debido a que es probable se desarrolle un resentimiento hacia los padres o hacia la vida que posteriormente pueda ser expresado en la vida futura, el caso de Felipe ejemplifica esta idea: "... este, también como mi papá luego rolaba turnos este estaba durmiendo y (llanto) yo grite y se levantó y me pegó (llanto) al grado de que me hice del baño..." es posible observar como a pesar de que el suceso ocurrió en su niñez, para Felipe resulta doloroso evocar ese recuerdo. Así también existe la contraparte en donde la ausencia de correctivos puede propiciar la aparición de esta emoción, un ejemplo lo podemos observar en aquellos niños a los cuales se les consiente demasiado puesto que al acostumbrarse a obtener lo que desean se genera en ellos la idea de que las cosas deben ocurrir a su parecer y al momento en que esto no sucede surgirán las inconformidades representadas en accesos de enojos.

Lugar que ocupa en la familia:

Corresponde a la posición que ocupe entre los hermanos de su familia nuclear, se especifica de mayor a menor o viceversa. Este aspecto va a ser uno de los factores determinantes para la auto concepción del individuo y su desarrollo, debido a que dependerá de la posición que ocupe dentro de su familia para que se determinen algunas características de su personalidad, obligándolos a asumir un rol de responsabilidad, de modelo a seguir, de sustituto de los padres, de comunicador, de conciliador, de obediente, de consentido, etc.

Fernanda:

E- Regresando un poquito al aspecto familiar ¿Cual sería entonces el lugar jerárquico que tú ocupas en tu familia?

R- *Pues es que, no sabría cómo responderte*

E- Eres la primera, la segunda...

R- *Ah pues soy la de hijos, soy la mayor.*

E- ¿De cuantos?

R- *De Tres.*

Felipe:

E- ¿Tus hermanos son más grandes que tú?

R- *Sí, una me parece que tiene como 25... la otra ha de tener como 28 y el otro yo creo que como unos 30 años...*

E- ¿Tú fuiste el último?

R- *El último aja si el más chico*

Elena:

E- Ahora vamos a pasar a otro punto que sería retomar un poco el aspecto familiar, me dices que eres la mayor ¿De cuántos hermanos?

R- *De cinco*

Sebastián:

E- En cuanto a tu familia ¿Cuántos son ustedes y qué lugar ocupas?

R- *O. k. yo soy el, el hermano mayor por decirlo así, somos tres hermanos después de mi viene mi hermana y al final mi, mi otro hermano.*

Ché:

E- ¿Qué lugar ocupas entre tus hermanos?

R- *Soy el este, en casa somos nueve yo soy el penúltimo y soy el más chico de los hombres*

Ricardo:

E- ¿Qué lugar ocupas entre los hermanos ó los hijos?

R- *Soy el segundo mayor*

Sofía:

E- ...Entre los integrantes de tu familia nuclear, padres, hermanos, ¿Qué lugar ocupas?

R- *Segundo lugar*

Rafael:

E- ...De los integrantes de tu familia ¿qué lugar ocupas entre ellos, nada más serías tú y tu hermano?

R- *Aja, yo y mi hermano, o sea sería el, segundo, el segundo.*

Karla:

E- ... ¿Cómo sería, cuál sería el lugar que usted ocupa de sus hermanos, nos decía que eran 12 vivos verdad, pero habían sido 18...?

R- Soy como, como la sexta.

E- La sexta, Ok. O sea sería de los de en medio

R- Mmjj

Yesenia:

E- ...de los integrantes de su familia entre sus hermanos ¿Qué lugar ocupa usted?

R- La segunda.

E- ¿Usted es la segunda más grande?

R- Sí.

Se observa que seis de los entrevistados se encuentran ubicados entre los hermanos mayores (Fernanda, Elena, Sebastián, Ricardo, Sofía, Yesenia) lo que significa que a este grupo regularmente se le atribuyen roles de responsabilidad ante los demás, aunado a que en ocasiones se caracterizan por ser los que ejercen autoritarismo sobre los hermanos menores. A estos últimos regularmente se les tiene en estima de que son los consentidos, los sobreprotegidos al igual que son ellos quienes reciben los abusos por parte de los hermanos mayores, dentro de este conjunto se ubican Felipe, Rafael y Ché. Por último observamos el caso de Karla quien refiere ocupar el sexto lugar de 12 hermanos, quien a diferencia del resto de los entrevistados puede asumir roles de hermana mayor así como también de menor por el lugar que ocupa de entre sus hermanos.

La presente categoría puede contribuir con la aparición del enojo puesto que es en la familia donde se generan las formas de relacionarnos con las personas, aquí es en donde aprendemos a manifestar nuestras emociones; por esto, es que el lugar que se ocupe entre los hermanos va a determinar la forma en que construimos el manejo de emociones y sentimientos.

Etiqueta o estigma familiar:

Calificativo que se le otorga a la persona por parte de su familia o por ella misma para identificarlo y/o diferenciarlo de los demás integrantes, tomando como referencia las acciones al igual que las actitudes que se observen en el individuo, este adjetivo propiciara que la persona se mueva sobre ese lineamiento, es decir que se asuma y actúe con base a este precepto. Cuando estas etiquetas hacen referencia a aspectos negativos pueden generar en el individuo sentimientos de inferioridad, humillación o disgusto, a diferencia de que cuando se asignan títulos alusivos a resaltar virtudes estos contribuirán a cimentar cierto grado de seguridad en la persona.

Fernanda:

E- ... ¿cómo sería la etiqueta que te ponen a ti en tu casa? ...¿tú cual serías y cual le correspondería a tus hermanos?

R- *Pues a mí me han dicho en la casa que cuando no está mi abuela que es la mayor, este las órdenes las da mi mamá sí, cuando no está mi mamá la que sigue soy yo, porque, porque yo les he demostrado este, responsabilidad... mucha madurez..., ...la que toma las riendas en la casa soy yo..., en el caso de mi papá soy su brazo derecho, y de mi mamá pues si este, fui la mayor para ella y éste pues realmente ella confía en mí y este, y así, así se van dando las cosas.*

E- ¿Pero entonces quien serías tú? ¿La responsable?

R- *Pues tengo de todo un poco o sea soy responsable trato de ser madura trato de ser consciente, trató de tener un poco de todo en el momento y también esté como te lo vuelvo a repetir también ellos me caracterizan así como que, este soy un poco neurótica también.*

Felipe: Nota: no se puede definir debido a que no convivió con sus hermanos, se crió como hijo único aunado a esto la poca relación que mantiene con sus padres no le permite saber como lo tienen concebido a él.

Elena:

E- ... ¿en tu caso cuál sería la etiqueta que te correspondería o como te ubican tus hermanos o tu familia?

R- *Yo creo que como la traviesa.*

E- ¿Qué sería como la inquieta?

R- *Como la aventada algo así.*

Sebastián:

E- ... ¿En tu familia como serían este tipo de etiquetas, tú quien serías?

R- *...el más, más, más delicado en el sentido de que vamos, mis cosas son mis cosas y me gusta cuidarlas...,...quizá yo soy el más alegre porque igual y busco el momento para poder este, bromear...,...el más enojón porque también a veces también de cualquier, de cualquier cosa yo soy el que más pronto, se molesta o se enciende no...*

Ché:

E- ... ¿A ti cual sería la etiqueta que te habrían puesto ellos?

R- *Pues a lo mejor en ciertos momentos... era el consentido no...,...y en algún momento pus si a lo mejor de este, cierta rebeldía no, al terminar la secundaria yo ya no quería estudiar...*

Ricardo:

E- ... ¿Cuál etiqueta sería la que a ti te correspondería o la que a ti te correspondió en un momento determinado?

R- *Pues yo creo que el que siempre me han dado no, que soy muy problemático, muy problemático, muy rebelde, que soy una persona que no sabe escuchar.*

Sofía:

E- ¿En tu caso, tú quien serías, cuál sería tu etiqueta?

R- *Pus yo también soy bien enojona, pero cuando me hacen enojar, soy muy buena gente cuando, cuando este todo esta tranquilo, ah, pero que no me hagan enojar porque exploto.*

Rafael:

E- ... ¿en los miembros de tu familia cómo estarían dadas estas etiquetas, quién sería quién?

R- *Mi papá como que el enojón amargado, mi mamá como que la consejera este que siempre te ayuda, mi hermano, como la persona floja este y que nada más ve su, su preferencia y yo pus sería como la persona este no sé que ayuda, soy un poco enojón y a la vez soy muy alegre entonces yo creo así sería.*

Karla:

E- ...en su familia de usted quién sería, qué etiqueta le pondrían...

R- *A mis hermanos...*

E- ¿Usted quién sería?

R- *Cómo que yo quisiera ayudar a todos mis hermanos, como que yo quisiera en lugar de ponerme etiqueta quisiera yo tener para ayudarlos*

E- Una que usted considere...

R- *No yo digo que me gustaría estar alegre*

E- Le gustaría pero no...

R- *No*

E- ¿Entonces qué sería, la triste?

R- *Como, como observando nada más pero... mmm, no tomo opinión en las cartas porque pues hay molestias, por eso yo los observo y...ya.*

Yesenia:

E- ... ¿Su hermano quién sería?

R- *Mmjj el enojón.*

E- El enojón, ¿Usted quién sería?

R- *Pues esta ora si que como dicen esta mal que lo diga pero mis hermanos siempre me consideraron la más inteligente.*

E- ¿Sería como que la intelectual?

R- *Mmjj*

Basándose en las actitudes que muestran los participantes, se les otorgo el siguiente calificativo por parte de sus familiares: “El enojón” figurando en esta categoría Sebastián, Sofía junto con Rafael, enseguida tenemos a “Los rebeldes” (Ché y Ricardo); “La inteligente, la aislada, la madre sustituta o la neurótica y la inquieta” que corresponden a Yesenia, Karla, Fernanda y Elena respectivamente. Por último encontramos a Felipe quién expreso no poder definir un adjetivo hacia su persona debido a que ha sido mínima la convivencia con sus hermanos. Al encontrarnos con estas etiquetas otorgadas a los participantes observamos que en su mayoría pueden fungir como coadyuvantes en la gestación de su personalidad iracunda, pues sabemos que los individuos gran parte de las veces nos comportamos

conforme a lo que nos dicen que somos, es decir conforme al calificativo que se nos atribuye.

Relación emocional padre:

Trato que haya mantenido o mantiene la persona con su padre o tutor, culturalmente el significado de ser la cabeza de la familia representa el ser el proveedor económico y la guía moral, sin embargo el amor existente dentro de esta relación puede ser condicionado en cuestión de la aprobación de los actos y actitudes que como hijo realices.

En nuestra sociedad, se estima que este vínculo debe caracterizarse por una amplia comunicación, respeto mutuo, confianza y amor. Se espera que la figura paterna sea un ejemplo de rectitud, seguridad emocional y económica, sin embargo sabemos que esto no ocurre así, en la mayoría de los casos observamos que el padre pasa la mayor parte del tiempo trabajando para darle a su familia todo lo necesario hablando materialmente, descuidando la parte de comunicación y afecto con los hijos, lo que no significa falta de amor si no que es de esa manera en como les enseñaron a demostrar su afecto.

Fernanda:

E- *¿Y con tu papá cómo consideras que es la relación?*

R- *¡ah! Pus excelente, muy buena, muy buena él siempre ha sido este muy, muy platicador conmigo este, eh bueno como soy la mayor pus se me cargan los problemas no, este tratamos de comunicarnos por teléfono diario sino cada tercer día esté donde esté, hija cómo está la, la situación tu mamá, tus abuelos este qué sabes de tu abuela como está no pues está bien x ó y tu hermano no pus así y así, tu hermana no pus esto y esto y tu, no pus también así y así ¿Y tu papá? no pus hija fíjate que así y así y con mi mamá pus no y este y pus con mi papá digámoslo así de alguna u otra manera él no está físicamente pero trata de, de que por teléfono nos habla y en cualquier momento que nosotros lo necesitemos él está aquí, cualquier problema o así que sea muy fuerte, el está aquí.*

Felipe:

E- *¿Con tu papá con tú padrastro?*

R- *Eh pues a pesar de todo es una persona que yo quiero mucho, la respeto porque este pues ha sacado adelante ora si que a mi mamá y a mi, este a mi me dio una carrera, lo que pudo me lo dio, este, tampoco comunicación así no tengo de que mira me siento triste por esto, nada, nada de eso.*

Elena:

E- *¿Tú papá?*

R- *Mi papá, mis papás ahorita están separados, mi papá se separo de mi mamá como cuando nosotros teni... cuando yo tenía veinte... cuatro años más o menos, y el vive pus con, con su otra familia.*

E- *¿Mantienes alguna relación con él, comunicación o algo?*

R- *Sí, sí, luego a veces nos juntamos a comer o a platicar*

Sebastián:

E- ¿Cómo consideras que es el vínculo que mantienes con tu papá?

R- *Muy buena, mi padre es mi meta a alcanzar es honorable es mi modelo a seguir lo respeto... todo va muy bien con él... él siempre jugó su papel de proveedor, que te puedo decir, por ejemplo cuando mi mamá nos regañaba él se mantenía al margen....*

Ché:

E- ¿Cómo sería el vínculo o la relación que mantienes con tu mamá, con tu papá, con todos los integrantes de tu familia? ...

R- *...en el caso de mi papá es de todas maneras la comunicación es bueno yo creo que no hay tal, no existe no, o sea no lo rechazo si me preocupo por él, oye, estas bien, cómo estas ya comiste, ya te tomastes las medicinas, sí, este oye fi... oye hijo fíjate no pus es que necesito para esto, es que no he cobrado mi pensión, no pus órale ten no...*

Ricardo:

E- ¿Y tú con tu papá como ha sido y como es ahorita?

R- *Pues yo creo que aquí a habido, mmm pues a sido por parte de los dos no, el distanciamiento pus anteriormente pus era bastante no solo pus yo creo que en este caso por parte de él no, porque por lo mismo de que tomaba mucho y no, no había mucha, ni comunicación, ni, ni trato no, y ahora digo que, digo pues gracias a Dios ya tiene años que no toma ni una gota de alcohol, pues como que ya ha habido un poco más de esa, de esa atención, de ese acercamiento no solo de parte de él, sino de parte mía no, el tratar de unirnos un poco más en cuestión a, a la comunicación a comentar problemas, buscarle soluciones, no sé no.*

Sofía:

E- ¿El vínculo que mantienes con tu papá cómo sería?

R- *Con mi papá pus no, casi no la verdad, es, es muy poca comunicación la que tengo, con mi papá porque yo, como que da miedo este, cómo te diré, platicar así con él de, de cómo trata a mi mamá porque yo siempre he tenido ese miedo, no se me ha quitado pero me da miedo decirle que, porqué la trata así, entonces, no nada más ya vine papá y lo saludo y, y sí tenemos así una cosa que platicar él que me platique de su trabajo, o yo le platico de unos planes que tenemos, na... es de lo único que platicamos así, pero casi no y también como casi no esta, mmjj por eso no.*

E- ¿Pero ese miedo porque crees tú que sea?

R- *Mmm, no sé, ni yo lo sé, pero, yo todavía hasta la fecha yo le tengo miedo te digo de, comentarle así cualquier cosa, por ejemplo ahorita, mi mamá tiene seguro y mi papá no la lleva a dar de alta....entonces que namás la empieza a regañar, entonces ese es el miedo que yo tengo, "ay vamos a salir pelando" y mejor no le digo nada.*

Rafael:

E- ¿Cómo sería el vínculo con tu papá, cómo sería la relación, así igual de la misma manera?

R- *No es diferente, con mi papá tengo más, no tengo mucha comunicación, este, no platica conmigo este si me dice buenas tardes buenas noches, eh lo más que me puede decir, este casi no lo veo, es raro cuando lo veo, este y pus siento que es una relación o sea como que cada quien con su parte no, o sea como que, él ha de pensar yo ya lo eduque ya él sabrá lo que hace y lo que no hace, o sea él nunca llega y me pregunta*

como me fue, que hice..., ... como no es muy expresivo él, lo da materialmente, no lo da sentimentalmente, yo preferiría que me lo diera sentimentalmente a que me lo diera materialmente..., ... él es una persona muy reservada, pero nos o trata de dar materialmente entonces eso a mi como que no, como que me desagrada mucho, entonces este por eso trato de llevar una relación, pus un poco más alejada también de él que nunca nos ha enseñado a ser afectivos con él, que siempre es este hola como estas bien, bueno ahí nos vemos, o sea es hola y adiós, es la única comunicación que yo hablo con mi padre todos los días, "hola cómo estas" y "hola y adiós" y ya, es lo único.

E- ¿Entonces tú nunca le expresas tu afecto o rara vez?

R- Pus rara vez eh, es, es muy rara vez a mi papá pus rara vez este a veces si este, no sé su cumpleaños si trato de comprarle no sé, algo no muy costoso, pero algo que a él le guste, o sea por ejemplo el come muchos chocolates, pus comprarle unos chocolates muy buenos, para que él, los, los disfrute no, o sea no darle cosas costosas, sino darle un poco pa... o sea enseñarle a él, como, como se un poco más detallista, que no, no, no, se necesita dar lo más grande, sino con dar algo pequeño es más que suficiente.

Karla:

E- ¿Con su papá?

R- Con mi papá muy bien porque mi papá nos quería mucho, mi mamá como que si nos quería pero, pero pues no, como que mi mamá no era tan cariñosa pero y yo sentía que mi mamá era buena, y nunca como que a mi lo que mi mamá algunas veces que me cuerio ay eso ya no lo tomo en cuenta...

E- ¿Con su papá, su papá era más cariñoso...?

R- Mi papá era más cariñoso nos quería mucho este, siempre nos hacía cariñitos aunque estuviéramos viejos.

Yesenia:

E- ¿Con su papá?

R- No, con mi papá definitivamente casi no.

E- ¿No hay relación?

R- No, porque por ejemplo mi papá es muy de que, lo voy a ver a veces a Guadalajara porque a veces el viene y empieza "no es que veme a ver hija es que no me vas a ver" y yo como que este, "no, bueno voy ir a verlos", entons a veces voy a Guadalajara a verlo, porque ya esta grande mi papá..., ...además que no, no siento ese cariño, ese afecto por mi papá porque nunca conviví con él..., ...porque pus como nunca, namás cuando venía, venía a regañar y a obligarnos a ir al puesto, entons este se puede decir que no tengo un recuerdo ni bueno ni malo, entonces no realmente no siento nada por mi papá, y que cree que ni odio así que yo sienta resentimiento de que nos abandono de niños y eso no, porque como que todo ese hueco lo lleno mi abuelito, entonces como que namás es algo así como la piedra neutra.

Retomando lo que se menciona en la definición de esta categoría se puede señalar que Yesenia, Rafael, Felipe y Ché, argumentaron que no existe comunicación con su Padre, Sofía y Elena señalaron tenerle respeto sin embargo su convivencia es limitada, Ricardo expreso tener la intención de mejorar la relación ya que al parecer no es muy estrecha. En el caso de Sebastián junto con Fernanda son los únicos entrevistados que comenta que la relación con su Padre es buena, caracterizada por la comunicación y confianza existente entre ellos.

Este aspecto puede colaborar de forma determinante en la aparición de la emoción del enojo pues en los casos en que la relación es distante, conflictiva o nula crea en el individuo desconcierto, molestia, dolor, tristeza, etc., generando así la predisposición a dicha emoción, por ejemplo: Rafael señala que su Padre no es expresivo con él, que casi no lo ve aunque viven en la misma casa y que la comunicación es limitada, califica como distante la relación que mantienen, lo cual podría favorecer la personalidad iracunda de Rafael, pues él expresa desear que su Padre le muestre su afecto sentimentalmente y no materialmente como lo ha hecho hasta el momento.

Relación emocional madre:

Convivencia que ha sostenido la persona con su madre, dicha convivencia tiene como base el amor hacia la misma el cual es social y culturalmente incondicional, este se encuentra basado en la representación de la madre de Dios, la Virgen de Guadalupe, además de que es la madre quien lleva en el vientre a los hijos, en nuestra cultura es símbolo de amor, comprensión, apoyo, sacrificio y seguridad emocional, elementos que se presentan indistintamente de las acciones que los propios hijos realicen.

Socialmente la relación debe ser estrechamente afectiva, de respeto mutuo, de comunicación y confianza, se debe considerar a la madre como a una verdadera amiga ya que es ella quien en la mayor parte de los casos va a procurar el bienestar total del hijo. Es importante mencionar también que la figura materna es el primer objeto de amor en la vida y el vínculo que se tenga con ella se traducirá en las relaciones interpersonales del futuro, así como en la manera en que la persona expresará sus emociones y sentimientos a lo largo de su vida¹⁶

Fernanda:

E- Por otra parte ¿Cómo consideras que es el vínculo que mantienes con tu mamá?

R- *Pues no es recíproco.*

E- ¿Por qué?

R- *Porque, pues bueno este de repente yo veo que mi mamá tiene mucha preferencia por mi hermano, esté yo ahorita tengo una madurez no, y de repente me pongo a pensar porque todas las mamás cuando están embarazadas ¡quieren un niño! si las mujeres también somos muy bonitas no, todas, todas..., ...entonces este pus yo me imagino que también cuando yo nací de mí esperaba un niño pero que sorpresa que nací yo..., ...y es algo en lo que este pus digo no es muy bueno no es recíproca, por qué cuando ella tiene la buena voluntad de acercarse a mí, yo no me presto y cuando yo tengo la buena voluntad de acercarme a ella, ella no se presta, no es recíproco.*

¹⁶ Molina Chicano D. *Enfermedades psicósomáticas: la construcción de las varices*, Tesis Licenciatura Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM, México 2006.

Felipe:

E- Nos podrías ampliar un poco más la relación o el vínculo con tu mamá, con tu papá y con tus hermanos con los que mantienes comunicación. Vámonos primero con tu mamá.

R- *Pus mi mamá este pus luego cuando me levanto cuando esta ella me hace de comer a veces platicamos de cómo te fue no pues este trabajando, aja sí, o sea de lo que me pasa personalmente, que a mira este hoy conocí a tal persona este fijate que platique de no, nada así de, de “como te va en el trabajo” no bien este, “no que hiciste” no pus esto y ya y tú no pus en la tienda aja no, no platicamos de lo que nos pasa en si nomás si estamos bien de salud si estamos bien económicamente o sea si yo no necesito dinero nada más o sea no platicamos de cómo nos fue ni nada de eso, aja.*

E- ¿Cómo considerarías este vínculo?

R- *Pues falta de comunicación.*

Elena:

E- ¿Cómo consideras que es el vínculo con tu mamá?

R- *Mmm, pus ahorita si es un poco distante ya casi no, no tengo o sea, no he tenido tiempo, no he tenido mucha relación, así de que la vaya a ver pus no, no lo que pasa es que por el tiempo porque por ejemplo los... te digo como los sábados me dedico a este, toda la semana trabajo y luego el sábado ando con mi pareja o ando haciendo cosas para mi y el domingo pus me dedico a mi casa, a veces la llevo a ver cada quince días o a veces cada tres semanas, pero si le hablo por teléfono, si tengo comunicación...*

Sebastián:

E- ¿Cómo era la relación emocional en aquel tiempo? Por ejemplo ¿Algo que te hayan comentado de su noviazgo, como se llevaban ellos?

R-... *ellos hasta la fecha viven bien, yo siento que mi mamá adora a mi papá, mi papá también adora a mi jefa y vamos, mi mamá es una persona muy cariñosa, muy ¡ pus es mi jefa no!, o sea nos, nos quiere mucho a todos, nos adora mucho a todos y este y es como todo no, no falta la mamá que quiere tratar de arreglarte tu vida pero pus a fin de cuentas tu no te dejas, pero este de que es cariñosa, es cariñosa, es la jefa más linda que cualquiera pudo haber tenido.*

Ché:

E- ¿Cómo sería el vínculo o la relación que mantienes con tu mamá, con tu papá, con todos los integrantes de tu familia? Empecemos con tu mamá.

R- *Este bueno yo me relaciono con ella de, de cómo se llama de una manera muy afectiva no, o sea yo con ella soy muy cariñoso la, la este cuido, la este procuro, hablo, hablo mucho con ella, le platico mis cosas, este que se siente mal pus trato de cómo se llama de cómo se llama, levantarle el ánimo no, diciéndole bueno mira si, la verdad este pus si estas mal, pero piensa que hay gente que, ni siquiera puede caminar tu por lo menos caminas con un bastón y con mi ayuda no, hay gente que no puede mover una sola mano, cuantas veces haz entrado a urgencias y haz salido, cuanta gente no haz visto morir a tu alrededor, este no sé un poco levantándole el ánimo no...*

Ricardo:

E- ¿Cómo sería el vínculo que mantienes, bueno, en general con todos los miembros de tu familia pero vamos a empezar con tu mamá, como sería el vínculo que mantienes con ella?

R- *Híjole... pues yo creo que, pues ahorita digo ahorita ya el, el tratar de, de acercarme a ellos de, de que vean que bueno especialmente con mi mamá, de que vea que pues que he cambiado un poco en, en cuestión a lo que piensan de mi no que soy una persona que no sabe escuchar, que soy una persona conflictiva, y, pues tratar de cambiar todos esos aspectos se podría decir no, y para llegar a tener un poco más de, de acercamiento en este caso, con, con mi madre.*

E- *¿Cómo era?*

R- *Pues anteriormente, como si fuéramos extraños, bueno pues yo lo sentía así, como lo comente en un principio y hasta, ahora hasta, hasta la fecha yo no me siento, gran parte de mi familia no, digo yo eso se lo he manifestado a mi, a mi esposa, o sea ha habido ocasiones en que, yo me he llegado a sentir como si fuera una persona que, que recogieron de la calle, que lo adoptaron o que lo... que lo criaron nada más por lastima no.*

E- *Entonces el vínculo en general podríamos llamarle que no tienes acercamiento hacia ella, comunicación...*

R- *Pues si, se podría decir*

Sofía:

E- *¿Cómo es el vínculo que mantienes con tú mamá?*

R- *¿De cómo me llevo con ella?*

E- *Mmjj ¿Cómo es su relación de tu mamá contigo?*

R- *Pues, pus es bonita pero, a la vez luego muchas cosas no me parecen así de ella, porque como que yo siento que ella tiene sus consentidos, que viene siendo mi hermana y, una de mis cuñadas.*

E- *¿Y eso cómo tú lo sientes?*

R- *Ah porque por ejemplo, mi cuñada este, que no, ay se me antojo comprar esto pero no tengo dinero, y ya mi mamá saca, "cómpralo" o ay Karlita quiere esto, mi sobrina, y le dice "pero no tengo dinero" y ya ahí lo saca, y yo siento que de esa manera este mi mamá, es su consentida no...*

E- *¿Pero si platican, es buena la comunicación?*

R- *Si, si platicamos, si mi mamá me platica sus cosas, yo para que te voy a decir yo no le platico todo, porque pus, le platico lo bueno pero lo malo no (Risas)*

E- *¿Pero porqué?*

R- *Porque no, porque yo siento que, que le voy a dar así preocupación no, que se va a estar preocupando y eso, mejor no le digo nada.*

Rafael:

E- *¿Cómo sería el vínculo que mantienes con tu mamá?*

R- *Vínculo pus es, es, es yo tengo con ella un vínculo como de, amor es incondicional siempre ha estado conmigo siempre me ha apoyado, siempre trata de, de decirme que es bueno y que es malo, si tengo algún problema ella conmigo lo soluciona a veces este me consiente mucho, este, no sé llevo muy, muy buena relación con ella demasiada.*

E- *¿Tú cómo le expresas tu cariño y cómo eres?*

R- *Yo como me expreso con ella, pus trato de no sé de, de hacerle un detallito ya sea una carta eh le compro, lo a veces le compro flores, este no sé le compro el CD de su cantante favorito este no sé, ayudarle a ella eh en, si necesita que alguien la lleve a algún lugar yo estoy en la mejor disposición de ir por ella y recogerla, este apoyarla también mucho, da me da muchos consejos, este platico mucho con ella de muchos temas, este, que más la abrazo mucho le digo que la quiero, en las cartas que, que le escribo ya sea*

de su cumpleaños o cosas así, este le pongo que pus para mí es una pers... es la persona más importante de mi vida, que gracias a ella yo nací este y pus para mí significado muy importante.

Karla:

E- Usted se llevaba bien con su mamá...

R- Sí, mi mamá luego le llevaba así iba yo y ella me decía quédate hija y yo decía no mamá es que Lorenzo ya va llegar así o en la noche o también el esposo me decía no vayas a ver a tu mamá "voy a ir a ver a mi mamá" "ya te dije que no" ya le decía yo desobediente me voy a ver a mi mamá hasta la Nueva Aragón en un coche y luego, ya media hora y ya me venía, llegaba mamá como estas te traje esto ay hija que bueno vino tu hermana, y ya te hago un cafecito no mamá no me hagas café ya me voy es que se me hace tarde es que ya va a llegar Lorenzo, es que Lorenzo como se va enojar y ya digo de todas maneras me dejo y mi ma se murió y ay... que tonta.

Yesenia:

E- ¿Cómo sería el vínculo que mantiene con su mamá actualmente, así a grandes rasgos?

R- Híjole es que si, ese si esta mal porque casi no frecuento a mi mamá.

E- Vamos a sintetizarlo ¿sería poca comunicación?

R- Muy poca.

E- Muy poca, ¿qué otra cosa?

R- Lo que pasa es que como vive con mi hermano, entonces ahí es como que una barrera, si , entons no voy siempre me justifico, no voy con mi mamá porque ahí esta mi hermano y empieza a pelear, no lo aguanto entonces por lo regular nada más casi luego voy a al puesto pero así como que, muy pocas veces porque luego yo también no me muevo de mi puesto, y mejor luego mi mamá me va a ver a mí, si, y a parte porque casi no se me da porque, como que yo quería más a mi abuelita.

Rafael, Sebastián y Ché argumentan en cuanto a este aspecto que existe una relación maternal bastante estrecha la cual se basa en la comunicación, confianza y el amor principalmente. Sofía señala que en general la comunicación y confianza con su madre es buena, Ricardo esta procurando mejorar su relación con ella, pues anteriormente era muy escasa. Elena comenta que es buena pero la convivencia es un poco distante, finalmente Fernanda, Yesenia y Felipe mencionan que existe falta de comunicación entre ellos puesto que se han presentado situaciones que han propiciado el distanciamiento. Se puede contemplar que en esta categoría se encuentran algunos detonantes que podrían propiciar la aparición del enojo, una situación que ilustra esta idea es la relación de Ricardo con su Madre, en donde se observa que el hecho de no tener una buena relación de este tipo, llega a incomodar a la persona con gran magnitud, al grado de sentirse ajeno a la familia, rechazado, "como un extraño"; puesto que el ambiente se torna tenso provocando además del enojo, sentimientos de tristeza y resentimiento.

Se encontró así también que la mayoría de los entrevistados mantienen buena relación con alguno de sus progenitores o tutores, ya sea con su madre o con su padre lo que puede generar en ellos un desequilibrio

emocional debido al rechazo, falta de comunicación, conflicto, etc. que exista con alguno.

Relación emocional hermanos:

Tipo de convivencia que ha mantenido o mantiene la persona con su (s) hermano (s), esta va a depender del lugar jerárquico que ocupe dentro de los hermanos dado que socialmente el ser el hijo primogénito varón no es lo mismo que ser la hija primogénita, debido a que en el primero recaen responsabilidades propias a ser el sustituto del padre como la manutención y ejemplo moral, en el segundo caso regularmente recaen responsabilidades concernientes a ser la sustituta de la madre como lo es el cuidado del resto de los hermanos y las actividades domesticas, al igual que el ser hijo menor trae consigo la implicación de que el resto de los hermanos mayores cometerán abusos en su persona. Culturalmente debe ser un lazo de lealtad, comunicación, hermandad, apoyo y comprensión, este se va a reforzar en ocasiones con aquel con el que el individuo se identifique en sus formas de pensar, gustos, etc. sin dejar a un lado la relación con el resto de los hermanos.

Fernanda:

E- ¿Con tus hermanos como sería el vínculo?

R- *Pues con mi hermano no..., ...prácticamente también es muy efusivo y como hay veces que hemos tenido pequeños altercados, porque es muy descuidado, no atiende su cuarto yo me pongo a discutir con él..., ...él pelea mucho con la chiquita pero porque, dice que nosotros la tenemos muy mal acostumbrada, y este pus por ser la chiquita según no, pero este no, o sea nosotros al contrario la jalamos más porque decimos sí uno ya se desbalago el otro no y este yo con la chiquita lo que no hace mi mamá de platicar con ella de decirle..., ...platique con ella de que podía salir embarazada, este platico con ella de que no, agarre cosas que no son tuyas, platico con ella que, o sea todo lo que ella tiene que saber, yo lo hablo con ella.*

E-¿Tu mamá lo hizo contigo?

R- *No, no,...*

Felipe:

E- ¿Con tus hermanos con los que llegas a tener contacto o has llegado a tener?

R- *Con mi hermano mayor el que le digo que de parte de mi papá con el que viví bastante tiempo, este pues era de que me pegaba, este, mi medio hermano de parte de mi papá es el más grande de mi padrastro.*

E- ¿Cuántos años tiene él o cuantos años te lleva?

R- *Yo creo tendrá uno 27 yo creo más o menos la verdad no,... y este le digo que me pegaba este y yo no le tenía ningún apoyo hacia él de que ayúdame con una tarea ayúdame... él nunca fue un hermano mayor para mí...*

E- ¿Te pegaba seguido?

R- *Pues jugando a veces me pegaba a veces me ignoraba o me hacia a un lado, o sea como que no era su hermano, bueno pues no era su hermano pero pus tampoco este nunca un cariñoso hacia a mí nunca lo hubo.*

E- ¿Consideras que le podrías tener algún rencor a él?

R- *Rencor hacia él no, no, rencor no porque tampoco me quito ni me hizo nada, yo también olvido el aspecto de que me pegaba y las personas que no me llegan así de que digo que los quiera mucho, pues se me olvida, pero las personas que sí, de las cuales yo confío y todo, si les guardo bastante rencor.*

E- ¿Con tus hermanas si mantienes relación?

R- *Este con la de parte de mi papá este como se fue ella por su cuenta igual se fue como una ladrona, este ha hablado pocas veces con mi papá nada más, de "ah bueno me pasas a mi papá, ah sí", no sé su estado ahorita, creo que tiene dos hijos no sé de cuanto, las de parte de mi mamá, este la que vive en Querétaro no tengo comunicación, ella le tiene le guarda rencor a mi mamá, la que vive en Veracruz y que es enfermera este con ella si eh convivido un par de veces, como tres veces y siento que si hay ahí un cariño de hermanos, no le guardo ningún rencor a ninguno de los tres porque pues no me corresponde a mi, este si, si me hicieran algo o le hicieran algo a mi mamá si sacaría la cara por ella, pero mientras no, mi relación es normal como un hermano, este si la quiero bastante a la de enfermería, a las otras no las he convivido no puedo expresar un sentimiento hacia ellas.*

Elena:

E- ¿Cómo consideras que es el vínculo con tu mamá?

R- *...a veces la llevo a ver cada quince días o a veces cada tres semanas, pero si le hablo por teléfono, si tengo comunicación, y con mi papá también ya así y con mis hermanas también.*

E- ¿Con ellas también es un poco distante la relación?

R- *Últimamente sí, o sea digamos que nos vemos cada quince días, para mi es distante porque antes nos veíamos más seguido o sea cada ocho días.*

E- Pero es distante, sin embargo cuando se ven ¿existe buena relación?

R- *¡Ah! Sí, excelente una excelente relación.*

E- Si se cuentan sus cosas...

R- *Sí, sí nos contamos o cuando hablamos por teléfono si nos platicamos lo que ellas hacen, lo que yo hago, si, si hay buena comunicación.*

Sebastián:

E- La relación con ellos ¿Cómo es?

R- *...este con mi hermano o sea con mi hermano a sido un poco apartado porque él desde que éramos niños siempre, pus él le gustaba como que las cosas fáciles no, vamos si me veía dinero pus me lo bajaba si veía cosas que tenía yo y las podía vender pus iba y las vendía, tampoco tengo ningún resentimiento con él pero estamos un poquito separados vamos a decir, si nos vemos nos saludamos bien, este convivimos un rato a gusto no tenemos ningún problema, con mi hermana, con mi hermana hay más, más es más apegada a nosotros quizá, quizá porque vive con mi mamá quizá porque yo voy cada ocho días a ver a mis jefes y ella esta ahí, entonces este pus nos llevamos bien, hay buena relación, no, no tenemos ningún, ningún conflicto nos hemos peleado..., ...un enojo con mi hermana no puede durar más de media hora..., ...vamos nos enseñaron a ser unidos desde, desde chiquitos, desde niños por decirlo así.*

Ché:

E- ¿Cómo sería el vínculo o la relación que mantienes con tu mamá, con tu papá, con todos los integrantes de tu familia? ...

R- ...con mis hermanos a la mejor es este un tanto cuanto más este eh, fría no, digamos o sea no indiferente, si nos hablamos si van a, a la casa o yo voy a verlos y este platicamos no, pero no es muy constante y en el caso de mis hermanas a la mejor por este cuestiones de género realmente no he platicado mucho con ellas no.

E- Por ejemplo ¿Y cómo te hace sentir a ti el hecho de que con tus hermanos casi no haya convivencia y con personas por decirlo de alguna forma, ajenas a tu familia haya más comunicación, más relación?

R- Yo lo veía este al principio como algo normal, yo como se llama suponía que todas las familias eran así que no, que no había una comunicación entre hermanos, pero con el paso del tiempo y con algunos problemas que pus empezamos a tener en común, o este o bueno ya en el caso de mis papás, o de que yo me enteraba que ya a uno de mis hermanos ya le había pasado algo y pus ya hablaba o iba a verlo, oye porque no nos avisas no, entonces ahorita digamos que a la mejor el vínculo como que se estrecha un poco más no, ahí de repente que tenemos un problemita pus lo platicamos no, a ver de que manera nos podemos echar la mano mutuamente, pero como que no lo considero malo no, o sea porque bueno durante mucho tiempo este yo lo vi como algo normal no, para mi no era, no era este fuera de lo común el hecho de que, de que a veces ni, ni siquiera los buenos nos dábamos no.

Ricardo:

E- ¿Con tus hermanos?

R- Pues mis hermanos no creo que haya cambiado mucho.

E- ¿Cómo sería?

R- Mmm porque pues para ellos como comentaba hace rato yo soy el que siempre ha co... ocasionado los problemas en la casa, desde que, desde que era chico hasta el momento en que me case, desde el momento en que eh la vida que lleve con, con mi ex pareja, eh las situaciones que se generaron, desde el momento de la separación este ahora lo que se esta suscitando con los niños, y como todo viene relacionado en cuestión a mi persona, y que en ellos lo, yo siento que ellos lo, lo siguen manejando igual no, o sea que yo soy una persona conflictiva, una persona problema no.

E- ¿Es distante entonces, siempre ha sido distante?

R- Pues si, básicamente

Sofía:

E- ¿Cómo sería el vínculo que tienes con tus hermanos?

R- Pues también es este, tenemos buena relación entre comillas no, porque como también tienen su genio no, no, este como te diré no, no convivo así mucho con ellos no, no namás los saludo te digo y pus comemos juntos pero así no, solo con mi hermano el mediano él si, tengo más relación con él, más comunicación con él si.

E- ¿Con los demás ya no tanto?

R- No, ni mi hermana menos, sería un poco más distante con los demás.

E- ¿Con tu hermana menos porque?

R- Porque por lo mismo de que ella tiene un carácter bien feo y yo no, no.

E- ¿Es mucho más enojona que tú?

R- Es más enojona.

Rafael:

E- ¿Con tu hermano cómo sería la relación?

R- *Mira con mi hermano este pues, es una relación buena platicamos este, a veces platicamos mucho este, nos llevamos muy bien tratamos de, de apoyarnos mucho este, no sé me gusta a mi por ejemplo a mi me gusta estar con él no sé porque pero siento que es, yo se que es como, como , como mi alma gemela mi hermano porque yo, yo a mi hermano siempre lo he tomado como de, de prototipo no, o sea él es una persona estudiada y yo de ahí he querido crecer así.....y si llevo muy, muy buena relación con él, o sea de amistad, de cariño.*

E- *Se comunican, le cuentas tus cosas.*

R- *Me comunico, si a veces le cuento mis cosas a veces él me cuenta sus cosas, o sea es una relación buena.*

Karla:

E- *¿Entonces entre las personas que más frecuenta y que son importantes para usted?*

R- *Que podría decirle, mis hermanas, voy a verlas y, namás porque nos llevamos bien, así pero que sean tan importantes para mi pues, sin ellas no puedo vivir no porque soy independiente, me gusta ser dependiente a mi, entonces, las veo para convivir con ellas, eh pero nada más, no dependo de ellas, de que o sea, me meta con ellas no, no... Digo vámonos... voy a pasar un rato contigo, ó vamos a salir, vamos a comer pero.....pero hasta ahí a mis hermanas también les hablo pero hay cosas que no me gustan de ellas, entonces, o ellas me hablan ¡ven vamos acá! ¡para que te quedas sola ahí! Y no, pero así que sean no ah, pues no para mi es importante Dios para mi, aja.*

E- *¿Otro?*

R- *Mi hermano Toño él cuando me ve yo siento así, casi no viene él, pero si cuando voy me dice ¡ay hermana que bueno, que viniste! Pero yo namás lo voy a ver cada año también, pero luego me, así como que me quiero, se me quieren temblar la tristeza le digo, bueno ya le llevo un regalo a mi hermano y él nunca viene ni siquiera me habla por teléfono, me dice Karla como estas fue tu cumpleaños, y yo si voy, si me acuerdo de él y digo cuando fue tu cumpleaños vine a verte, ¡ah que bueno manita pásate mira Clara vino mi hermana! Pero digo bueno, mi hermano no tiene tiempo anda ocupado y así justifico pero digo bueno él sabrá voy y me siento a gusto como mi hermano Toño, con mi hermano Cande que vive en Poza Rica le da gusto pero es como muy seco ¡ah manita como has estado! Este ¡manito vine a verte! ¡Ah que bueno que viniste! Y así como están, y como han estado y ya, y ya namás hasta ahí agarra y... y yo voy con su suegra y convivo con su suegra porque mi hermano pus casi no habla...*

Cómo que yo quisiera ayudar a todos mis hermanos, como que yo quisiera en lugar de ponerme etiqueta quisiera yo tener para ayudarlos y no así como que no tuvieran tantas limitaciones este... hay unas hermanas que no se llevan bien, este, noto como que no, no, me ven bien no me quieren, yo noto pero... me hago la loca y no les hago caso.

Yesenia:

E- *¿Con sus hermanos en general como sería la comunicación, vamos a decir mucha comunicación, poca comunicación...?*

R- *Poca.*

E- *Con todos en general*

R- *Con todos en general, poca comunicación.*

E- *¿De afectuosos, o que haya alguno con el que si sea afectuosa?*

R- *Bueno con el que más siempre me llevé, fue con, con el que sigue de mi con Juan, pero últimamente que le digo que pus él fue el del problema que su mujer tenía la relación con mi esposo, entons ahí como que él también este, se puso agresivo conmigo y como*

que todo eso a mi me afecto también porque ahora ya casi ya no lo busco igual, entonces ya es muy poca la comunicación, con mi hermana casi también no es así no, porque este como es muy diferente igual a mi este no me llevo bien con ella, y el otro como es bien enojón menos, entonces es como que ya ahorita ya casi no tengo mucha relación con ellos, pero digo bueno nos hablamos, nos sobrellevamos, eh nos respetamos se puede decir no.

Considerando lo mencionado en la definición de la categoría sobre el que la relación con los hermanos debe ser de apoyo, comprensión, lealtad, etc. encontramos que entre los entrevistados Rafael fue el único en argumentar que la relación con su hermano cumple con esas características. Felipe y Ricardo por su parte señalaron que es distante, puesto que no existe comunicación ni convivencia, se encontró que Ché así como Yesenia mantienen poca convivencia y comunicación al igual que Karla únicamente con la diferencia de que la convivencia de esta última con sus hermanos es más constante.

En el caso de Elena y Sofía en general presentan buena relación y comunicación sin embargo es poca la convivencia. Por último observamos que Fernanda junto con Sebastián coinciden totalmente en el tipo de relación que mantienen con sus hermanos debido a que comentaron, que con su hermano existe poca comunicación y con su hermana es más estrecha la relación, esto coincide con el hecho de que en las familias las personas se identifican más con alguno(s) de su(s) hermanos que con los demás, debido a que comparten ideas, costumbres, gustos, etc.

La presencia del enojo va a ser influenciada de acuerdo al tipo de relación que se tenga con los hermanos ya que no se experimentara de la misma forma en una relación de mayor apego que en una conflictiva, esto se puede mostrar con la relación que mantuvo Felipe con su hermano mayor debido a que argumenta que este último le pegaba o no lo apoyaba, en sus palabras “el nunca fue un hermano mayor para mí”.

Relación emocional amigos:

Relación que se ha tenido con aquella (s) persona (s) con la (s) cual (es) presenta o presento un vínculo bastante estrecho y de quien espera poder mantener comunicación constante además de apoyo incondicional, mismo que al no ser entregado puede ser considerado como falta de lealtad.

En el ámbito social en el transcurso de la vida podemos encontrarnos con este tipo de personas con las que se pueden compartir vivencias, gustos y afinidades; estableciendo vínculos afectivos de importancia, en donde existe la camaradería, el apoyo incondicional, la complicidad y la comunicación. Culturalmente un amigo es aquel que demuestra solidaridad, sinceridad, respeto, confianza, cariño, apoyo incondicional además de tener intereses en común, cabe mencionar que la

mayoría de las personas son muy selectivas con sus amistades debido a que prefieren que cubran gran parte de las características ya mencionadas.

Fernanda:

E- En este tiempo de estudiante las relaciones emocionales que estableciste con amigos, con novios, con docentes, bueno ya nos comentaste un poco ¿De qué tipo eran y como las expresabas, como eras con ellos, cómo te relacionabas?

R- *...yo siempre he sido una persona muy compartida pero también he sido una persona este, que digámoslo así que si hay algo que no me gusta me alejo de ese grupito, o simplemente hay veces que éste, estoy sola pero no es por que yo sea una individualista no, sino que hay veces que necesitas estar tú sola, esté en la Secundaria pus si desgraciadamente tuve muchas amigas que, que me pedían favores, que me decían sabes que fulanita de tal me dijo algo y ayúdame y pus ahí va Fernanda y no y agárratela y los reportes y los citatorios no, por culpa de las amigas...*

Felipe:

E- ¿Con tus amigos como serían tus vínculos?

R- *Este tengo muchos, muchos amigos, este otros me quedran, otros no pero como no necesito de ellos, o se a les hablo y nunca les este, este les niego nada así me pidan "no sabes que necesito que me hagas este favor" y yo se los hago no espero nada de ellos ni, ni y el día que yo pido si no me lo pueden pues ni modo, pero o sea yo hacia ellos no, no les tengo ningún rencor pero si tengo bastantes amigos.*

E- ¿Con los más allegados como sería tu relación?

R- *Este, es un, un niño que, vive ahí en mi casa, tiene die... va a cumplir 16 años, él también llegó como a los 2 años, él tenía dos años y ora si que junto conmigo estuvo, jugo conmigo, este platicamos de cualquier cosa, o sea le tengo bastante confianza a él, él este es como mi hermano yo lo ayudo en sus tareas yo le echo la mano, si necesita igual no económicamente pero si le presto a veces dinero o el me presta, este le regalo ropa, él igualmente el día de los cumpleaños.*

E- ¿Él es como tu mejor amigo?

R- *Aja.*

Elena:

E- ¿Con tus amigos como consideras que es la relación?

R- *Mmm pues yo digo que buena, de hecho yo no, o sea soy muy selectiva, o sea no tengo muchos amigos pero los pocos que tengo pus si trato de ser así, o sea si los puedo apoyar en algo los apoyo, o sea yo creo que es buena la relación, o sea platico con ellos, cotorreamos, cuando podemos vamos a comer juntos.*

Sebastián:

E- ¿Cómo eras con tus amigos, como expresabas tus emociones, como eras tú para con ellos?

R- *Mira yo me considero una persona que, que hay una canción que canta Gerardo Reyes que dice que se quita la camisa por un buen amigo, yo soy de ese tipo de personas yo si tengo una amistad le brindo todo mi cariño, todo mi respeto, todo mi amor si tu quieres, este en el sentido de que bueno pus si tiene alguna preocupación trato de echarle la mano, si tiene algún problema pus trato de estar con él, si tiene alguna bronca este pus ayudarla a solucionar lo que, lo que te comentaba no, o sea este para mi un amigo, un amigo, un amigo llega a ser parte de mi familia, y si alguien se mete con esa*

persona es meterse conmigo no o sea, digo yo soy me considero una persona que este, pus que da todo por una persona a la que a la que puedes estimar, llámese amigo, llámese primo llámese familiar, llámese tío o sea la persona allegada a mi este vamos yo la tomo como que muy en serio no, o sea llegan a ser parte de, de mi familia meramente.

Ché:

E- ¿Con tus amigos cómo sería el vínculo?

R- *Siento que hay, bueno que es más estrecho no, este bueno ya en el caso de los de la facultad porque pus bueno, pus igual tenemos intereses comunes este tenemos la misma materia tal vez y la misma manera de pensar este, digamos un tanto cuanto la edad, entonces siento que hay una comunicación más fluida no, o sea pero es curioso digamos que este que casi no platicamos mucho sobre la familia no, sino pus hablamos igual ahí no pus que mi chava, que mi bueno que anduve con tal, o este eh como se llama de las clases no, platicando de política o comentando lo de un maestro, etcétera, etcétera, pero siento que la comunicación es más este, más fluida no, más dinámica, más recíproca.*

Ricardo:

E- ¿Con tus amigos?

R- *Pues amigos yo creo que para hablar de amigos, el único amigo que llegue a tener tiene años que no lo veo, años, te digo amigo porque, pus yo creo que amigo es el que se preocupa por ti, amigo es el que tiende la mano cuando tienes algún problema, amigo es el que, si te ve decaído ó, cualquier situación que estés pasando siempre esta contigo, y vamos como se podría decir, eh cuates pus, por todos lados no, pues procuro tener una relación buena con toda la gente en sí, evitarme problemas evitarlos.*

E- ¿Con esta persona que nos comentas como era el vínculo que mantenías con él?

R- *O sea una, una comunicación constante en ocasiones cuando no llegábamos a, pus a vernos, era de estarnos hablando por teléfono...*

E- ¿Existía bastante unión?

R- *Pues si, exactamente*

Sofía:

E- ¿Con amigos, con amigas, cómo es tu relación?

R- *Pues es que la verdad yo no tengo amigos, ni amigas, amistades nada más, porque pues yo no los puedo llamar amigos ó amigas, nada más amistades.*

E- ¿Ninguna persona cubre el perfil que tú pides para que alguien sea tu amigo?

R- *Ah no, no, no, no, porque yo siento que, que, no sé pus que aquí en esta vida no hay amigos ni amigas (Risas)*

E- ¿O sea pero por tu parte, esas son por ejemplo amistades de tú esposo pero una amistad tuya?

R- *Namás una, una amiguita que tengo por acá, pero, pus te digo, bueno, amiguita, yo siempre digo mi amiga pero, pues no, también mi amistad nada más.*

E- ¿Pero cómo es la relación, le platicas cosas ó ciertas cosas nada más ó que?

R- *Mmm, ciertas cosas, no, no, no le platico todo y o sea por eso no la puedo considerar mi amiga.*

Rafael:

E- ¿Con tus amigos como sería tu relación?

R- *Pus es buena, la, bueno a mi por ejemplo, yo con lo, son pocos los amigos que tengo los que yo realmente considero amigos, y son pus relaciones buenas, o sea platican este*

convives, te diviertes, este platicas de muchas cosas, este no, no tanto de, de llegar al extremo de platicar cosas este personales no, pero si platicas este más o menos cosas normales no, y es buena la relación con lo que con lo pocos amigos que tengo son es buena la relación.

E- *¿Ahí tú cómo les expresas tus emociones?*

R- *No sé este pus si necesitan algo pus apoyarlos este, mmm no sé si algún día necesitan algo pues incluso si se los puedo dar pus con mucho gusto lo hago, este, mmm yo creo que namás eso o sea el apoyo.*

Karla:

R- *Me siento muy bien, me siento muy bien... cuando yo quiero yo voy al, aquí a la iglesia de valle de Aragón, ...una viejita de ochenta y tantos años, voy y le llevo algo y me siento bien, le digo ya me voy José te traje algo ándale que Dios te bendiga, me siento muy bien, me siento bien haciendo algo por alguien, tengo mucha gente que me quiere, que, que me lo demuestra que amigas que me, que siento que son sinceras que me quieren mucho, que me dicen Karla tu vales mucho, este, de veras tener una amiga como tu este, uno se siente en paz, sabes que una me dijo te voy a regalar un rosario y te lo regalo de todo corazón porque yo sé que te gusta mucho rezar, me siento a gusto contigo Karla, me siento a gusto con tu amistad y hay gente más que con mi familia, con amistades...*

Yesenia:

E- *¿Con amigos como sería?*

R- *Con mi amigo nada más con el que le digo.*

E- *¿Ese sería su único amigo?*

R- *Ese.*

E- *¿Cómo sería usted o como sería el vínculo con él?*

R- *Este así como de afecto, si, nada más de afecto.*

...porque incluso lo que yo le decía que tengo un amigo allá, pero si realmente es un amigo, y me gusta mucho su amistad me gusta mucho que me venga a ver que me invite porque, como él también es de ahí...

En esta categoría se encuentra que Fernanda al igual que Elena consideran sus relaciones de amistad como solidarias, Felipe junto con Sebastián expresan que en la amistad debe existir una entrega total, Karla por su parte comenta que existe convivencia sin embargo pone limitantes. En el caso de Yesenia, Rafael, Ché y Elena coinciden en que se debe brindar apoyo además de existir comunicación, califican como buena la relación que mantienen con sus amigos. Por último Ricardo y Sofía señalaron que no tienen amigos, únicamente personas de convivencia, incluso Sofía argumenta que para ella en esta vida no existen los amigos. Se puede mencionar que los entrevistados esperan de sus amistades reciprocidad con el trato que ellos brindan, sin embargo cuando esto no sucede se pueden manifestar enfados por parte de quién se sienta defraudado.

Relación emocional pareja:

Tipo de vínculo que la persona mantiene o mantuvo con una pareja sentimental la cual es vista socio-culturalmente desde la perspectiva de que el amor con esta es para siempre y desde el supuesto de que debe ser el complemento exacto para hacernos felices, es decir en un lenguaje coloquial encontrarnos con nuestra media naranja.

La relación deber ser caracterizada por afecto, confianza, respeto, apoyo y comprensión; es decir debe haber una entrega total por ambas partes, al mismo tiempo de existir una compatibilidad física, de valores e ideas, esto va a constituir la base de la relación además que de ello van a depender aspectos como el tiempo que la relación perdure, el crecimiento como personas al igual que el de pareja.

Fernanda:

E- ¿Con él como es la relación?

R- *Pues el pasivo y yo soy la activa*

E- ¿Por qué?

R- *Por qué este, él es muy tranquilo el es muy cariñoso, el es muy amable, muy atento muy caballeroso y este de digámoslo así que yo soy la que provoca luego los enojos, este pero pus la relación es, es buena.*

E- ¿Algún ejemplo de una situación en donde tú provoques el enojo?

R- *Pues por ejemplo luego hay veces que, que este nos quedamos de ver a las siete y luego llega 6:30 y me enojo porque yo le digo no tu hora de llegada es hasta las siete, no pero pus que tiene si yo vine a ver y de ahí, me agarró y peleamos.*

E- ¿Cómo termina la discusión?

R- *Pues siempre por él, tranquila siempre él trata de darme el lado amable siempre este platica conmigo, o me dice te estás pasando y yo no te estoy haciendo nada malo que agarra la onda y que mira, entons ya es como yo le bajo y digo ya, ya paso.*

Felipe:

E- ¿El vínculo que por ejemplo, mantienes con tu pareja, como sería?

R- *El vínculo, le digo que la relación no va muy bien, más que nada.*

E- ¿Por la desconfianza que generó en ti?

R- *Aja y, como le podría decir es que no, si quiere que este a fuerzas con ella, como un este, sí, nada más con ella y yo que no haya nadie más, como es más pequeña que yo tiene 18 años, este 18 ó 17, 17 años, este no ve las cosas como creo que yo las veo aja.*

E- ¿Tú la quieres a ella?

R- *Pues en cierta forma sí, pero no ya no, no me mueve tanto como antes o sea si la quiero y si la voy a ver, este trato de estar con ella el tiempo que puedo estar con ella..., ...no sé porque hay algo ahí pues que yo tampoco entiendo porque...,*

R- *Aja, porque sigo con ella, no sé si por necesidad o porque de verdad la quiero, no sé. ...la relación no va muy bien porque me cela mucho..., ... ella se encela mucho porque voy a los conciertos..., ...entonces yo fui a un concierto, a los cuales a ella nunca le gusta..., ...este yo no la vi me dijeron que ahí andaba ella con unos chavos que a mi son de la colonia que a mi no me caían bien tuve muchos problemas con ellos y la y me dijeron que andaba con ellos, entonces fue mi mucho mi enojo cuando me dijeron dije ah! No es no, no, no lo exprese ante, ante las personas con las que yo estaba, hasta que yo*

estuve en mi casa y si fue cuando empecé a este a pensar cosas y si me enoje bastante y si la fui a buscar..., ...le dije que me diera mis cosas y no me las quiso dar, ...y yo la empuje, la empuje y le dije que me diera mis cosas y ella este pues también reaccionó con golpes y los cuales yo no, no me deje y si este yo nada más la empujaba la empujaba y le dije que me diera mis cosas..., ...y este pus si me dio coraje de verla con estos chavos y este porque este tengo mucho coraje mucho rencor hacia ellos y este y yo le dije que me diera, empecé a registrar sus cosas ella me dijo no es que mi cuarto esta cerrado y tenía un vidrio y si lo rompí de un golpe con la mano y abrí la puerta y empecé a buscar mis cosas y este las cuales nada más me dio unas, unas cosas, te digo que ahí forcejamos, ahí lloró, me abrazaba, me decía que me quería mucho, que no hiciera lo que le estaba haciendo...

E- ¿Pero le pegaste?

R- *Así como pegarle con golpes no, o sea la empujaba y este, y ella si me pegaba porque si me golpeaba, me golpeo como dos, como sabe tae kwon do, este, si reaccionaba..., ... ya no siento quererla tanto como antes, pero pus no sé si sea por necesidad por lo que este con ella, por no sentirme solo, pero ya no, no me llena tanto como antes porque todavía soy muy rencoroso, soy muy orgulloso y siento que lo que por estar con esas personas ya no, no la veo como antes, aja. (Por medio de una fuente externa se cuenta con el dato de que el entrevistado si golpeo a su pareja por lo cual ella y sus padres lo demandaron, incluso el dinero que mencionó anteriormente estar ahorrando es precisamente para cubrir la deuda generada por la denuncia)*

Elena:

E- ¿Con tu pareja como sería este vínculo?

R- *Este para mi muy bueno, la verdad es que, o sea yo creo que es el, la relación que he tenido con mi, esta persona tengo muchos años de conocerla, o sea no es que la conozca recientemente y ya desde antes éramos amigos, entonces como amigos a mi me caía muy bien porque, me agrada mucho su compañía, me gusta mucho como platica y ahora que ya somos digamos que ya la relación paso de amigos a novios pues no sé, o sea siento así como que medio, o sea a parte de que me ha ayudado un poco a, a como a nivelar esas emociones de, de enojo, de tristeza, de cómo se llama de pues así como hasta de depresión y eso, o sea este yo siento que es más de la cuestión de mucha comunicación, o sea cuando algo por ejemplo no me gusta o no nos sale pus nos lo platicamos o sea nos gusta mucho estar juntos, creo que es muy buena.*

Sebastián:

E- ¿Con tu pareja cómo sería el vínculo?

R- *Como ya te había comentado no es muy buena, de entrada es contradictoria en una escala de seis a siete, trato de ser tolerante, me sacan de onda algunas cosas como por ejemplo que para salir se tarda mucho y eso me genera enojo... no sé, yo la quiero mucho porque es la mamá de mis hijas no...*

Ché:

E- ¿Cómo te relacionas con ella?

R- *Ah no, bueno en su momento pus si fue una relación muy intensa, este igual compartimos muchas cosas íbamos en la, en la facultad, este y pus empezamos a vivir juntos no, este pero si digamos que a la mejor había ciertos momentos en los que insisto yo, como que no me sentía comprendido, eh ella se cargaba de trabajo completamente y llegaba en la noche pero ya completamente agotada y..., ...o sea pus ahí poco a poco a la mejor hubo te digo una serie de este pequeñas diferencias no, igual en cuestiones de*

horario, intereses no, pus este por el trabajo que estaba teniendo, ya no coincidía con, eh como se llama en horario conmigo, entonces sí, a lo mejor como que llegue a manera como que oye pus no como que un macho mexicano pero pus si que su lugar en aquí no, o sea ya no te puedes comportar como alguien de veinte no, o sea tú ya tienes trabajo tienes responsabilidades, y yo te echo la mano en lo que sea pero pus este aquí hay un espacio en común y nos debemos respeto ambas personas no, si yo voy a salir, yo te aviso y situ vas a salir pus este por favor avísame...

E- Dices que tienes mes y medio que te separaste ¿Ahorita no hay ningún tipo de relación o vínculo?

R- *Sí, si la ha habido he hemos tenido algunas platicas acercamientos este ambos estamos confundidos no..., ...este poco a poco pus ya nos fuimos acercando un poco más este la relación sigue rota pero este pus ahí de repente a lo mejor tenemos un, un este, este vaya digamos que cierto acercamiento no, a penas el día de ayer este yo la invite como, por el motivo de, del día del Maestro a este, no pus vente vamos a festejar que tienes que hacer, no pus nada, le digo no pus vamos no, ándale por favor, bueno esta bien, entonces bueno pus yo me sentí bien me sentí este, a gusto con ella como que mi idea es de que bueno pus yo la quiero reconquistar, quiero empezar desde abajo quiero demostrarle, que lo que paso no va a volver a pasar y que yo le decía no solo en su momento decía no lo porque yo lo quiera no, no solo porque yo me lo proponga sino porque ya estoy yendo a terapias no.*

Ricardo:

E- ¿Con tu pareja actual como sería el vínculo?

R- *Pues yo creo que, muy grande, muy grande porque, porque yo creo que de todo lo que yo padecí anteriormente lo he encontrado con ella, ella me ha brindado un espacio, me ha brindado respeto, me ha brindado cariño, atención, yo creo que me ha brindado todo lo que ella como mujer me puede, pus me puede ofrecer no, y creo que yo de cierta manera pues, procuro de cierta manera corresponderle para que pues esa, esa unión cada vez sea más, más fuerte.*

E- ¿Y tú como eres con ella?

R- *Cómo soy, procuro ser atento, procuro mmm ser a... ser amable, mmm no sé, yo creo que es este el, es el ser recíproco no, con todo lo que ella me ha dado, o sea igual yo creo que, igual y el respeto, igual y el lugar, eh la atención, el cariño, el amor, porque yo creo que aquí se podría manejar tal como eso como amor, porqué, porque yo creo que, aquí hay de todo no, o sea a parte de haber comunicación, nos podemos hablar de lo que sea, eh por muy fuerte que sea y siempre tratar de entenderlo sin, y tratar de, de darle una solución no, o sea nunca tratamos de nunca, mmm discutir de nunca pelear, tratamos de evitar todo eso, digo que en ocasiones a lo mejor si llega uno a, a molestarte, a lo mejor ella suele en ocasiones, levantar un poco la voz yo también, pero, pero no pasa de eso no, o sea no pasa de eso no pasa de, de que a lo mejor en el momento, lo hacemos y ya recapacitamos y tratamos de calmarnos y, ver las cosas de una forma diferente.*

Sofía:

E- ¿Con tú pareja cómo sería el vínculo, Cómo sería la relación?

R- *Pues no muy buena eh (Risas)*

E- ¿Por qué?

R- *Pero este, cómo te diré, jah es que luego me hace enojar! Y ya me enojo y ya (Risas)*

E- ¿Pero entonces cómo, es una relación de fricción, de roce, que hay peleas?

R- *Mmm, no, no porque no, bueno peleamos pero yo soy bien enojona y de cualquier cosa ya le ando diciendo, pero de cualquier cosita, pero no, Juan es bien a todo dar, es bien lindo nomás que yo soy la que provocho todo pues, pa que estemos peleando.*

E- *Vamos a decir que de alguna manera, estas aceptando ó asumiendo tú responsabilidad de eso...*

R- *Aja sí.*

Rafael:

E- *¿Cómo sería el vínculo que mantienes con tu pareja?*

R- *Con mi pareja tengo un vínculo de, de, de mucho cariño, de mucho cariño yo con mi pareja soy súper, súper detallista, yo a mi novia le hago una carta diario trato de regalarle cosas siempre, la abrazo mucho, este la beso mucho le, siempre trato de subirle el autoestima, de decirle que se ve muy bonita, que es la niña más bonita del mundo, o sea cosas así o sea trato de, de ser buen novio, que es raro quien, quien es buen novio, trato de hacerlo me gusta hacerlo, o sea me, me agrada hacerlo, no me pesa, este comprarle algo, hacerle algo o decirle algo, no para nada al contrario o sea como en mi casa nunca lo hacen pus yo no quiero ser como en mi casa, quiero ser diferente, y yo con, con mi pareja lo hago experimento, experimento muchas cosas, trato de, de que los dos aprendamos cosas nuevas, de conocer cosas nuevas de ir a lugares nuevos, de salir de divertirme, de estar juntos, este pus de siempre estar con ella y apoyarla, o sea si necesita yo soy el primero que esta ahí este consolándola este diciéndole que, que es la persona más maravillosa, te digo pus es más que nada eso, llevo una relación de, de mucho cariño.*

Karla:

E- *¿Con su esposo como era la relación?*

R- *Eh como muy humillante "vieja gorda, vieja fea, tas bien fea, te vias de rapar, te vias de y...*

E- *Y entonces su relación con él, era así de mucha...*

R- *Agresividad*

E- *¿Él la agredía mucho a usted?*

R- *Si y luego ya dio porque se compro una pistola siempre que discutía horita te voy a matar que eso, así con palabras fuertes y pues ya, yo agarraba y pues si le corría con mijo Rafa, y este muy agresivo, no y se iba y luego regresaba, se iba y luego regresaba como siete veces se fue y siete regresó pero así se fue muriendo el amor cuando el se fue definitivamente yo veo muchas gentes que se deprimen, que lloran, que se la pasan muriéndose para mí no fue eso, taba muerto desde cuando ya nada, nada existía, y hasta hoy siento como si fuera así de... un sueño que soñé paso y ya.*

Yesenia:

E- *¿Y entonces ya esa época de matrimonio ahí fue donde ya vino a experimentar otro tipo de emociones?*

R- *Sí, ahí.*

E- *¿Qué sería el enojo, el resentimiento, la ira...?*

R- *El odio, sobre todo el odio no, porque, este como fue algo así bien fuerte porque..., ...como yo era la que trabajaba y él no trabajaba, entonces este él namás se dedicaba que a, a buscar negocios y eso pero pus o sea realmente él casi no hacia nada, yo era la que siempre estaba pegada entons cuando ya me empezó a hacer cosas, pus ya me*

empecé a molestar y yo decía no es que ora no te voy a dejar nada, ora también yo te voy a dar la guerra, voy a pelear.

E- *¿Cómo peleaba?*

R- *Pues este yo fui la que le me... o sea yo fui la que cuando él este, se empezó a sacar las cosas y todo, lo demandaba este yo busque un licenciado yo le metí el divorcio, incluso ya después ahí cuando la reconciliación que nos, nos carean así a los dos, ahí en el este juzgado, este él empezó a decir que no, que no se quería divorciar, decía ah no ora te divorcias o sea ya así bien firme como le digo que siempre fui bien así segura, no ahora te divorcias porque todo lo que me hiciste, o sea no te lo voy a perdonar ni te lo voy a pasar en alto..., ...le digo que se metían a robar la mercancía, este iba y ya me golpeaba cosas así..., ...porque yo le decía pa 'tu desgracia tu me conoces como soy, sí, en este aspecto por la mala soy muy mala, entonces mmm no ya no estoy actuando bien porque tu actuaste mal y no voy a hacer eso..., ...pero sí, si o sea si experimente muchas cosas, pero porque realmente me dolió, porque realmente yo nunca había sufrido, sí, porque realmente en esos momentos fue cuando yo me sentía, bien triste, me sentía que nunca iba a salir de cómo dicen de esa profundidad, de esa oscuridad, yo sentía que verdaderamente eso que me estaba pasando, incluso mire yo cuando estaba joven siempre tenía la idea que decía yo, si yo me porto bien, toda la vida me va a ir bien entonces cuando me paso esto yo decía pus que pasa porque si yo me he portado bien, he sido trabajadora, estudiosa entons porque me esta yendo mal que hice mal...*

E- *Con la pareja ya no, pero entonces el pasado fue muy conflictivo, fue de fricciones, muy tormentoso.*

R- *Sí, si.*

Siete de los 10 entrevistados (Fernanda, Felipe, Ché, Sofía, Karla, Sebastián y Yesenia) mencionan que su relación de pareja es conflictiva dado que se presentan mucho los enojos, expresan que sus relaciones se caracterizan en general por mantener poca o nula comunicación, es decir que no comentan entre ellos que características como el no cumplir acuerdos, la desconfianza, el egoísmo, la humillación, la irresponsabilidad, la agresión verbal y física, la incompatibilidad de maneras de pensar entre otras les puede producir inconformidad o enfado, como en el caso de Sebastián quien señala que trata de ser tolerante aunque le "sacan de onda" algunas cosas como el hecho de que para salir su esposa se tarde mucho lo cual le genera enojo.

Por el contrario los participantes Elena, Ricardo y Rafael externan tener una buena relación, respetuosa, de comunicación y confianza, cabe señalar que en el caso de Elena y Ricardo ellos provienen de una relación bastante conflictiva puesto que en ambos casos les provoco el divorcio.

Emociones que más se expresan en la familia:

Son las emociones que la persona ha percibido que los miembros de su familia generalmente manifiestan y que son representativas en cada una de las generaciones de esta misma. Actualmente se tienen ubicadas emociones que son identificadas socialmente como negativas estas corresponden al miedo, la tristeza o melancolía, el enojo, además de la ansiedad, así como también emociones

positivas que corresponden únicamente a la alegría y el amor. Culturalmente se observa que las personas experimentan con mayor frecuencia las emociones de tristeza, enojo al igual que la alegría debido a los estilos de vida que se presentan en esta sociedad.

Fernanda:

E- ¿En tu familia que emociones experimentan o tú puedes ver que ellos experimentan?

R- *Pues igual, eh tristeza, alegría, enojo*

E- ¿Ellos de qué manera lo expresa, de qué manera expresan este tipo de emociones?

R- *En mi papá, mi papá siempre ha sido una persona muy seria, muy tranquila, él si se enoja pero pues nada más mueve la cabeza, pide explicaciones, manotea..., ...si él tiene un problema mejor no discute con nosotros porque casi no está y no, no este no le gusta pelear..., ...mi mamá, mi mamá si grita, mi mamá mi mamá, mi mamá biológica si grita ella cuando se enoja éste pues no sé, no, no avienta no avienta cosas porque no, no las avienta pero si hace caras, hace gestos este mi mamá, mi abuela este ella sí se enoja y dice groserías este, pues que más, mi abuelo no porque él es una persona que es como un niño el ya no, ya no éste, ya no pelea ya no discute con nosotros el nada más está viendo que hacemos y que no hacemos, este casino puede moverse y esté no hay mucho enojo en él.*

E- ¿Pero tiempo antes?

R- *Antes este si todos digámoslo así de una u otra manera todos han tenido enojos pero nunca gritan ni nada...,...mi hermano se enoja es muy sulfúrico y también sale, la "Rosilla" esté la más pequeña pues ella es este, si se enoja y da gritos y, y no nos hace caso pero también cuando está alegre está cantando por todo el patio y este y pus realmente no es muy, no es muy este, como se dice no es muy enojona.*

Felipe:

E- ¿Qué emociones tu puedes identificar en tu papá o en tu padrastro, en tu mamá? Que son las personas con las que más convives ahorita ¿Cuáles serían las que ellos experimentan?

R- *Mi mamá es una persona tranquila, este este pues es tranquila igual que yo, no no tampoco no se enoja este, así este como yo, este es una persona tranquila también este, no tengo mucha comunicación con ella, mi papá le digo que todo el tiempo se la pasa enojado, así se levanta, este, se levanta enojado y se acuesta enojado y cuando se levanta de buen humor esta todo el día de buen humor pero no es de carácter fuerte pero no hacia con las personas que le hacen si no con nosotros, con mi mamá con si nos empieza a decir las se expresa de las cosas que le pasan pero enojado y si le damos una opinión se enoja porque pues él también quiere tener la razón, nada más pus eso.*

E- ¿Pero en ella no identificas una emoción así como tal que la veas triste, alegre?

R- *A veces si la veo triste a veces la veo contenta, a veces la veo cansada pero no casi no luego como no tengo comunicación con ella porque llegó de trabajar y ya están durmiendo, y me levanto y a veces ya no están, y los fines de semana pus yo tengo mis cosas que hacer y no los veo*

E- ¿Entonces en tu padrastro que es con el que vives sería la emoción del enojo la que más identificas?

R- *Aja sí el enojo que siempre esta enojado.*

Elena:

E- Sí pudieras ver a las personas de tu familia nuclear, padres, hermanos, ¿Qué emociones identificarías que ellos presentan más?

R- *¿Actualmente?*

E- En el transcurso de su vida, no sé por ejemplo mi papá es muy alegre...

R- *Mi papá siempre ha sido así como muy calmado muy tranquilo, él de hecho no, no era muy agresivo..., ...mi mamá era como muy agresiva no, como por cualquier cosa ya nos pegaba, pero actualmente ya es muy tranquila o sea ya no, si algo no le parece ya lo toma con mucha calma.*

E- Que sea nerviosa...

R- *No, nerviosa no, eso era cuando éramos chicos, actualmente ya es muy tranquila o sea, ya tenemos un problema o algo y pus lo toma, trata de ver como solucionar el problema y ya decir pus bueno como todos no, cuando siente impotencia pus a veces llora o se pone triste pero ya no, ya no es agresiva, mis hermanas, este mi hermana Paty la que me sigue es muy tranquila a ella no, ella nunca la veras así que, que hace así que rápidamente este alce la voz no..., ...mi otro, mi otro hermano si es un poco agresivo mmjj, y este aunque también es tranquilo o sea depende no, de la situación.*

E- ¿Y como llega a expresar ese enojo?

R- *¡Ah! Pus, cuando esta enojado, mira el generalmente es muy tranquilo pero mi hermano tiene problemas de drogadicción...,...si recae en sus problemas de drogadicción es cuando es agresivo...*

E- ¿Ha habido golpes?

R- *Una vez se peleo con mi hermano..., ...mi hermana Blanquita pus ella es tranquila, ella es tranquila también nada más cuando se enoja pus si alza la voz igual y habla con palabras altisonantes, nunca la he visto que recurra a los golpes.*

E- A parte de esa emoción, del enojo ¿Alguna otra que hayas percibido en tu familia?

R- *Pues no, son alegres pus si les gusta reír mucho y son así como muy, son sociables y son este no son personas que se aíslen no, o sea todos somos muy sociables, este generalmente van a reuniones, conviven con sus amigos y en la casa pus conversamos.*

Sebastián:

E- En los miembros de tu familia, tus padres, hermanos, esposa, tus hijas ¿qué emociones identificas que expresan más ellos?

R- *Mira, mi familia es, es una familia muy alegre, o sea yo creo que la emoción más, más este, pues más frecuente en ellos es la alegría, que digo también llega a haber enojo no, porque pus no todo es dulzura, pero generalmente todo el tiempo desde que yo llego de que estamos juntos siempre tratamos de estar contentos a veces buscas este pus cualquier detalle para reírte no, buscas cualquier detalle para estar a gusto este cualquier detalle para convivir, entons yo creo que es la alegría lo que más este, la emoción que más se refleja en la familia.*

Ché:

E- ¿Los miembros de tú familia que emociones experimentan y como es que ellos las expresan?

R- *Eh, no, no les sabría decir yo...,...me di cuenta que estaba teniendo las mismas, las mismas actitudes que mi papá...*

E- ¿Cuándo llegas a convivir con ellos algunas emociones que puedas identificar a lo mejor en los pequeños momentos que llegas a estar con ellos con tus hermanos?

R- *Pus a la mejor por ejemplo yo, en, yo en el caso de mi papá que este como no oye bien..., ...él grita mucho o sea él grita es muy agresivo de que, qué, qué quieres..., ...o sea en el caso de mi mamá bueno mi mamá es todo lo contrario, este por la misma enfermedad tiene que este bueno también tiene un cuadro de cómo se llama de, de cierta depresión, entonces este como esta con antidepresivos esta todo el día más tranquilita, más calmada no...*

E- En el resto de tus hermanos, nos comentabas que aquí en casa de tus papás vives con tres hermanas, ¿Cuáles serían las emociones que más experimentan ellas?

R- *Hay muy poca convivencia entonces generalmente no este digamos que podría eh vaya etiquetar no, son de este son de esta forma o sacan sus cosas de esta no, yo quiero creer que lo hacen este pus bueno ya hacia fuera no, con sus amigos ya con gente del trabajo todo no, pero en la casa no, no realmente no he visto.*

Ricardo:

E- ¿Qué emociones nos podrías comentar, experimentan los miembros de tu familia, tus padres, tus hermanos, tu esposa y su hija?

R- *Pues yo creo que, sería tocar nuevamente el tema no, de mis hijos, sería básicamente eso porque ahorita es lo que más, y de cierta manera se puede decir que abarca un poco más tanto el espacio de mis papás como, como el de nosotros...,...que muchas veces genera lo que es enojo molestia y en ocasiones este pues tristeza no, por lo que por la situación que se genera en cuestión a ellos.*

E- ¿Cómo expresan ellos ese enojo, ese malestar que les provoca esta situación en particular?

R- *Yo creo que de igual manera que yo este, pues manifestando todo lo que por medio de palabras no, en digamos en cuestión a, a su mamá de mis hijos, pues a manifestar con, con coraje que muchas veces dice la señora que, que pues mis padres son unos analfabetas, que somos unos mediocres, que somos unos pobretones, cosas como esa no..., ...y toda esta situación a generado que también haya una desconfianza no solo de, de mi parte, de parte de mi pareja, sino hasta de parte de, de mi familia por este en cuestión a mis padres y hermanos.*

Sofía:

E- ¿Qué emociones experimentan los miembros de tu familia y cómo las expresan, es decir en cada uno como los ves, que emociones experimentan?

R- *Enojones, todos...*

E-... ¿Ellos que hacen que actitudes puedes identificar?

R- *Bueno pues mi hermana ella se va a los golpes, mi hermana y ella si, ella no le gusta escuchar ni nada, aunque seamos sus hermanos ella se va a los golpes.*

...mis hermanos jamás son este, hablan, y hablan y hablan y ni hacen nada no, o sea bueno a nosotros pus a mi nunca me han golpeado mis hermanos no, pero este ahí en la casa jamás están hable y hable pero te digo no, no accionan no.

E- ¿Pero que hablan, como maldecir?

R- *Si, aja hablando de las personas hasta de la propia familia no o sea mi tía, mis primos, mis tíos, pero no ellos no solucionan nada.*

E- ¿De alguna otra manera que ellos lo expresen? Por ejemplo que usen las manos, les cambie el semblante, se pongan rojos.

R- *Si también.*

E- ¿Entonces todo eso?

Nota: Asentó con la cabeza

Rafael:

E- Los miembros de tu familia ¿Qué emociones experimentan, vamos qué emociones experimentan y cómo las expresan?...

R- *Pus mi papá expresa emociones de, de, siempre estar enojado este lo representa con un gesto, de, no sé de que le fue mal, de que no sé, no sé como que le da coraje llegar a su casa este alza mucho la voz no sabe hablar, es una persona muy agresiva...*

E- ¿Cómo expresa?

R- *Le pega a las cosas, avienta cosas, dice groserías, insulta, entonces yo creo que él representa, pus así su enojo no, aventando cosas pegándole a las cosas así.*

E- ¿En el caso de tu mamá?

R- *En el caso de mi mamá bueno pus mi mamá este yo creo que, representa para mi ternura porque es una persona que te apoya, te consiente, te abraza, te besa, entonces yo creo que es la emoción sería ternura para mi, es una persona muy cariñosa...*

E- Y ella por ejemplo sería ternura es decir, trata de ser muy afectiva con ustedes.

R- *Claro, aja o sea un sentimiento de cariño, de amor.*

E- ¿Tú hermano?

R- *Mi hermano es una persona que, es una persona explosiva también es una persona este que se enoja, este, muy seguido...,...es una persona este, que todo le molesta no, no acepta críticas de uno...,...es muy egoísta también, demasiado egoísta es muy envidioso...*

E- ¿Y sus enojos él como los expresa?

R- *Igual parecidos a los míos, este insulta, se va se para y se va, le pega también a las cosas luego, este, no sé dice mu... muchas malas palabras, o sea en si él es muy explosivo.*

E- ¿Y sus otras emociones como las expresa?

R- *No sé también o sea bueno tiene un lado así como que de amistad o sea si tu en verdad lo necesitas él te apoya pero es muy rara la vez cuando, tú a, cuando tu recibes ese cariño de él, es muy raro no es muy este, no es muy expresivo de sus sentimientos, es par... es tiene casi parecido el carácter, de mi papá ellos dos son muy expresivos...*

Karla:

R.-...*Si yo volviera a nacer yo no les daría escuela a mis hijos porque se vuelven como muy prepotentes, como muy como que yo te digo de cosas porque yo tengo las armas...*

¿Con sus demás hijos, como sería la relación?

R.- *Con Rafa bien... es muy explosivo de carácter...*

E.- ¿Cómo serían sus hermanos?

R.- *Soberbios, egoístas, convenencieros, uno de ellos es muy enojón, muy incomprensivo...*

E.- ¿Otros falta alguno que me diga?

R.- *Mi hermana Luisa, me habla pero... tiene mucho rencor, mucho rencor, ella tiene mucho odio, pero veneno que quisiera como matarnos...*

E.- ¿Con su esposo... el la agredía mucho a usted?

R.- *eh era humillante... agresividad... siempre que discutía "orita te voy a matar..."*

Yesenia:

E.-... ¿Su hermano quién sería?

R.- *El enojón...*

E.- ¿Cómo sería la loca...?

R.- *La conflictiva*

E.- ¿Entonces podríamos decir que en la infancia y en la adolescencia las emociones más predominantes fueron la alegría?

R.- *Pus si la alegría este porque, porque como le digo como me sobreprotegieron y el cariño de mis abuelos, pus siempre todo era a gusto...*

Encontramos que tres de los entrevistados (Fernanda, Felipe, Elena) señalaron que las emociones más expresadas en su familia son el enojo, la tristeza además de la alegría las cuales son culturalmente las más experimentadas, Ché junto con Ricardo comentaron que el enojo y la tristeza son las que observan en sus familiares. Por su parte Rafael y Sebastián argumentan que la alegría con el enojo son las que se presentan principalmente en sus hogares, Sofía comento que la emoción del enojo es la única que domina en sus parientes, agregó que su hermana en particular expresa de manera directa su enojo con agresiones físicas. Karla al igual que Yesenia coincidieron en que el enojo y el resentimiento son las que perciben en su familia.

Como se puede observar los diez entrevistados mencionaron a la emoción del enojo como una de las más experimentadas en sus núcleos familiares, lo cual indica que este aspecto es un precursor importante para que se presente dicha emoción en la vida de los participantes, ya que es en casa donde inicia la construcción su personalidad.

Emociones que más experimenta:

Son las emociones que la persona refiere presentar de manera cotidiana o frecuentemente, las cuales son aprendidas generalmente en el núcleo familiar donde se desarrollo la persona y en el que además se enseñara a identificar las emociones socialmente aceptadas como son la tristeza, alegría, la melancolía o el miedo. Sin embargo a pesar de esto el enojo se presenta constantemente desde la niñez de las personas no obstante de que es una emoción que se concibe culturalmente como negativa. Cabe mencionar que el estilo de vida de la persona va a ser determinante en las emociones que presente la misma, esto es, que los estilos de crianza, la cultura, la alimentación, la religión, el medio ambiente, etc. serán factores primordiales para que en determinado momento alguna emoción domine en la vida de los individuos, lo que conduce a que se construyan síntomas y signos que manifiestan la ruptura del equilibrio entre los órganos del cuerpo conduciendo así a un deterioro de la salud tanto física como emocional, es por ello que se debe buscar un equilibrio entre las emociones y los estilos de vida.¹⁷

Fernanda:

E- ¿Cuáles emociones son las que presentas más ó eres más propensa a sentir?

¹⁷ López Ramos S. 2006. *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México; Editorial Los Reyes.

R- *Pues alegría, corajes porque soy muy corajuda, este, tristeza de vez en cuando.*

E- *¿Serían esas tres las que va más presentas?*

R- *Ajá, ha y miedo.*

Felipe:

E- *¿Cuál o cuales serían las que más presentas o sientes?*

R- *Presión*

E- *¿De sentirte presionado pero como?*

R- *Pues si me siento que las cosas no me salen bien, es una presión este del trabajo, una presión en mi casa con la novia y presiones que tengo mmm no sé...*

E- *¿Pero que te hace sentirte, a lo mejor ansioso, este angustiado?*

R- *Este me pongo de malas a veces me pongo de malas y nada más y este si muy nervioso así de ansiedad de algo...*

E- *¿Malas es enojarte?*

R- *Aja enojarme o si y te digo por lo regular siento que me hace falta algo algo no sé que pero es algo, me hace falta como que no estoy contento...*

Elena:

E- *¿Cuál o cuales serían los que más experimentas?*

R- *Mmm, pues generalmente estoy tranquila, es que depende de la situación, porque... mmm cuando tengo problemas generalmente ando muy estresada y, y si soy así un poco este, como reacción así un poco este, agresiva...,...también como me gusta mucho este, este cotorrear con la gente pues me río mucho también, o sea me gusta sociabilizar mucho con la gente...*

Sebastián:

E- *... ¿Cuál consideras que tú más constantemente experimentas o sientes?*

R- *Bueno pues ahora los conflictos, en, en el carro vamos a decir, que no falta quien se te cierre y, y pues vamos tienes que frenar quizá rápido, o este o alguien quien te agrada manejando y tengas que contestar la agresión quizá o sea, son las emociones que generalmente pus uno vive no.*

E- *¿Sería enojo?*

R- *Oh sí, si es enojo no...,...o por ejemplo el fin de semana que fuimos a un centro comercial y se subieron a un bonggie, vamos para mí también es una especie de emoción no, o sea...*

E- *¿Qué sería, alegría?*

R- *Si, si es alegría, es este pues si es contento no, o sea estas a gusto porque... el hecho de que ellas realicen una actividad que a mi me agrada, este me emociona alegremente claro.*

Ché:

E- *¿Cuál ó cuales serían las que más experimentas?*

R- *Mmm, pus a lo mejor en términos "Light" este bueno yo soy muy enojón también, yo me enojo muy fácilmente...*

E- *¿Qué otras emociones experimentas?*

R- *...pus este cierta tristeza, cierta soledad... ciertos momentos de, de este presión, estrés si siento como que pierdo el control de mis propios este de mis propias emociones no*

Ricardo:

E- ¿Cuál, ó cuales serían las que más experimentas?

R- *Yo creo que el llegar a mi casa y, y me reciba así mi esposa.*

E- No sé por ejemplo ¿Alegría, enojo, tristeza, miedo, no sé si todas ó hay algunas más que otras?

R- *Yo creo que, pues las que he experimentado más continuamente yo creo que un poco la, este el enojo y la tristeza*

Sofía:

E- ... ¿Cuáles serían las que más experimentas, alegría, enojo, tristeza, melancolía, ansiedad, etc.?

R- *Tristeza y ansiedad.*

E- ¿Por qué?

R- *Porque hay veces que me pongo triste y estoy pensando namás cosas que no debo no, y, ansiedad todo lo quiero hacer en un momentito, todo...*

E- ¿El enojo?

R- *Pus te digo solamente cuando me hacen enojar.*

E- ¿Entonces que sería, tristeza, ansiedad y enojo las que te caracterizarían?

R- *Aja, sí, mmjj.*

Rafael:

E- ¿Cuáles serían las emociones que más experimentas en tu vida cotidiana?

R- *La, de felicidad, morosa.*

E- ¿Qué sería morosa?

R- *No sé de cariño, ternura, son las que más...*

E- ¿Melancolía, tristeza?

R- *No, tristeza no.*

E- ¿Enojo?

R- *Enojo a veces no mucho y tristezas no, melancolía no, tampoco.*

Karla:

E.- Muy bien... ¿Cuáles decía que son las que más experimenta usted...?

R.- *Ah si yo me enojo... no me gusta que me traten que venga mi hijo y él me ponga condiciones ni autorice lo que debo de hacer... ninguno de mis hijos me gusta que me digan "No mamá usted esta mal" no, no, no... a mi me da mucha tristeza si, eh que los hijos sean así (Soberbios).*

Yesenia:

E.- ¿Cuál o cuales son las emociones que más experimenta o que vendría experimentando?

R.- *...yo a mi esposo cuando vivía con él, pus yo sí lo quería mucho... cuando tuvimos los problemas y eso, este como que ya después todo se volteo no, como que era así más bien espero, muérete maldito y lo odio... estaba resentida...*

E.- ¿Entonces ya esa época de matrimonio ahí fue donde ya vino a experimentar otro tipo de emociones?

R.- *Sí, el odio, sobre todo odio no, porque este como fue algo así bien fuerte... realmente en esos momentos fue cuando me sentía bien triste...*

Se encontró que todos los entrevistados mencionaron experimentar dos o tres emociones únicamente de manera frecuente o cotidianamente, se observa que el enojo es la que se presenta en los diez casos. Las emociones que varían corresponden a la alegría, la ansiedad y la tristeza.

Como ya se mencionó con anterioridad, el hogar es un modelo de enseñanza en el cual los entrevistados aprendieron las emociones que en la actualidad experimentan con mayor frecuencia, observándose en cada uno de ellos que el enojo es el que constantemente aparece, como ejemplo se puede señalar que Felipe observó desde su niñez como la mayor parte del tiempo su padrastro se mostraba molesto lo cual dio como resultado el carácter iracundo que muestra el entrevistado en la actualidad. Lo anterior sirve para confirmar que la opinión social que se tiene de los participantes corresponde con su autodescripción en cuanto a la emoción que experimentan.

Concepción del enojo:

Es el significado que la persona le otorga o atribuye a la emoción del enojo a partir de la experiencia propia. Socialmente se considera como una emoción negativa, a pesar de esto es una de las principales que se experimentan de manera frecuente en nuestra cultura. Es importante mencionar que es en el contexto familiar donde la persona construye su concepción del enojo, esto a partir de las vivencias y experiencias que desde pequeño ha presentado.

Fernanda:

E- ¿Para ti que sería el enojo?

R- *Pues el enojo es cuando esté, pues no se hay algo que, mmm, no me agrada, que este pues realmente no, no toleró, o sea para mí eso es un enojo no, que una actitud una, este algo que...*

Felipe:

E- ¿Para ti que sería esa emoción del enojo?

R- *Del enojo que este no comprendo, me pongo este ya no razono las cosas como son, este me como que me gusta tener la razón de a veces de lo que yo hago y este es eso, aja enojarme si me enojo de que o me quedo callado me quedo ido pensando cosas.*

E- Eso sería para ti el enojo

R- *Aja, si, si me enojo o este si no me gusta este todo me desespera me preguntan algo y les contesto y les respondo de mala gana pero son con ciertas personas aja.*

Elena:

E- ¿Para ti que sería el enojo?

R- *...o sea la reacción a hacia un evento, o sea por ejemplo, sí a mi me hacen algo que me, que va así, así como que en prejuicio de mi persona pus si me produce enojo o sea bueno trato de tranquilizarme y de asimilarlo y ya cuando siento muy así que me afecta*

mucho pus si me enoja..., ...por ejemplo tengo un problema y no me pueda así este no pueda solucionarlo muy rápidamente este como que siento así como que también tiendo mucho a la agresión...

E- ¿Cómo a la agresión?

R- Sí, o sea como explicarte, o sea no soy tolerante...,...o sea sí hay algún cuento así que me irrite pus si tiendo a como dicen a reacción-acción.

Sebastián:

E- ¿Para ti que sería el enojo?

R- Pues sería una emoción que... llega a ser sentimiento después de largo, de tiempo... es algo que no se puede controlar...

Bueno mira a mi, a mi me enoja no sé si sea parte de la pregunta no, a mi me enoja pues ver este abusos de la gente, me enoja este pues meramente los abusos o sea que alguien abuse de ti como persona, que alguien abuse de una persona indefensa...

...algo que también me molesta es que, que traten de agredir a mi familia o sea a mi gente, a la gente que tu estimas o sea no meramente mis hermanos no, mis primos sino vamos a decir un amigo allegado, si yo veo que alguien lo esta agrediendo pus eso ya es motivo de enojo no.

Ché:

E- ¿Para ti que es el enojo?

R- Mmm, pus igual también un estado de animo no, este momentáneo no, pero igual también bueno yo hace rato lo mencionaba no, una, una actitud irracional no, una explosión en ese momento de, de, de esa misma emoción

Ricardo:

E- ¿Para ti que sería el enojo?

R- Pues yo creo que ahora sería el, el, el llenarme un poco de, de alguna tensión, lógicamente sin llegar a, a tratar de agredir a alguien no, no sé liberar este digo alguna tensión demostrando mi molestia, mi enojo, digo manifestándolo por medio de, de palabras, sin la intención de, de molestar ó ofender a, no sé en este caso básicamente a alguien de mi familia.

Sofía:

E- ¿Para ti que sería el enojo?

¿El enojo?, pus, pus enojarme (risas) es que luego estoy reloca yo porque de cualquier cosita ya me enojo, de así de lo más mínimo ya estoy así.

E- Por ejemplo

R- Por ejemplo en la mañana como el miércoles y ayer no estuve en la mañanita, este el miércoles por la sangre y ayer me fui al doctor, este Juan se quedo y, y tendió la cama no, para irse a su congreso que esta yendo y hoy este se levanta, se va a bañar que, que quiere desayunar y la camita ahí, sin tender y, y le digo "oye entonces así quieres que yo me vaya para que tu puedas tender la cama porque ahorita tu ya te vas y esa cama", no pero estaba yo que me llevaba eh, estaba yo muy enojada porque yo tenía tanto quehacer y todavía ir a tender la cama..., ...yo digo que de cualquier cosa me enojo.

Rafael:

E- ¿Para ti que es el enojo?

R- *El enojo, pus es, una forma de pus de, de, de, de representar tu, tu furia, de muchas formas no, gritando, llorando, gente que se ríe, para mi pus eso es el enojo no, es una inconformidad que tiene uno con algunas cosas.*

Karla:

E- *Muy bien para usted que es el enojo...*

R- *Que no respete las reglas.*

E.-*Aja, que otras cosas serían que le provocan enojo...*

R.-*También eso de que no tiende su cama, mire como yo digo, no tiende su cama, no barre, no se acomode, no me ayuda yo no da gasto, aquí hay gastos de gas, jabón, shampoo, este aromatizante, vel rosita, ó para la ropa, ó asó jabón de para lavar, se paga luz, se paga teléfono, allá no sé.*

Yesenia:

E- *¿Para usted que sería el enojo?*

R- *Pus ora si que este, como que si no me complacen así con lo que yo quiero que sea, pus me enojo no, por decir con mis hijos si no me obedecen pus ya me estoy enojando no, o sea haga de cuenta que como que quiero que todo se haga a mi manera no...,...ya me estoy enojando intolerando porque no están haciendo lo que, lo que a mi me gusta o como a mi me gusta.*

El significado otorgado a la emoción del enojo por los entrevistados varia bastante ya que hay quien considera que es una actitud irracional, algo que no te agrada, con lo que no se esta de acuerdo, una inconformidad (Fernanda, Felipe, Ché, Rafael, Karla) o bien puede considerarse una agresión hacia uno mismo (Elena), así como también cuando se cometen abusos o injusticias (Sebastián), incluso se considera enojo cuando la persona se llena de alguna tensión (Ricardo) o en su defecto al no sentirse complacida, pues en el caso de Yesenia toda su niñez estuvo acostumbrada a obtener lo que deseaba y que las cosas se hicieran a su manera, lo que conlleva a que en la actualidad al no ocurrir las cosas como ella espera se le genera dicha emoción. Esta categoría contribuye en la aparición de eventos iracundos debido a que los significados que cada uno de los entrevistados otorgan a las diversas situaciones mencionadas son de considerable importancia para ellos, por ejemplo: Para Sofía es causa de enojo cuando su esposo no tiende su cama, esta misma situación para muchas otras personas puede ser algo intrascendente.

Expresión del enojo:

Son las formas físicas y verbales en que la persona manifiesta la emoción del enojo, las cuales serán aprendidas en el núcleo familiar al igual que en su entorno social. Es común observar la repetición de patrones de comportamiento heredados de los padres a los hijos, por ejemplo en los casos de mujeres sumisas la probabilidad de que sus hijas reproduzcan esta condición es alta.

En nuestra sociedad como en muchas otras del mundo la expresión del enojo es principalmente de forma violenta y sin raciocinio, dicha expresión lleva un trasfondo de agredir o causar malestar en el caso de que haya sido una persona la que lo haya provocado. Los accesos de ira se manifiestan regularmente por medio de gritos, palabras altisonantes, golpes, gestos, etc. Las expresiones físicas principalmente son enrojecimiento del rostro, aceleración cardiaca, semblante agresivo, empuñar las manos, apretar los dientes, etc.

Fernanda:

E- ¿Y cómo lo expresas, que dices, qué haces?

R- *Pues realmente digo las cosas tal como son siempre las he dicho y siempre he dicho lo que me molesta...*

E- ¿Hay algo que tú hayas identificado que hagas ó digas cada vez que te enojas?

R- *...con groserías con groserías con caras esté con gestos, con actitudes negativas esté volteó la cara, no hago caso pero realmente es todo eso todo el día.*

E- ¿Y gritas cuando te enojas?

R- *mmjj*

E- ¿Alzas la voz?

R- *Mmjj si.*

E-¿Qué otras cosas?

R- *Grito, manoteo, este aviento cosas, este rompo, este no sé, este...*

E- ¿Cómo que has llegado a romper?

R- *Pues en el momento que, digámoslo así, si estoy en el trabajo rompo la hoja...,...este en la casa he llegado a romper vidrios he llegado a romper este floreros aunque luego me los cobran, este platos, tazas.*

Felipe:

E- Eso sería para ti el enojo

R- *Aja, si, si me enojo o este si no me gusta este todo me desespera me preguntan algo y les contesto y les respondo de mala gana pero son con ciertas personas aja.*

E- ¿Cuándo tu estas enojado, que haces, o sea como lo expresas?

R- *Ah! Pues este pues en el rostro se me ve la cara enojada*

E- Pero como es, ¿haces gestos, frunces el ceño o que?

R- *Si, este los ojos creo es lo básico que se me ve que estoy enojado y este cuando me preguntan algo lo respondo de mala gana.*

E- Alzas la voz...

R- *...alzo la voz este o no contesto nada más.*

E- ¿No haces ademanes o golpeas algo?

R- *No, este a veces cuando si estoy bastante enojado y me desquito, pus si golpeo la pared, nada más, aja, pero solo, solo ya... con puño cerrado*

E- ¿Podrías comentarnos, este, algún, alguna situación de tu vida, o situaciones, donde tu te hayas enojado?

R- *Pues, ¿donde me haya enojado fuerte? Pues, desde siempre me enojo así bastante, pero trato... igual en mi mismo enojo lo interpreto, este, yo cuando me enojo bastante, este, me empiezo a reír yo mismo de mi enojo, me empiezo a... sí estoy enojado con una persona ya ni la golpeo porque me da mucha risa de lo que me esta pasando y este un enojo así, este, con una novia que, con esta novia que tuve, este, fue un enojo bastante,*

así, no pensé las cosas y fui a su casa y le reclame y la empuje y todo por una... bueno no tonterías, no sé la verdad todavía no...

Elena:

E- *¿Cómo lo expresas, tu enojo que haces, que dices, si tienes algún malestar físico?*

R- *...puedo a veces sentirme triste*

E- *¿En general con otras personas, que tu hayas identificado que estés bien enojada?*

R- *Aja, pus alzo la voz y a veces llego a decir este, cuando estoy muy, muy enojada si llego a decir hasta groserías bueno este palabras altisonantes no, pero nada más, pero no me, así como que como sienta deseos de agredir o sea pegarle así físicamente no.*

Sebastián:

E- *Cuando llegas a estar enojado ¿Qué dices, que haces, que sientes?*

R- *Depende, depende de con quien no, o sea porque igual y si me enojo con mis niñas este, pues trato yo de controlarme, trato de calmarme y de hablar con ellas o sea de hablar..., pero si es en la calle pues si contestas a veces con agresiones, si este tratas de maltratar a la gente, tratas de, de desquitar tu enojo no, o sea desquítándolo como, pus agrediéndolo, mentándoles la madre ...te digo es muy variable no puedo decirte es esto siempre porque depende de a veces con quien te enojas no.*

Ché:

E- *¿Cómo lo expresas cuando te enojas, nos podrías decir algunas maneras de cuando te haz enojado, que haces, que dices?*

R- *Este levantando la voz, o sea levantando la voz este, digamos que no dejando hablar a la parte interlocutora este queriendo imponer mi, mi este propio punto de vista, y en determinados momentos pus si a lo mejor este pus con bueno ya con ciertos movimientos de la manos*

E- *¿Siempre expresas tu enojo?*

R- *Mmm, no, yo siento que no, yo siento que muchas veces este lo guardo no, y cuando y cuando sale es cuando saco todo lo que traigo no*

E- *¿Cómo sería, que actitud tomas cuando guardas tu enojo?*

R- *Este digamos que me quedo callado, guardo silencio nada más, o sea a la mejor un poquito pensando este bueno ya en su momento lo manifestaré, a veces siento que como que este bueno trato de, de tener la cabeza fría de que bueno pus ahorita no es el momento para discutir ya después será*

Mencionas que ya después lo sacas, ¿Sería actualmente?

Si o sea bueno a la mejor no sé en el caso de mi pareja que si llegamos a tener algún problema que si llegamos a tener algún problema yo no le digo nada, a la, a la segunda tercera vez si ya este bueno ya te empiezo a sacarle oye es que aquella vez paso esto es que fíjate que esto que el otro no me gusto, es que porque no me lo dijiste en el momento, pus que, no pus es que no era momento propicio

Ricardo:

E- *¿Pero entonces retomando la expresión de tu enojo, algo que digas, palabras altisonantes y golpes, no, no lo haces?*

R- *Pues anteriormente no, digo ahora ya que, digo ya que, he hablado con, con los dos niños porque ellos suelen manifestar mucho que yo hablo mal de su mamá, no sé ellos lo manejan de esa manera no, y este ahora que ya esta, esta persona viviendo con ellos a parte eso no, este pues si me, digo siempre pidiéndoles una disculpa no anticipada a la*

palabra altisonante que yo pueda mencionar no, pero por lo regular no, yo no suelo hacer eso.

Sofía:

E- ... ¿Cuándo estas enojada, cómo lo expresas?

R- *Con gritos...*

...hablo fuerte así, pero como de nervios de que no hallo como desquitarme.

E- ¿Qué dices?

R- *Digo, más bien que no digo no, porque digo de todo y grito y pus si digo muchas cosas.*

E- ¿Groserías?

R- *A veces si, bueno ahorita ya se me quita tantito porque mi hijo me dijo que ya no quería que yo le hablara con groserías...*

E- ¿Cómo sería todo eso, usas las manos, qué haces a parte de que gritas, tu semblante de la cara lo dice?

R- *Pus si mi semblante yo creo, namás y empiezo a gritar*

E- ¿En alguna ocasión haz llegado a golpear?

R- *Si*

Rafael:

E- ¿Tú cuando te enojas cómo expresas tu enojo?

R- *Gritando, gritando y este alzando la voz y, y a veces este no sé mmm me dan ganas de, de este de golpiar a alguien o cosas así.*

Karla:

E- Cuando usted se enoja que este, como expresa su enojo, si grita, pega este...

R- *Ah si hablo, hablo palabras fuertes...*

Yesenia:

E- ...como expresaba el enojo, que hacía o como expresa usted su enojo?

R- *...ponerme en defensa me ponga a la defensiva...*

E- ¿Le gritaba?

R- *Sí...*

E- ¿Groserías?

R- *No groserías pus si a veces, si ya muy enojada si, si muy enojada si, si, si pero más bien ofensiva o sea soy ofensiva.....cosas ofensivas que yo sabía que le iban a doler...*

Una forma de expresión que coincidió en los 10 entrevistados fue el hecho de alzar la voz o gritar cuando están enojados, la mayoría señaló que utilizan palabras altisonantes. Los manoteos, ademanes o gestos los presentan únicamente la mitad de los participantes; Felipe y Sebastián comentaron que en ocasiones golpean la pared, Rafael junto con Sofía de la misma manera mencionaron que sienten ganas de golpear a alguien, llegando en ocasiones a hacerlo, ellos también utilizan los gritos y las palabras altisonantes. Además de la expresión que como se observa en su mayoría es de forma agresiva o violenta también se encontró que hay quienes en ocasiones guardan su enojo como lo es el caso de Felipe, Ché y Sebastián.

Lo anterior permite ver que en ninguno de los participantes se observa una adecuada expresión de la ira, lo que evidencia la carencia de habilidades en el manejo de dicha emoción. Consideramos que no es redituable manifestar el enojo de manera violenta contra algo o contra alguien, pero tampoco es factible guardarlo para si mismo, pues en ambos casos las consecuencias son desfavorables.

Se observa así también que la forma de expresión proviene de modelos familiares, un ejemplo claro es el de Fernanda, pues argumenta que al enojarse alza la voz, manotea, avienta cosas y dice groserías, mismas actitudes presentadas por su madre al encontrarse irritada.

Lugar del enojo:

Es la ubicación dentro del cuerpo de la persona en donde esta refiera manifestar algún malestar ó sensación al presentar la emoción del enojo. Coloquialmente se conoce que las personas experimentan sensaciones corporales cuando se enojan, las cuales son principalmente dolor de cabeza, dolor de estómago, enrojecimiento de piel ó resequedad en la boca. La zona del cuerpo donde sea más perceptible el ataque de ira va a depender de cómo o de que manera el individuo somatice sus emociones y hacia que parte del cuerpo las envíe, todo esto dependerá de la historia personal, es decir, de cómo se aprendió a lidiar con las emociones, principalmente con el enojo.

Fernanda:

E- ¿Algún malestar físico que expreses cuando te enojas?

R- *Si luego hay veces que éste sí de por sí me extriño con eso más en el estómago.*

E- ¿Haz logrado identificar que cuando te enojas más te estriñes?

R- *Aja.*

Felipe:

E- ¿Qué malestar físico logras identificar cuando te enojas, vamos a decir, en donde sientes el enojo en que parte del cuerpo?

R- *En la boca, siento, cuando estoy enojado empiezo a jugar mucho con la lengua, aja y a ignorar a las personas*

E- *Aja, pero en el cuerpo tu como lo sientes, a la mejor en el estomago, a la mejor hay gente que le palpita el ojo, tu sientes que... tu lo sientes...*

R- *No pus siento así como sin fuerzas, no se algo así...*

E- ¿Se te tensan los músculos?

R- *Aja, sí, se me tensan los músculos*

E- ¿Y eso de la boca nos podrías decir más, explicar un poco más?

R- *Pues, este, es chillar los dientes, bueno no chillarlos sino presionarlos bastante*

E- ¿Presionas la quijada?

R- *Mmjj, presiono la quijada, se me empieza a reseca la boca, nada más es eso.*

Elena:

E- ¿Podrías decir de alguna manera que tu enojo lo sientes en el estómago?

R- *En el estómago,...luego puedo llorar de enojo no, o sea, o sea a veces hasta cuando me hacen enojar mucho o sea lloro de que, de impotencia de no poder haber hecho algo más en ese momento no... después 2 ó 3 días ya es cuando me siento mal del estómago, ahorita esta última vez que hablamos él y yo, yo me enoje mucho y dure como 3 días o 4 días enferma del estómago y ya se me quito.*

E- ¿Pero que sería, diarrea?

R- *No, dolor de estómago nada más*

E- ¿De alguna parte específica?

R- *En el estómago en general*

Sebastián:

E- ¿Podrías identificar de alguna manera cuando tú te enojas, en qué parte de tu cuerpo sientes el enojo?

R- *Quizá en la boca del estomago no, o sea, mira cuando, cuando estas mucho muy enojado lógicamente no sientes nada, o sea sientes en tu cuerpo quizá una, en todo el cuerpo no, no en la boca del estomago, o sea en todo el cuerpo sientes una especie de energía que quiere salir...*

Ché:

E- ¿Algún malestar físico?

R- *Mmm, pus a la mejor después un cierto dolor de cabeza*

Ricardo:

E- ¿Algún malestar físico que tengas cuando te enojas?

R- *Mmm, dolor de cabeza*

E- ¿Nada más?

R- *Pues a veces dolor de cabeza y en ocasiones un dolor de espalda*

Sofía:

E- ¿Cuándo sientes ese enojo algún malestar físico en tu cuerpo que se manifieste que tú lo sientas?

R- *No, fíjate que no.*

E- ¿O después?

R- *No*

E- ¿Y luego que más paso?

R- *No pus ya, si, pero estoy hasta temblando*

E- ¿Entonces sí hay una sensación en el cuerpo, no?

R- *Bueno sí.*

Rafael:

E- ¿Podrías mencionar si en tu cuerpo el enojo se manifiesta cuando es muy fuerte, que lo sientas en alguna parte de tu cuerpo?

R- *Sí, en el estomago siempre que me enojo me, me enfermo de del estomago me, me duele mucho.*

E- ¿Cómo sería eso?

R- *No, no sé cólicos o cosas así.*

Cólicos, dolor fuerte, y a veces me duele también la cabeza.

E- *¿Durante o ya después?*

R- *No ya después de que paso o me duele la cabeza o, o el estomago mucho.*

Karla:

E- *¿Siente usted algún malestar físico cuando se enoja?*

R- *El día que me enojé con Carlos sí, porque...*

E-*¿Qué sintió?*

R-*Sabes que sentí así como que ah, me quería dar un infarto y pero si le dije a Dios y como yo soy, creo en las animas benditas de que hay animas benditas ayúdenme, animas de los doctores ayúdenme y sentí así una paz, y me controle porque me temblaban las manos así, ¡ay! así bien feo.*

E- *¿Qué más sentía en el cuerpo?*

R- *Así como que en la cabeza así, sentía como que mareada. Mareada como que no controlaba nada y ya cuando le dije animas benditas de mis padres, de mis hermanos, de mis abuelos, de mis bisabuelos ayúdenme, ya le dije Padre Santísimo Celestial no permitas que me pase nada...*

Yesenia:

E-*¿Qué malestar físico recuerda que sentía, o cuando se enoja usted que malestar o en donde sentiría su enojo?*

R- *Sí, si lo siento en mi cuerpo tiembla, todo mi cuerpo por dentro siento un temblor y, y mis manos antes no, este no me vibran así, si me tiemblan, pero así como que como que tiemblan poquito, pero en si mi cuerpo me tiembla y este y así mi cabeza como que, no sé me empieza a entrar desesperación.*

E- *Entonces en todo el cuerpo se siente y en la cabeza.*

R- *En la cabeza así como que le digo que, no quiero escuchar, no quiero escucharlo no quiero que me este diciendo nada*

Retomando lo ya mencionado en la definición de esta categoría se observa que los entrevistados coinciden con lo que coloquialmente se conoce en cuanto a lugar del cuerpo donde se experimenta la emoción del enojo, Ya que en el caso de Fernanda, Elena, Sebastián y Rafael comentaron que al enojarse presentan una sensación en el estómago; Yesenia, Ricardo, Rafael así como Ché señalaron que el malestar lo ubican en la cabeza. Por su parte Sofía, Karla además de Yesenia mencionaron que el temblor de cuerpo o manos es característico cuando se enojan, finalmente Felipe argumento que es en la boca donde se manifiesta dicha emoción, puesto que comienza a jugar con la lengua y a “chillar los dientes”.

Frecuencia del enojo:

Es el número de veces que la persona refiere presentar la emoción del enojo en un determinado lapso de tiempo el cual podría ser de un día, una semana o un mes. Este dato proporciona una idea clara de que tanto esta

dominando la emoción del enojo en la vida de las personas, es precisamente este factor, el que nos dio el indicativo para seleccionar a nuestros participantes, dado que social y familiarmente estos individuos se enojan con frecuencia. Cabe señalar que el enojo se debe presentar de forma equilibrada al igual que el resto de las emociones puesto que debe existir armonía en la persona.

Fernanda:

E- ¿Con qué frecuencia consideras que es esto?

R- *Él enojo es diario, diario diario, pero en las emociones más explosivas son no sé, digamos cada, no sé cada ocho cada 15 días.*

Felipe:

E- ¿Con qué frecuencia te enojas, aunque vayas guardando tus enojos?

R- *Pues una vez por semana.*

Elena:

E- ¿Con que frecuencia te enojas por decir al mes?

R- *Mmm, hijos! Pus últimamente me he enojado mucho, no te creas esta ultima vez así feo, feo como unas cuatro o cinco veces...*

Sebastián:

E- ¿Con que frecuencia crees que experimentas enojo?

R- *No pus yo creo que o sea diario por lo menos no sé dos, tres veces al día, no, o sea te digo y dependiendo también de las situaciones...*

Ché:

E- ... ¿Con qué frecuencia sería que te enojas?

R- *Mmm no pus ahí si no como que no te sabría decir un, un número, una cantidad un promedio no.*

E- *¿Podría ser que te enojas diariamente por ejemplo?*

R- *No, yo siento que no, no, o sea si lo quieres ver en una cantidad no*

E- *Bueno entonces ¿en cantidad no sería diario?*

R- *No o sea la, o sea a la mejor en, en este en calidad si se le puede de, de esa forma, o sea yo cuando vaya yo me doy cuenta ahora que, que cuando exploto, exploto de a de veras no, y no por partes, o sea como que lo voy acumulando no, y ya lo expreso de repente.*

Ricardo:

E- ¿Con qué frecuencia podrías considerar que te enojas?

R- *Pues, pues yo como una frecuencia que te podría decir al día de hoy...,... una frecuencia normal.*

E- ¿Qué sería normal para ti?

R- *Mmm pues yo creo que una vez al día, en mi casa*

E- ¿Y en el trabajo?

R- *En el trabajo pues si son, son varias*

Sofía:

E- Vamos a decir que en una semana ¿Cómo cuantas veces te enojas?

R- *Ah pus diario me enojo.*

E- ¿Diario sería, por todas estas cosas que nos haz comentado?

R- *Si te digo que porque, lo más mínimo si este, por lo más ya estoy enojada.*

Rafael:

E- ¿Cuál sería la frecuencia con la que tú te enojas?

R- *No sé, yo creo que una, una vez a la semana sí, una vez a la semana.*

Karla:

E- Con qué frecuencia sería que usted se enoja...

R- *Ah si me enoja a veces...*

E- Muy bien... entonces si se enoja seguido por decir así...

R- *Ay no así yo digo mejor no hablo porque surgen problemas.*

Yesenia:

E- ¿Con qué frecuencia a la semana? por decir un número de veces.

R- *Pus ahora ya, ya me estoy más tranquila eh por decir algo podría ser no sé una o dos veces a la semana podría ser.*

El número de veces que los participantes refirieron experimentar la emoción del enojo fue muy variado puesto que Fernanda, Sebastián, Ricardo y Sofía argumentaron presentar dicha emoción diariamente, incluso Ricardo comenta que para él, el enojarse diario en su casa y en su trabajo es una frecuencia normal, por su parte Felipe, Rafael, Yesenia, Elena, Ché así como Karla externaron diversos lapsos de tiempo diferentes al ya mencionado, ya que ellos refirieron que sus enojos son más esporádicos ya sea a la semana o al mes, sin embargo, es evidente que disminuyeron la frecuencia, tal vez por vergüenza, o pudiera ser a que consideraron únicamente los accesos de ira de importancia para ellos. Lo anterior nos suena familiar debido a que por experiencia propia algunas de las personas iracundas suelen no darse cuenta de qué tan enojones pueden ser.

Significado de alimento:

Es el concepto y sentido que la persona le otorga a su comida. Culturalmente el alimento se ha convertido en aquello que se consume para satisfacer el hambre y/o el gusto, en nuestra sociedad los alimentos han perdido su valor moral puesto que las personas han dejado de lado el respeto por su comida, dado que en la actualidad existe mucho desperdicio de la misma. La alimentación es de fundamental importancia ya que es de los alimentos que consumimos de donde obtenemos la energía y los nutrientes¹⁸ que nuestro cuerpo

¹⁸ Molina D. *op. cit.*

necesita para funcionar adecuadamente, sin embargo en la actualidad el consumo de dichos alimentos está basado en el hecho de complacer al paladar olvidando su objetivo primordial que en este caso sería la nutrición, aunado a este aspecto se encuentra también el ritmo de vida tan agitada que existe hoy en día el cual no admite que la gente se ocupe de la calidad de los alimentos que se consumen, lo anterior nos permite mencionar que el cuidado del cuerpo ha pasado a último término.

Fernanda:

E- ¿Para ti que significa la comida?

R- *Pus para mí la comida es este, pus son los alimentos que adquirimos para tener un buen rendimiento en el día.*

Felipe:

E- En este aspecto ¿Nos podrías comentar para ti que es la comida, que significa la comida?

R- *Como significado no pero pus eso, algo que el, el cuerpo mismo lo pide no, para seguir funcionando.*

Elena:

E- ¿Para ti que significa la comida?

R- *Mmm, Pues mmm, es algo, es, es, digamos que es algo que necesitamos para, para proveernos de energía para poder a, llevar a cabo nuestras actividades físicas e intelectuales.*

Sebastián:

E- ¿Qué significaría o que significado le das tú a la comida al alimento?

R- *Mira, o sea eh es importante no, o sea lógicamente porque pus de eso vivimos no, si no comiéramos no viviríamos, este, lamentablemente no sé si sea a nivel nacional, a nivel mundial o a nivel personal, este, pus los hábitos alimenticios son, son muy, muy malos para, para mi en particular..., ...comes lo que te gusta, lo que se te antoja lo que ves en la calle, lo que, a veces tu pides en tu casa,... es importante en el sentido de que pus debemos de mantener un, un cuerpo sano*

E- ¿Pero algún significado que le dieras al alimento?

R- *No pus es importante para poder, para poder vivir pus nada más.*

Ché:

E- ¿Para ti que significa el alimento?

R- *Mmm, pues es co... bueno yo lo vería como, como se llama como el este, este como la gasolina del carro no, o sea bueno que es parte esencial del, de pus en la vida del hombre sí uno no sé alimenta pus simplemente no, no puede uno vivir*

Ricardo:

E- ¿Qué significado tiene para ti el alimento ó la comida?

R- *Pues yo creo que es algo muy importante no, puesto que es algo que nos mantiene, nos mantiene vivos, nos mantiene vivos y a parte pues es básico porque nos da la energía que necesitamos para pues desempeñar el trabajo las actividades que hacemos diarias*

Sofía:

E- ¿Qué significado tendría para ti el alimento, la comida?

R- *Bueno, pus si que, comer sano, es estar sano no.*

E- ¿Nada más sería tú...?

R- *Aja mi opinión.*

Rafael:

E- ¿Qué significado tendría para ti el alimento, la comida?

R- *Pues es indispensable no, la comida porque en la pro... en la comida pus encontramos proteínas este cosas elementales que necesita el cuerpo, este en las verduras, en la fruta en la carne, por eso siempre dicen que hay que llevar una comida balanceada no, o sea que hay que comer de todo, para que tu cuerpo este sano.*

E- ¿Eso sería lo que significa para ti?

R- *La comida, si o sea es algo e... esencial, sin la comida no podría vivir el ser humano, a parte del agua no, o sea el ser humano necesita comida y agua para sobrevivir o sea es algo indispensable, es algo por eso lo chinos por ejemplo los chinos viven tantos años no, porque toda duran tantos años en base a su, a su alimentación, o sea lo que comen es por eso su, su, su aparato de ellos re... reprodu... este, su apar... su, su aparato digestivo funciona mejor.*

Karla:

E- ¿qué significa para usted el alimento la comida, que significado le da a la comida?

R- *A mi me significa la comida para mi lo más hermoso es la comida y que este rica pues es más hermoso...*

Rico, lo considero que, que hasta el último día de mi vida voy a pensar que es lo más hermoso comer porque ya dejar de comer-triste.

Yesenia:

E- ¿Para usted que significado tiene el alimento?

R- *Bueno pus es que es lo principal no, si uno no come pus este, en primera pus se debilita, o sea esta uno bajo en defensas si, este, a parte que pus también, estén en el estado de ánimo no, si uno come pus como que ya se siente uno tranquilo y bien...*

Es posible observar que la mayoría de los entrevistados le otorgan a sus alimentos un sentido de uso similar al combustible de una maquina, considerando que es una parte indispensable, importante y esencial para vivir (Sebastián, Ché y Rafael), olvidando como se menciona anteriormente su valor moral al igual que su valor nutrimental. O como en el caso de Fernanda quien señala que se debe alimentar para tener un buen rendimiento cotidiano. Por su parte Karla así como Yesenia lo asocian con los estados de animo pues argumentan que si no se come se esta triste y que al comer ya uno se siente bien. Es así como en cada uno de los participantes se evidencia la ausencia de un significado de gratitud y nutrición para con su alimento. Esta categoría contribuye en la aparición del enojo debido a que al no existir una relación significativa con la comida, los individuos tienden a consumir alimentos ricos en grasas, harinas, refinados,

etc. que son perjudiciales para el estómago, lo que ocasionará problemas digestivos que repercutirán en el estado de animo de las personas.

Tipo de alimentación:

Son los alimentos que la persona consume con mayor frecuencia de manera cotidiana, la elección de estos se basa generalmente en que se prefiere la ingesta de los que presentan un alto contenido de azúcares, grasas, picantes y proteína animal, dado que son estimulantes al igual que generadores de placer al contacto con el paladar. Este tipo de alimentación es inducido desde la política hasta la aplastante mercadotecnia publicitaria que diariamente recibimos por televisión, la radio, anuncios espectaculares, etc. los cuales nos sugieren consumir sus productos, que en su mayoría no son benéficos para la salud, a pesar de que se nos trate de vender la idea de lo contrario. Lo cual permite señalar que las personas basan su ingesta en el gusto o antojo y no en la nutrición, a pesar de que en su mayoría saben que dichos alimentos no contribuyen a una adecuada alimentación.

Fernanda:

E-... ¿más o menos en que estaría basada tu dieta diaria? ¿Cuáles son los alimentos que más consumes?

R- *Pues, la carne no, porque no es de mi agrado, el huevo tampoco, o sea lo que es verduras, este pollo, leche, este café, nada más, tortilla pan.*

E- ¿Picante?

R- *Si, mucho*

Felipe:

E- ¿De tu alimentación que nos podrías comentar que es lo que comes regularmente?

R- *Que es lo que como a diario, pues, pollo, huevo, leche, pan, refresco, agua...*

E- ¿Y regularmente que te ponen de comer?

R- *Por ejemplo hoy me pusieron chicharrón en salsa verde, a veces pechugas empanizadas, bistec, salchichas con papa, este, huevo con ejotes o nopales, arroz, el arroz también me gusta bastante, spaghetti, cualquier cosa que no sea muy caldado, porque se cae, se derrama*

Elena:

E- ¿Cuáles son los tipos de alimentos que más frecuentemente consumes?

R- *Me gustan mucho las frutas, verduras e las aguas de frutas, aunque a veces cuando hace mucho calor me gusta tomar mucha coca Light y cerveza, eh pus como los tres tipos de carne pero me gusta más el pescado, mmm que más, casi no como pan y me gustan mucho los lácteos, o sea leche, el yogurt, el queso.*

E- ¿Actualmente también?

R- *No, actualmente me gusta el pescado, antes yo no...*

Sebastián:

E- ¿Por ejemplo hoy que desayunaste?

R- *Hoy desayune, bistec con ejotes en salsa verde, con arroz y agua de limón.*

E- ¿Y ya cuando llegas a tú casa?

R- *...quizá al rato vaya a comer en la noche pus no sé quizá pollo con, o sea guisado con arroz, la sopa también, casi no la acostumbro pero si este si la como, no. huevo, arroz, frijoles o sea, pus vamos a decir que la alimentación básica del mexicano o sea de todo no, o sea este pus alimentos saturados en grasas si tu quieres...*

Ché:

E-... ¿Qué era lo que te daban de comer, cuales alimentos eran los que consumías más frecuentemente?

R- *Pus era bueno pus era el pollo, carne, este huevo, leche a mi me encantaba, bueno desde entonces ahorita ya este ya no tanto me encantaban las hamburguesas, este los hot-dog, las tortas*

E- ¿Con las verduras no haz tenido ningún inconveniente?

R- *No, ninguno, no*

Ricardo:

E- ¿Nos podrías comentar en que esta basada tu dieta diaria, cual sería la alimentación que llevas?

R- *Híjole, yo creo que así en mi alimentación, tanto como ser una alimentación buena no, pus ora si que en las mañanas, pus básicamente no, tanto como desayunar pues no, ora si que este, en el trabajo pus lo que me llega a poner en este caso mi, mi esposa, algunas tortas eh, yogurt, liquido, este alguna gelatina, algún postre, fruta.*

E- ¿La torta de que sería regularmente de que es?

R- *Pues de jamón, bueno pues básicamente*

E- ¿Y cuando estas en tu casa?

R- *Y cuando estamos, cuando estoy en la casa pues es un, un desayuno digamos este un plato de, de guisado, este una taza de leche o ya sea un vaso de refresco, y tortilla o pan y este, en ocasiones como fruta*

E- ¿Y la comida sería sopa, guisado?

R- *Si, si, si lo normal, sopa guisado tortilla, refresco, agua*

E- ¿Los guisados serían pollo, carne roja, carne de cerdo o cual es el que más consumes?

R- *Pues si es variable, si se varía mucho*

E- ¿Pescado también?

R- *No pescado casi no, pero los demás si*

E- ¿Verduras?

R- *También*

Sofía:

E- ¿En que estaría basada tú alimentación diaria, que seria lo que comes diariamente?

R- *Pues este, llevamos bueno como nos pusieron a dieta, nada más comemos frutas y verduras, y pescado.*

E- ¿Y ahora en la adultez, antes de que te inmiscuyeras en esto de cuidar la alimentación en que estaba basada la comida?

R- *En pura chuchería (Risas) bueno que taquitos, que tortas, que sanguis, que este, pus todo lo de la calle, hamburguesas, y ya no como nada de eso.*

E- *¿Eso sería antes de, ahorita como cuanto tiempo tienes de que estas con este régimen?*

R- *De Febrero de este año para acá, mucho, tomábamos mucho refresco, bueno no, así mucho no, yo no soy muy amante al refresco pero si, si tomábamos.*

E- *¿De cuál?*

R- *De todos pero más la coca porque sabe más rica (Risas) es la que más daño hace.*

Rafael:

E- *¿En qué estaría basada diariamente tu alimentación actual?*

R- *En que esta basada, pues como mucha carne, mucho pollo, verduras muy poca, fruta también muy poca, la como de vez en cuando, agua, este de vez en cuando tomo vitaminas, licuados, jugos, nada más yo creo.*

E- *¿Cuáles serían los que más consumes?*

R- *Qué es lo que más consumo, carne y pollo.*

Carne roja...

E- *¿Pescado?*

R- *Pescado.*

...a veces como tacos este como tamales, este pambazos, garnachas tacos...

me como un pan, este me como una fruta...,...vuelvo a comer ya sea este como fruta, como este no sé, por ejemplo, me hago un sándwich, este como, como cereal, y luego como a la media hora vuelvo a comer, este lo que haya o sea me gusta este, o sea variarle no, galletas, este cacahuates, papas o sea ora sí de todo... una sincronizada, un hot dog, una hamburguesa.

Karla:

E- *En cuanto a su alimentación actual, este ¿cuales serían los alimentos diarios, que más consume, es decir en que estará basada más su dieta...?*

R- *Pues la verdad debemos de... yo como padezco del corazón pues tomo mucha pastilla, tomo Captopril tomo así este, Aspirina Protec, tomo unos nutrientes...*

E- *¿Cómo sería más su dieta, cereales...?*

R- *Pescado*

E- *¿Que otros alimentos? por ejemplo: refresco, toma refresco...*

R- *Si, refresco, agua, de esa de jarabe, preparo agua...*

E- *¿Carnes rojas...?*

R- *Casi más pollo, casi toda la vida nos pasamos comiendo pollo, y de vez en cuando carne de puerco, casi res nunca, 2 veces a la semana carne de puerco pero nomás un pedacito, pollo en mole verde, en jitomate, pollo en mole, pollo en salsa verde pollo asado, pollo dorado, pollo empanizado, nosotros toda la vida comemos pollo.*

Yesenia:

E- *¿En qué estaría basada su dieta diaria, que es lo que come regularmente?*

R- *Si tengo una dieta, lo que pasa es que si tengo problema de peso, entonces este casi en la mañana en la noche es fruta, este o muy ligero como huevitos con jamón huevos al gusto y este y en la tarde se es este consomé, este verdura con pollo, y ensalada, y biste así guisadito, picadillo, pero sencillo o sea sin grasa.*

E- *¿Y en la noche?*

R- *Fruta.*

E- Esta dieta o régimen alimenticio ¿Cómo cuanto tiempo tiene que lo tomó?

R- *Lo, lo empecé a tomar más o menos tengo como, tres meses, cuatro meses.*

E- ¿Cómo tres meses, y si dijéramos de antes, de esa fecha para atrás cómo estaría basada su comida?

R- *Lo que pasa es que así como trabajo, entonces este si me mal paso mucho, entons hay periodos en que si hago dieta y luego me canso, o sea me presiono mucho de que, tengo que hacer todo preparar todo, y este a veces la deajo, no sé, un medio año pero otra vez, o sea que por lo regular siempre estoy constantemente y cuando la deajo un poco, este pus si trato de, de comer este, más o menos lo mismo pero luego en la mañana este, que como quesadillas, o en la tarde a veces que barbacoa porque luego a mis hijos este les gusta, y este y vamos que a las carnitas que a la barbacoa pero no diario o sea, nunca, nunca abuso mucho por lo mismo que se que tengo el sobrepeso.*

Se contempla que la mayoría de los participantes consumen en su dieta diaria productos refinados tales como son el pan, aguas endulzadas con azúcar, golosinas, pastas. De la misma manera se ingieren alimentos irritantes como la carne roja, de cerdo, de borrego preparadas principalmente con picante. Así también alimentos que se ubican en el grupo de las grasas como las hamburguesas, hot dogs, "garnacheria", arroz y pescado frito, empanizados. Además de que la mitad de los entrevistados comentaron ingerir refresco regularmente.

La contribución del aspecto alimenticio en el surgimiento del enojo radica en que al llevar una ingesta diaria no balanceada ocasiona en el organismo insuficiencias nutricionales que indudablemente se van a manifestar en el estado de ánimo de las personas, un ejemplo claro se puede observar cuando existe carencia de verduras crudas, cereales y alimentos ligeros en la dieta, este hecho va a generar una difícil digestión por consiguiente el estómago se irritará dando paso a la aparición de cierta exasperación en la persona.

Alimento preferido:

Es el alimento o comida de mayor preferencia por la persona, el cual es elegido por que satisface el deseo de degustarlo provocando así placer al ingerirlo. En nuestra sociedad se acostumbra ingerirlo en ocasiones especiales, tales como aniversarios, cumpleaños o cualquier festejo en general, puesto que el hecho de degustarlo se asocia estrechamente con el placer. Cabe señalar que la inclinación por este alimento tiene estrecha relación con la emoción que domina en la persona que lo consume.

Fernanda:

E- ¿Cuál es tu alimento preferido?

R- *El caldo de camarón.*

Felipe:

E- ¿Y alguno que prefieras?

R- *Pues los tacos dorados, los chilaquiles, todo dorado, la garnacha, pero casi no la frecuento mucho por lo mismo que ya estoy más consciente ya que... no la consumo mucho prefiero llevarme comida de mi casa*

Elena:

E- ¿Cuál es tu alimento o comida preferida?

R- *El pescado, salmón.*

E- ¿En cualquier presentación?

R- *Sí, o sea solito así no, que lleve algún condimento algo así.*

Sebastián:

E- ¿Algún alimento que preferías, algo que te gustaba mucho?

R- *En aquel entonces y hasta la fecha me gusta mucho las milanesas y las pechugas empanizadas.*

Ché:

E- ... ¿Qué era lo que te daban de comer, cuales alimentos eran los que consumías más frecuentemente?

R- *Pus era bueno pus era el pollo, carne, este huevo, leche a mi me encantaba, bueno desde entonces ahorita ya este ya no tanto me encantaban las hamburguesas, este los hot dog, las tortas*

Ricardo:

E- ¿Cuál sería tu comida o alimento preferido?

R- *Las albóndigas, lentejas este que más, spaghetti.*

Sofía:

E- ¿Cuál sería actualmente tú alimento preferido?

R- *Como ya me estoy acostumbrando, las verduras al vapor.*

E- ¿Ese sería el más preferido?

Nota: Asentó con la cabeza.

Rafael:

E- ¿Cuál sería tu comida o alimento preferido?

R- *Eh, el caldo de pollo, es lo que más me gusta.*

Karla:

E- ... ¿Cuál sería su comida preferida la que a usted más le guste?

R- *Me gustan las milanesas y los chiles rellenos*

Yesenia:

E- ¿Cuál sería su comida o su alimento preferido?

R- *Este pus sería el pollo, s lo que más como.*

E- El pollo, ¿De alguna manera preparado?

R- *Este me, me gusta mucho este por decir algo por ejemplo, pollo en mixiotes, este o guisarlo así con nopalitos en guisado, con papitas, pero de hecho hago mucho pollo, a la pechuguita rellena con mucha ensalada, también eso me gusta mucho si.*

Los alimentos preferidos de los participantes son: el caldo de camarón, los chilaquiles, los tacos dorados, el salmón, las milanesas y pechugas empanizadas, las hamburguesas, los tacos, las tortas, los hot dogs, las albóndigas, lentejas, espagueti, las verduras al vapor, caldo de pollo, chiles rellenos, mixiotes y la pechuga rellena. Lo cual evidencia una preferencia por la comida con exceso de grasa además de condimentada, que como ya se ha mencionado se asocia principalmente con una difícil digestión lo que provoca a su vez estómagos irritados y por ende personas irritables.

Alimento que rechaza: Es el alimento o comida que la persona puede o no consumir ante determinadas circunstancias dado que es posible no sea de su agrado ante la vista, el olfato y el gusto, su ingesta también dependerá de sí provoca algún tipo de malestar en el organismo por anteriores excesos en su consumo.

Fernanda:

E- En relación a tu alimentación ¿más o menos en que estaría basada tu dieta diaria?
¿Cuáles son los alimentos que más consumes?

R- *Pues, la carne no, porque no es de mi agrado, el huevo tampoco...*

Felipe:

E- ...alguno que dijeras que te lo servía o incluso que tu mamá ya sabía que no te gustaba y mejor no te lo daba?

R- *...lo que no me gustaba eran las manitas de puerco, esas si no, nunca me las daban porque no me gustaban*

Elena:

E- ¿Alimentos que rechazaras en el pasado, por ejemplo de niña?

R- *La coliflor no me gustaba, pero ya me gusta*

E- ¿Algún otro?

R- *No creo que no, nada más la coliflor era la que no me entraba*

Sebastián:

E- ¿Qué alimentos recuerdas que rechazaras?

R- *Ups pus a mi no me gusta la leche, no me gustan las verduras, no me gustan las habas, no me gustan los ejotes, no me gusta a mí, a mí en particular, o sea, lógicamente cuando los hacían pus los teníamos que comer porque, pus no había más no, además de que nos obligaban a, a comer ese tipo de alimentos.*

Ché:

E- Nos gustaría que nos comentaras de niño cuales eran los alimentos que más consumías, los que te gustaban y los que más rechazabas, de adolescente y ahora ya de adulto

R- *...nunca me llamaron la, la atención este bueno como te digo la este las manitas de puerco, las patitas de pollo no, o sea nunca me gustaron de hecho y hasta la fecha*

E- ¿Algún otro alimento que rechazas en la actualidad?

R- *Mmm, pus a lo mejor el a este, como se llama a lo mejor el pescado bueno ya lo que es la mojarra no, como que no es que no me guste pero si me da miedo por las espinas por, ver el, el pescado ahí este enterito no*

E- ¿El aspecto sería?

R- *El aspecto, aja*

Ricardo:

E- ¿En general las verduras o alguna en específico?

R- *Pues lo que era por decir este los chayotes, nopales, la verdura más ó menos de este tipo*

E- ¿O hasta la fecha?

R- *Bueno hasta la fecha ya no, pero si todavía un poco*

E- ¿Ese sería el único alimento que rechazaras?

R- *Pues lo que si también no, no me gusta mucho es lo, la, la avena*

Sofía:

E- ¿Uno que actualmente rechaces?

R- *...como que la carne ya no me, o sea y como ya no la como no, no, no me gusta, no me la como.*

E- ¿A parte de eso por ejemplo algún otro?

R- *Este, el huevo, pero ahora eh, porque si me gustaba, pero ahora no, no sé como que lo aborrezco por el colesterol.*

E- ¿Esto vendría siendo a partir de la idea de que tienes de que se te sube el colesterol?

R- *Si, aja, si.*

E- ¿Algún alimento que...?

R- *Embutidos tampoco eh, no, no, puedo ni ver.*

Rafael:

E- ¿Igual sigues rechazando el huevo?

R- *El huevo.*

E- ¿Algún otro?

R- *Chiles rellenos, calabacitas tampoco eso me gusta, este algún asado que, que, que no, no se me antoje no me lo como, asado como por ejemplo no sé que hacen este, no sé carne con verdolagas tampoco o sea, o sea cosas que yo vea que no me gustan no, no me las como.*

E- Que no se te antojen a la vista.

R- *Que no se me antojen aja, o sea por ejemplo a mi las verdolagas no me gustan, entonces lo rechazo no me lo como, o sea prefiero comer otra cosa.*

Karla:

E.- ¿Qué alimento no le gusta, que diga ese casi no?

R.- *Como que la Pera no me gusta como que...*

E.- *¿Y de comida? Uno que no le guste...*

R.- *Así, la carne salada como la, la cecina no me gusta... esa no me gusta esta salada y el chorizo no me gusta porque esta muy salada...*

Yesenia:

E- *¿Entonces si habrá alguno que rechaza porque no le gusta?*

R- *No, nomás sigue siendo la cebolla y el ajo así...*

E- *¿El hígado ahorita?*

R- *El hígado también no, no me siguen así como que no me gusta.*

E- *¿La cebolla en todas las presentaciones?*

R- *No, casi en todas nomás sabe como me la como únicamente cuando es en carne tártara o en así en ceviche que ya ve que se coce con el limón, porque no huele casi si huele pero muy poquito, y este, y no sabe, o sea por el limón ya le quita el sabor, pero de ahí en fuera para nada.*

E- *¿Pero que sería lo que le molesta entonces, el olor?*

R- *El olor y, el olor y el sabor.*

Se observa que Fernanda así como Karla rechazan la carne roja, Felipe, Ché y Sofía comentaron que la carne de puerco, por su parte Yesenia, Rafael, Felipe, Sebastián al igual que Ricardo argumentaron no consumir al menos algún tipo de verdura, finalmente Sofía, Rafael junto con Fernanda señalaron que omiten el huevo en su ingesta diaria. En algunos casos es posible que el alimento que se rechaza en la actualidad se deba a que durante la infancia su consumo haya sido obligatorio, lo cual puede ser causante de que se presente la emoción del enojo, debido a que el hecho de ser obligado a realizar algo que no sea de nuestro agrado puede provocar enfado. Al igual que esto, es necesario retomar la idea de que en nuestros días la toma de alimentos esta basada principalmente en el gusto, en la satisfacción y no en el aspecto de los valores nutrimentales que posea la comida.

Alimento problema:

Es el alimento que causa algún malestar o molestia en el organismo de la persona. Regularmente esto puede deberse a que el individuo presente alergia a alguno de los componentes de dicho alimento o en algunos casos tiene que ver con los abusos que se hayan tenido en el consumo de algún alimento en particular.

Fernanda:

E- *¿Ahora en la actualidad algún alimento que digas, como esto y estoy segura que me va a doler el estomago o algo por el estilo?*

R- *Pues sí, sería la guayaba y la tuna por qué este he... tengo problemas del aparato digestivo, estreñimiento lo que es la tuna y la guayaba no las como.*

Felipe:

E- ¿Consideras que existe algún alimento que te hace daño, o sea que ya estés como premeditado a que sabes que te lo comes te va hacer daño?

R- *No, nada*

E- ¿Antes?

R- *No tampoco, nada me hace daño, bueno depende así cuando como en la calle a veces si me llega hacer daño, pero no es muy seguido, es rara la vez.*

Elena:

E- ¿Algún alimento que hayas identificado que te hacía daño, o que te haga daño en la actualidad?

R- *¡Ay! El mole, me encanta pero como que no sé, de un de repente me hicieron mucho daño un pollo con mole que me comí, y ya no sé como que de repente cuando vuelvo a comer mole ya no lo tolero.*

E- ¿Actualmente si lo comes o mejor lo evitas?

R- *Pues a veces lo he llegado a comer pero, pus ora si que me estoy exponiendo a que me pueda hacer daño, cuando lo consumo, lo consumo muy poquito, no como mucho.*

Sebastián:

E- ¿Algún alimento que consideres que cuando lo comes te hace daño?

R- *No, creo yo que ninguno he, no, no, no recuerdo alguno que yo diga hójole me comí esto, me tome esto.*

E- Por ejemplo cuando llegas a tomar leche en alguna situación que te sientas obligado ¿no sientes algún malestar?

R- *Pus no, no, no, no o sea mi, mi rechazo hacia la leche es porque pus a mi gusto no le agrada....*

Ché:

E- ¿Qué alimentos consideras que te hacen daño actualmente?

R- *La, la carne de puerco este como se llama la carne de las hamburguesas, el chicharrón o sea por lo mismo del colesterol y la presión alta*

Ricardo:

E- ¿Pero algún alimento que te haga daño, que te provoque algún malestar en el estómago, cuando te lo comes ó que te haga sentir mal, como diarrea?

R- *Pues no*

E- ¿Puedes comer cualquier cosa sin el temor de que te vas a enfermar?

R- *Hasta el momento si de todo*

Sofía:

E- ¿Actualmente un alimento que consideres que te hace daño?

R- *Qué me hace daño, la carne que la como y luego inmediatamente este la empiezo a repetir y como que me infla...*

E- ¿Cualquier tipo de carne?

R- *Bueno, este la de res es la que más repite y repite.*

Rafael:

E- ¿Actualmente existirá algún alimento que consideras que te hace daño, que te lo comas algún malestar físico?

R- *Si este los tacos, cuando los tacos están muy grasosos, los como y, y me hacen daño luego, luego al estomago, me da vómito, diarrea me duele el estomago o sea me da como indigestión, eso aja.*

E- ¿Algún otro?

R- *No, yo creo que nada más eso.*

Karla:

E.- *Muy bien... Actualmente considera que algún alimento le haga daño, algo que coma y diga hijoles ese me va a soltar el estómago....*

R.- *Nunca me hace daño nada, yo hasta quiero comerme algo que me haga daño para que me de diarrea, me, quiero que me dure como una semana...porque me siento bien, porque soy una persona estrinida...*

Yesenia:

E- ¿Ahora de adulto alguno que rechace?

R- *Es pus igual namás así este, casi carne roja, ya no comemos mucho, este, pus por lo mismo que, este tengo problema de digestión, entonces me estriño mucho...*

E-¿Entonces usted ya tiene bien identificado que cuando come carne es casi seguro que se empiece a estreñir?

R- *Sí.*

E- ¿De niña, de adolescente considera que hubo algún alimento que le hiciera daño, que decía cuando me lo comía, me hacía daño?

R- *Híjole como que, a veces, a veces el caldo porque, como cae caliente.....y si a veces me hacía daño y a la fecha me, a veces de repente..., si a veces me hace daño, así comer mucho caldo.*

E- ¿Pero que serían caldos cómo?

R- *Como el de pollo, el consomé de barbacoa.*

Del total de los entrevistados Karla, Ricardo así como Felipe argumentaron no tener ningún problema con los alimentos debido a que hasta el momento no existe alguno que les produzca malestares. Por su parte Sofía además de Yesenia comentaron que al consumir la carne roja esta les provoca inflamación en el estómago y estreñimiento respectivamente, este último malestar lo presenta Fernanda al ingerir fruta, particularmente la guayaba o la tuna. En su caso, Sebastián mencionó que anteriormente los mariscos desencadenaban en él una reacción alérgica; Ché señaló que prefiere omitir la carne de puerco dado que tiene repercusiones en sus niveles de colesterol además de alterar su presión arterial. Los excesos en el consumo de mole han provocado en Elena intolerancia a este alimento, lo mismo ocurre con Rafael puesto que los tacos le generan indigestión, sin embargo en ambos casos se observa que si existe una preferencia por dichos alimentos por lo que procuran consumirlos en pequeñas cantidades.

Sabor preferido:

Es el gusto por el que la persona tiene mayor inclinación, naturalmente esta elección debe presentarse conforme a la estación del año en que se encuentre el individuo, sin embargo en la actualidad se ha roto la localidad y regionalidad de los propios alimentos es decir, que es posible obtener algunos que no correspondan a la región en que se vive ni a la temporada, esto último como resultado de la comercialización internacional de los mismos, lo cual propicia un desequilibrio en los organismos.

Es importante señalar también, que esta preferencia se puede transmitir de padres a hijos, lo cual va de la mano con las emociones que predominan en la familia. De acuerdo con la teoría de los cinco elementos de la medicina tradicional china, las personas tendrán mayor inclinación por algunos sabores dependiendo de cual emoción este dominando en su vida, así encontramos que dentro de esta teoría el sabor agrio corresponde a la emoción de la Ira, lo amargo a la alegría, el dulce a la ansiedad, el picante a la melancolía y lo salado al pánico ó miedo.

Fernanda:

E- ¿Picante?

R- *Si, mucho*

E- ¿Te gusta mucho el picante?

R- *Ay si.*

Felipe:

E- ¿Qué sabor ó sabores son tus preferidos?

R- *El picante.*

Elena:

E- ¿Por cual sabor crees que tienes mayor inclinación?

R- *Mmm, mmm, me dijiste dulce, salado, picante y ¿Qué más?*

E- Agrio

R- *Yo creo que por lo dulce.*

Sebastián:

E- ...dulce, amargo, agrio, salado ¿por cual de estos se inclinaría tu gusto?

R- *Mmmm siempre, por lo dulce, yo como mucho dulce o sea golosinas, si llego a tomar café que es raro este pus va bien dulce no...*

Ché:

E- ...picante, dulce, agrio, amargo, salado, ¿Por cuál te inclinarías tú?

R- *Yo digo que por el dulce*

Ricardo:

E- ¿Qué sabor prefieres, cual sería tu sabor preferido?

R- *Por el dulce*

Sofía:

E-... ¿Por qué sabor te inclinarías?

R- *Salado, picante, dulce, agrio, picante, me gusta mucho lo picante, el salado no, estoy peleada con la sal también.*

E- ¿Y esto sería que, por cuestiones de presión?

R- *Este no es que, como que cuando yo siento que cuando como sal me hincho de los pies entons ahorita me fui hacer unos estudios para ver como ando de mis riñones.*

Rafael:

E- ... ¿por cual te inclinarías, cuál te gusta más?

R- *Mmm hójole, yo creo este, lo dulce.*

E- ¿Por lo dulce?

R- *Por lo dulce sí.*

Karla:

E- ... ¿Cuál sería su sabor que a usted más le gusta?

R- *Me gusta mucho la carne de puerco, con, ó el pollo como dulcito y como salado, el tomate, como dulcito, me gustan las cosas agridulces ó saladitas poquito ó dulcitas poquito, aja.*

E- O sea ¿entonces cuál sería el sabor que predominaría, ó sería como agridulce, lo que más le gusta...?

R- *Agridulce, agridulce que sea rico.*

Yesenia:

E- ¿Cuál sería su sabor preferido?

R- *Sabor, este la fresa.*

E- ¿Qué vendría siendo, si le ponemos algo dulce, amargo, picante, salado agrio...?

R- *... así cosas a sabor a fresa sí, o sea si, si tiendo mucho a lo dulce.*

E- Su preferencia sería a lo dulce.

R- *A lo dulce sí.*

Considerando lo que se maneja en la teoría de los cinco elementos con respecto a la relación que existe entre el sabor y la emoción observamos que los participantes Fernanda, Felipe así como Sofía argumentaron que el sabor de su preferencia es el picante, esto es que la emoción que domina en ellos es la melancolía, sin embargo sabemos que el picante en exceso produce irritación en el estomago; por su parte Elena Sebastián, Ricardo, Rafael al igual que Yesenia señalaron que el dulce es por el que tienen mayor inclinación, dicho sabor corresponde a la emoción de la ansiedad, esta ultima de igual manera puede desencadenar el enojo el cual a su vez tiene relación con el sabor agrio que Ché y Karla señalaron como el de su elección.

Significado de enfermedad:

Es el concepto y sentido que la persona le otorga a la enfermedad. Socialmente se considera a las patologías como estados donde se pierde la salud, mismos que son caracterizados por dolor, sufrimiento, tristeza, etc. Las personas generalmente creen que la enfermedad es ocasionada por algún virus o bacteria que entro al cuerpo, por algún descuido y esta causando estragos, algunas otras refieren haber enfermado por causas divinas, porque les han hecho algún maleficio o simplemente que les toco por obra de la suerte o del destino.

Fernanda:

E- ¿Para ti que sería la enfermedad?

R- *Pues digamos que, la enfermedad es el virus que te ataca no, a tu organismo, que te hace, que te hace sentir mal es el virus que te ataca.*

Felipe:

E- ¿Para ti que sería la enfermedad?

R- *Enfermedad, ay no, no lo tengo así como concepto no, pues es un, algo que, el con... el cuerpo este se siente mal nada más, no más haya, no, no tengo así como concepto que es la enfermedad.*

Elena:

E- ... ¿Para ti que es enfermedad, cuál es tu concepto de enfermedad?

R- *Bueno es cuando, cuando no estas en tus optimas condiciones, no necesitas estar enfermo del estomago por ejemplo o de la garganta, para decir que es enfermedad más bien yo creo que es cuando no te sientes al cien por ciento bien para realizar tus actividades, cualquier tipo de actividad.*

Sebastián:

E- ... ¿Para ti que significado tendría enfermedad?

R- *Mira para mi enfermarme yo, no significa mucho no, o sea vamos por qué, porque a lo mejor yo se lo que siento y yo sé lo que aguanto, yo sé lo que puedo tolerar, pero enfermarse algún familiar mmm, me refiero a mis padres, a mis hermanos, a mis hijos, a mi esposa, a mis amigos, este eh es algo muy doloroso o sea eh es algo que, que forma una especie de impotencia por qué, porque sabes que no puedes hacer nada....me pone mucho de malas me, me, me da coraje me, me enoja este, eh eh una especie de impotencia no, no puedes hacer nada.*

Ché:

E.-... ¿Tú por qué crees que te enfermas?

R.-Eh yo en el caso de la, de la este presión alta pus ya es hereditario no, o sea mi papá lo tiene, mi mamá lo tiene, mis abuelitos lo tuvieron no, o sea eso ya era un hecho no, eh en el caso a la mejor de repente pus de, de las mismas este bueno ya las gripas no sé algunas cosas, pus yo bueno yo lo, yo lo adjudico también igual al, al tipo de este como se llama alimentación que llevé cuando chico, y que bueno que tuve principios de anemia no, digamos, entonces bueno yo estoy consiente pus he visto, me he informado , me han dicho que, como quiera que sea la, los primeros años de vida, llegan a determinar el crecimiento, desarrollo potencial físico y mental...

Ricardo:

E- ¿Para ti que sería la enfermedad?

R- *La enfermedad pues yo creo que es el, como lo mencionaba hace rato no, el descuido no, de, de mi propio organismo en ciertos aspectos, el ocasionar yo mismo que, que, que mi cuerpo se, se enferme no, o sea tenga, distintas reacciones se puede decir, dependiendo el descuido que yo tenga.*

Sofía:

E- ... ¿Cuál sería tu concepto de enfermedad ó para ti que es la enfermedad?

R- *La enfermedad bueno pus que es fea no, bueno cualquier enfermedad, bueno pus que es fea no, bueno cualquier enfermedad es fea no, pero que, que no nos vaya, a pasar pero, pues ya si se nos llega alguna enfermedad pues, ya ni modo, es bien recibida no.*

Rafael:

E- ... ¿Cuál sería tu concepto de enfermedad?

R- *De enfermedad, pus mi concepto de enfermedad sería este , no sé algún virus bacteria que, que entra a tu cuerpo y, y se descompone totalmente algún este, algún, algún este, algún, algún este, no sé alguna parte de tu cuerpo, y se representa con síntoma, para mi eso sería una enfermedad, también bueno, enfermedad también puede ser, hay enfermedades psicológicas hay gente que, esta loca, gente que esta este pus no sé tiene esquizofrenia, también para mi eso se puede decir que es una enfermedad, el alcoholismo es una enfermedad o sea la enfermedad es una cosa que ala vez se puede curar, y a la vez no, eses es mi concepto.*

E- ¿Cómo sería eso?

R- *Sí, o sea hay cosas que, o sea por ejemplo, no sé tienes, tienes un virus en la garganta y estas enfermo de la garganta y con las inyecciones se te cura y este, cura a lo mejor este malestar que tu tienes, pero por ejemplo el alcoholismo o el tabaquismo, para mi es una enfermedad porque la gente no lo puede dejar y, y luchan y luchan y no pueden, entons para mi eso es una enfermedad, algo, que, que, que no pueden ya superarlo.*

E- ¿A eso te referías con que unas se curan y otras no?

R- *Aja a eso me refería.*

Karla:

E- ¿Para usted que es una enfermedad?, para lo que usted sea la enfermedad.

R- *Para mi las enfermedades son lo más triste que puede haber y el dolor que es mucho así, eso me ¿qué sería? Me, como que ya no, como que me baja la autoestima*

Yesenia:

E.- ¿Qué concepto tiene usted de enfermedad? ¿Qué es la enfermedad para usted?

R.- *Pus es algo malo, porque es algo que nos impide... cuando ya me empezó a dar la colitis me desesperaba porque no podía... o sea algo que le impide estar bien... a todo lo que uno da*

La enfermedad para Felipe, Elena así como Yesenia es cuando el cuerpo se siente mal, que no se esta al cien por ciento o bien el virus o bacteria que entra para atacar al organismo como mencionan Fernanda y Rafael.

Sebastián argumenta que en su persona no le afecta sin embargo en sus seres queridos le significa algo doloroso además de preocupante. Por otra parte Ricardo considera que es un descuido de ciertos aspectos en el organismo, lo contrario de Karla y Sofía quienes señalan que es lo más triste que puede haber así como feo pero bien recibido respectivamente. Ché piensa que la enfermedad es algo hereditario, en su caso, da por hecho que él tenía que enfermarse de presión alta debido a que sus abuelos y sus padres lo padecieron o padecen en la actualidad.

Principalmente en este apartado podemos mencionar que el significado cultural que se otorga a las enfermedades se encuentra estrechamente vinculado con la emoción de la Ira, debido a que al considerar las patologías como algo que nos llega por azar, castigo o descuido puede propiciar un estado de enojo crónico o moderado según sea el caso.

Actitud ante la enfermedad:

Es la postura y comportamiento que la persona muestra al encontrarse en estado de enfermedad. La actitud puede variar de persona a persona, debido a que algunas pueden adoptar posturas de irresponsabilidad en cuanto a su vida, es decir, pueden dejar de realizar las actividades cotidianas que les corresponden. Por otra parte existen aquellos quienes utilizan los padecimientos como medio para obtener atención o chantajear a sus familiares.

Fernanda:

E- ¿Qué emoción experimentas cuando te enfermas o como te afecta?

R- *Pues me afecta porque no soy muy, no soy muy enfermiza, no soy de esas personas que soborno con alguna enfermedad, y mi familia, mis amigos, la gente que me rodea se da cuenta, cuando estoy enferma, porque no es algo que no, que no puedo este, no puedo ocultar por que los síntomas se me notan a flor de piel, y este y como casi no me enfermo el día que me llego a enfermar soy muy, quejumbrosa me quejo de todo por todo, con todo.*

E- ¿Lloras?

R- *Cuando digámoslo así me llego a enfermar y no puedo digámoslo así de la gripa y no puedo respirar si, es de la impotencia, cuando tengo algún dolor, por ejemplo de cabeza que no quieres que nadie te hable que no toleras, lloras del dolor.*

E- De alguna manera te consienten un poquito...

R- *Mmjj*

E- ¿Y eso te gusta?

R- *Si*

Felipe:

E- ¿Pero que emociones llegas a experimentar, como te sientes?

R- *Cansado, este nada más cansado y, y ya pero igual y hasta la enfermedad se me olvida jugando fútbol, jugando play station ó oyendo música no, no soy de meterme a la cama y estar bajo cobijas no, no soy de esos.*

E- ... ¿Todo lo que te hace sentir cuando te haz enfermado así de esa manera?

R- *Este pues no, no, no preocupado sino nada más este, pues lo tomo que es algo que pus va a pasar, si es algo malo va a pasar sino, no, este no lo tomo así de muy a pecho a lo que me pasa aja.*

Elena:

E- ¿Qué haces cuando te enfermas, que actitud tomas? A lo mejor te encierras en tu cuarto, te deprimas, a lo mejor necesitas más atención, ¿Cómo vives tu enfermedad?

R- *¡Hijo! Depende no, porque, por ejemplo cuando empiezo con la gripa o sea y que empiezan los síntomas de la gripa pus luego, luego ...me compro la medicina y me la tomo pero eso es cuando veo que es un proceso infeccioso cuando no es un proceso infeccioso, pus o sea con remedios caseros, y cuando, cuando ya de plano estoy así muy enferma,...pus de plano prefiero estar en mi casa descansando, o sea, este guardando reposo, y allá a la mejor uno ó dos días y ya este pus otra vez me, me reincorporo a mis actividades..... y sí es una enfermedad que me, que me haya causado mucho problema, este, que prácticamente me tire en la cama pus me quedo reposando en mi casa a que me componga.*

Sebastián:

E- ¿Qué haces cuando te haz enfermado, en tú caso que es lo más representativo lo del riñón, qué haces? Hay gente que se deprime, llora, se exhibe.

R- *No, mira yo por ejemplo, lo que yo hago es aguantarme o sea.....no me gusta que la gente se preocupe porque yo me sienta mal, por qué, porque yo este enfermo no, o sea lo que hago es eso, es aguantarme o sea aguantar el dolor, tolerar el dolor...*

E- ¿Pero eso es para que la gente, tú gente no se preocupe?

R- *No se preocupe, sí, si.....por ejemplo para mi es más doloroso que mi mamá se preocupe porque yo estoy enfermo no, o sea para mi eso me duele más que el mismo dolor físico que yo pueda tener.*

Ché:

E- ¿Cómo expresas tu enfermedad, que haces cuando estas enfermo?... ¿Qué actitud tomas?

R- *Ah, no, no, no, bueno ya en el caso digo yo si me siento mal de la presión.....me tomo un dulce, una coca, y este pus ya pido a la mejor, oye este como se llama da... este dame diez minutos no, porque me siento mal ahorita, o sea si en diez minutos no me siento bien pus mejor ya me voy al seguro no,*

E- Nada más como que haces una pausa en lo que te restableces?

R- *Sí, aja, a la mejor como que nada más un poco en el ritmo del trabajo no.*

Ricardo:

E- ¿Cómo vives tu enfermedad, que actitud tomas ante tu enfermedad?

R- *Pues procuro no hacerle caso, como si no estuviera enfermo.*

E- Realizas tus actividades normales...

R- *Mmm, sí, si o sea de hecho digo procuro no, digo independientemente de que sea enfermedad de la garganta, no estar muy abrigado, la normal, sin exceso y este y como comentaba este lo que sí no procuro no, no tomar nada, de, de medicamento.*

Sofía:

E- ¿Ahí que haces? Mira unos ejemplos te deprimas, te escondes, lloras ó quieres que todo mundo vea que estas mal...

R- *Eso que todo mundo quiero que, que, que vea que estoy mal, que me hablen por teléfono.*

E- ¿De alguna manera te gusta ver que se preocupan por ti?

R- *Aja.*

E- ¿Pero no sé si te quejes mucho?

R- *Sí, soy bien este "quejumbrosa", de todo, ay ahí si me gusta porque Jorge si me mimas, "No te pares ahorita yo hago aquí", este ya tomaste la medicina y ya me la lleva, me lleva agua, "No te bañes porque te vaya a hacer daño, mañana te bañas" o sea si me mimas (Risas), no más cuando estoy enferma eh (Risas).*

Rafael:

E- ¿Qué actitud tomas cuando tú te llegas a enfermar? ...

R- *Qué actitud tomo, no sé este me siento mal o sea no tengo ganas de hacer nada, este una vez me enferme, me enferme mucho del estomago tuve una súper infección en el estómago, que estuve en cama mucho tiempo...*

E- ¿Pero qué actitud sería? Por ejemplo si a lo mejor te pones de malas, te deprimas, te escondes, lloras, te exhibes para que te vean enfermo.

R- *No, no ujule no, no sé, mmm deprimirme no, ponerme triste tampoco este no sé me, me siento impotente de, de no, de no estar bien me entiendes, te sientes tan mal, que no te dan ganas de hacer nada, pero ya quieres curarte, o sea es como una desesperación, porque ya te quieres sentir bien...*

E- Ya quisieras estar haciendo tus actividades normales ¿No?

R- *Si hacer las, las actividades normales que haces...,...pus te mentalizas no, o sea hay que hacer cosas para que te alivies pronto, entonces hacerlo para que ya te sientas un poco mejor.*

Karla:

E- ... ¿Qué hace usted cuando se enferma, se deprime, se esconde, llora, o quiere que la vean o algún otro?

R- *Quisiera, quisiera que me vieran pero aquí como nadie hace caso, ah estas mala, pus ahí muérete no, le digo a Omar cómprame la medicina fui a ver al doctor y me dice sí, dámela, pasa una semana, dos tres, cuatro ...mejor agarre y me pare y fui a comprar medicina...*

E- ¿Pero se siente triste...?

R- *Si me siento triste*

Yesenia:

E.- ¿Qué hace usted cuando se enferma? Se deprime, llora, quiere que la vean, quiere que la apapachen...

R.- *No al contrario o sea como que no me gusta estar enferma y quiero estar haciendo actividad o sea que como que pa' que se me olvide la enfermedad.*

E.- Y cuando por ejemplo con los dolores de Vesícula, que hacia?

R.- *Es que me tumbaba el dolor, ya no pensaba más que en el dolor... era así como una desesperación bien tremenda.*

En esta categoría se encuentran diversas actitudes por parte de los entrevistados ante los padecimientos que presentan, algunas de las cuales corresponden a quejarse, llamar la atención, sentimientos de tristeza, desesperación, aguantar el dolor para evitar preocupar a los demás, ignorar los síntomas, guardar reposo o tomar un momento para restablecerse. Así podemos ver que dichas actitudes facilitan el surgimiento del enojo, por ejemplo en el caso de Rafael y Yesenia al desesperarse cuando se enferman promueven la aparición de la ira, o como en el caso de Fernanda así como el de Sofía las cuales se quejan y tratan de llamar la atención, el enojo podría surgir al no conseguir dicha atención.

Enfermedades más comunes:

Son aquellas que la persona presenta de manera más frecuente y que pueden ser controladas o eliminadas en su totalidad utilizando diversos tipos de tratamiento. Culturalmente al presentar determinado síntoma se acude por lo general con el médico alópata, con la esperanza de que nos recete un medicamento que cure todos nuestros males, las enfermedades con mayor índice de aparición son las relacionadas con las vías respiratorias es por ello que regularmente se tiene la creencia de que nos enfermamos por descuidos en nuestro organismo.

Fernanda:

E- De las enfermedades que más comúnmente padeces ¿cuáles serían?

R- *Pues nada más la gripa y el estreñimiento.*

Felipe:

E- ¿Cuál será la enfermedad que más padeces?

R- *Pues sería la gripa, pero pues es muy de vez en cuando, no es así...*

Elena:

E- ¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que padeces o que te llegan a dar?

R- *La gripa y las infecciones del estómago, son los más comunes*

Sebastián:

E- ¿Alguna otra enfermedad más común que hayas padecido?

R- *No, solo la generación de cálculos renales.*

E- ¿Gripas, dolores de cabeza?

R- *Pus yo creo que si pero no, vamos no algo que, que vamos a decir que sea crónico no, o sea siempre, ha habido pus gripas o sea en fechas que pus te descuidas.....cuando eso sucede este pus voy al médico a, pus a que me recete alguna, algún medicamento no, a que me de una receta para, para poder salir de, del cuadro pues gripal.*

Ché:

E- Enfermedades más comunes que haz padecido

R- *Pus a parte de esta yo siento que es este, pus sería la gripa no, gripas, anginas, calentura y un resfriado*

Ricardo:

E- *¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que haz padecido o que padeces?*

R- *Mmm pus la, la gripa y la tos*

Sofía:

E- *¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que haz padecido?*

R- *Este, gripe, infección en la garganta, mmm un año me dio este Herpes, tres granitos pero me dolían bien feo, nada más la gripe y infección en la garganta, eso es lo que es más común.*

Rafael:

E- *¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que haz padecido?*

R- *Más comunes pus infección en el estomago y este, ardor en el estomago, y ya yo creo que ya.*

E- *¿Puedes identificar en que épocas te enfermas más?*

R- *Me enfermo hójole en épocas de, por ejemplo en épocas de frío pues me enfermo de gripe, tos, pus nada más.*

Karla:

E.- *Muy bien... ¿Cuáles son las enfermedades que más ha padecido, que más padece?*

R.- *La garganta, eh se me inflamó el corazón, lo tengo grande, tengo la vejiga caída, este mmm... pues de la garganta se me infecta el oído, y este los nervios, dice el doctor que me faltaba oxígeno en la cabeza... tengo colesterol, tengo la menopausia... me tome una medicina pal riñón...presión...*

Yesenia:

E.- *¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que padece?*

R.- *Bueno la de la vesícula, que fue lo más, lo más duro este y este, un poco de se puede decir la obesidad no, porque si estoy gordita, no la tengo así como que a, a nivel muy, muy alto pero sí la tengo porque siempre he tratado de cuidarme para no subir más, entons esa, este mmm que otra podría ser, ah y también que estuve un poco de cuando me quiso dar colitis nerviosa, pero no me dio bien, este nada más este un tiempo así estuve enferma de eso pero ya así con la alimentación y este y más o menos este la fui controlando y ya, es más o menos lo que yo he tenido.*

La gripe es la enfermedad que nueve de los diez entrevistados refirieron padecer regularmente. En algunos casos se hizo mención de la enfermedad habitual que actualmente padecen así como también padecimientos relacionados con las vías respiratorias. Ante esto, como consecuencia existirá una predisposición a experimentar irritabilidad, dado que las actitudes que los participantes mantienen con sus enfermedades facilitaran este proceso. Es necesario mencionar que se observa un desequilibrio en el órgano pulmón e intestino grueso, dado que constantemente padecen

enfermedades relacionadas a vías respiratorias ó al aparato digestivo. Lo que ocasiona que la emoción de Ira contra domine a la melancolía.

Enfermedad que padece:

Enfermedad diagnosticada desde la perspectiva alópata la cual puede presentar la persona de forma esporádica, frecuente o crónica. En nuestra sociedad las personas pueden atribuir sus padecimientos a distintas causas entre las que se encuentran la herencia genética, los castigos divinos, la suerte, los descuidos, etc. Para la familia cuando uno de sus integrantes esta enfermo significa en la mayoría de las veces una atención especial, un cuidado para resguardar y mejorar la salud. Por otra parte sabemos que los padecimientos van relacionados con las emociones que predominan en la vida de las personas, según la perspectiva holística las enfermedades son construidas y heredadas desde el ámbito familiar, social, ambiental y espiritual.

Fernanda:

E- De las enfermedades que más comúnmente padeces ¿cuáles serían?

R- *Pues nada más la gripa y el estreñimiento.*

Felipe:

No reporta enfermedad alguna

Elena:

E- ¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que padeces o que te llegan a dar?

R- *La gripa y las infecciones del estómago, son los más comunes*

Sebastián:

E- ¿Alguna otra tuya?

R- *Bueno yo ahorita padezco de los riñones, no, pero, pero vamos este, de esto tengo aproximadamente no sé 10 años, doce años, como 10 años aproximadamente porque, porque, este yo arroje una piedra a un mes quizá antes de casarme...*

Ché:

E- ¿Y si haces uso de él?

R- *Estoy haciendo ahorita uso actualmente como te digo por la este como se llama presión alta...*

Ricardo:

No reporta enfermedad alguna

Sofía:

E- ¿A parte de eso por ejemplo algún otro?

R- *Este, el huevo, pero ahora eh, porque si me gustaba, pero ahora no, no sé como que lo aborrezco por el colesterol.*

Rafael:

E- ¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que haz padecido?

R- *Más comunes pus infección en el estomago y este, ardor en el estomago, y ya yo creo que ya.*

Karla:

E- ¿Cuáles son las enfermedades que más ha padecido que más padece?

R- *La garganta, eh se me inflamó el corazón, lo tengo grande, tengo la vejiga caída, este mmm, pues de la garganta pus se me infecta el oído y este, de los nervios dice el Doctor que se me estaba como, como que me faltaba oxígeno en la cabeza entons me dio el medicamento y ya ahí voy tengo colesterol...*

E- A podido identificar en que épocas se enferma usted más, en que época del año se enferma más...

R- *Lo que pasa es que tengo bronquitis asmático y como estas humedades de este tiempo pues me hacen mal...*

Yesenia:

E- ... ¿Cuáles serían las enfermedades más comunes que padece?

R- *Bueno la de la vesícula, que fue lo más, lo más duro este y este, un poco de se puede decir la obesidad no, porque si estoy gordita, no la tengo así como que a, a nivel muy, muy alto pero sí la tengo.....cuando me quiso dar colitis nerviosa, pero no me dio bien, este nada más este un tiempo así estuve enferma de eso...*

más o menos diecinueve años, este tuve problema de vesícula, me empezó a dar el primer dolor... entonces hace poquito como que le diré unos cinco años más o menos me operé, y este me hicieron con el rayo láser y todo eso...

E-¿Y le quitaron la vesícula o nada más le deshicieron...?

R- *No, me la quitaron, si me la quitaron porque me la enseñaron,*

E-¿Por ejemplo esto del estreñimiento como lo trata?

R- *No, con pura fruta.*

Los datos obtenidos en cuanto a las enfermedades que los participantes padecen en la actualidad corresponden a estreñimiento (Fernanda, Yesenia), infecciones en el estómago (Elena y Rafael), cálculos renales (Sebastián), hipertensión (Ché) y colesterol alto el cual lo padecen Sofía y Karla, esta última además presenta corazón crecido, vejiga caída, alteración nerviosa por falta de oxigenación y bronquitis asmática. En el caso de Felipe así como de Ricardo niegan padecer algún tipo de enfermedad habitual. Esta categoría como ya se menciona con anterioridad, puede propiciar la irritabilidad en las personas debido a que no saben manejar el dolor y en consecuencia tienden a ser más iracundos.

Tratamiento ante la enfermedad:

Forma o manera en la que la persona ha atendido su padecimiento. Cuando se llega al punto de que una dolencia emocional se manifiesta en los órganos y comienza a ser un problema regularmente se acude al médico, sin embargo la falta de cuidado y atención se hace presente en las personas a las cuales se les ha diagnosticado algún padecimiento ya que aunque saben que se tienen que cuidar y deben seguir ciertos regímenes para que su enfermedad no se agrave, no los llevan a cabo, se deja de lado el cuidado con la creencia de que su enfermedad con el tiempo se eliminará por sí sola o que no avanzará, sin darse cuenta de que este olvido y abandono fue lo que los condujo a desarrollar su padecimiento¹⁹, esta situación es bastante característica de la sociedad en la que vivimos.

Fernanda:

E- Y cuando tú te enfermas de gripe o estreñimiento por ejemplo, ¿cual es la manera de que te atiendes?

R- *¡Ah! pues este, ya no, ya no voy al seguro porque pus ya sé lo que me van a mandar entonces este, trato de comer papaya lo que es fibra, este Linaza lo que tenga la mano y trato de no comer este picante este más bien éste no comer carne roja ni comida que esté muy apretada no, muy condimentada.*

Felipe:

No refiere enfermedad.

Elena:

E- ¿El tratamiento que siempre sigues es con los médicos vamos a decir tradicionales, los alópatas los médicos generales?

R- *¡Ah ya sí!, pus, bueno en el caso en el que si no agarro recetas que ya tengo, es en cuando me enfermo del estómago, ahí si me voy al médico ahí si pues lo que me a que me revisen y someterme al tratamiento que me den no, en el caso de la gripa es cuando si agarro mi receta cuando ya veo que es infección.*

Sebastián:

E- ¿Estas conforme con los resultados que te ha dado la medicina?

R- *Mira este para lo del riñón yo voy a Puebla por un medicamento, este so... es una especie de jarabe que la propiedad o la, la, el ingrediente, el ingrediente activo que hace que la piedra la deshaga es una, yema de la golondrina es un medicamento naturista, este a mi me ha funcionado porque te digo ya por lo menos yo son cuatro veces que arrojé cálculos y me ha funcionado, a parte de esto pus yo he tenido que ir a ver a un médico para que me de, pus no sé algún sedante, alguna especie de, de medicamento que te hace que se dilate el uretero y ayude o facilite a la expulsión de la piedra...*

Ché:

E- ¿Regularmente como atiendes tus padecimientos, que es lo primero que haces?

¹⁹ Molina D. op. cit.

R- *Este bueno ya sea que me tome el medicamento el Captopril soy muy este irregular en eso no me lo tomo sí, sí no me siento mal ó pus ya sea con algo dulce no, finalmente una coca ó, un dulce no*

E- *¿Este medicamento que nos mencionas es recetado?*

R- *Sí, es este Captopril*

Ricardo:

No refiere enfermedad.

Sofía:

E- *Lo que me comentabas de Chapingo ¿Ahí a que acudes?*

R- *Ah, pues fuimos a consulta sería nada más.*

E- *¿Pero con motivo de qué?*

R- *Bueno del colesterol que te digo, que no estaba bien ya me dieron este la hierva esa del Sapo se llama.*

E- *¿Y que tal te ha servido, cómo consideras que ha sido el remedio?*

R- *Pues sí, sí, me ha servido porque te digo que ayer, antier que fui a la donación no, no salí con grasa en la sangre, o sea no, no tengo colesterol*

Rafael:

E- *¿Qué tipo de tratamientos recibes o haz recibido?*

R- *Tipos de tratamientos pues no sé pus tomate el fedra, o sea las pastillas no, que te las mandan, o inyecciones a veces me han inyectado este en la vena la ultra... intravenosa, este y pues no sé dos, dos ampolletas este, para la, para la infección de la garganta o del estomago, cuando me enfermo del estomago o de la garganta me inyectan, vía intravenosa.*

E- *¿Así sería tu hermano?*

R- *Aja, eh mi hermano es el que me las aplica.*

E- *¿Y él es el que te prescribe todo eso?*

R- *Claro, sí.*

Karla:

E- *¿Cuáles serían entonces, si recuerda usted los nombres nos podría mencionar los nombres de los medicamentos que actualmente toma y como se las toma...?*

R- *Mire tomo Aspirina Protec para el infarto, tomo la Captopril para la presión tomo el Omega 3 para controlar el colesterol, tomo el, esta para, para el Maxibiboloba, es para que no se les desoxigene la cabeza.*

...me tomo el acido acetilico la mitad porque yo tengo La sangre muy espesa, y tomo para evitar el infarto es igual a Aspirina Protec ó al ácido acetilico me tomo.

Yesenia:

E- *¿Por ejemplo esto del estreñimiento como lo trata?*

R- *No, con pura fruta.*

E- *¿Pero como se entero que tenía que comer pura fruta?*

R- *Pus porque me gusta mucho leer libros de, de, de dieta, le digo desde chica, de revistas leía mucho cuando estaba chiquita... a parte pus que veo en la tele o, o con las amigas no..., tengo unos libros de naturismo y de ahí fue donde empecé a sacar que por ejemplo la papaya, el higo este, el chico zapote, la ciruela pasa, la pasta o sea todo eso*

es buenísimo para la digestión entons por decir algo este tengo algún problemilla y luego, luego no, diario como papaya en la noche sobre todo, y pus toda esa fruta y este y ya me siento bien, o sea no tengo ningún problema..., ahorita que me estoy acordando me dio un dolor de cuando que le diré, pus de veintitantos años le estoy hablando, me quiso dar colitis este nerviosa, entons también porque me extriñía y ya le digo que este de ahí pus ya me o sea ya me cuidaba exageradamente no, de que mucha papaya y todo eso que le digo y ora tiene poquito que me empezó a dar un dolor así y ahorita pus más he comido papaya y, y lo mismo no, y me compongo, o sea que no así problema, problema no.

E- ¿Pero nunca ha tomado nada para eso aparte?

R- *No, no porque por ejemplo en el, en el este, en el seguro cuando tenía seguro, daban es el ese plantagus, y así como que lo tomaba y no olvídese se siente bien feo hasta náusea y, no, no, no, no o sea no, no me lo tomo entonces como ya se que tengo el problema pus mejor la fruta, o igual no, por ejemplo este, definitivamente no como carne en un buen tiempo, este puro pollo y pescado y cosas así, para que no tenga el problema. ...más o menos diecinueve años, este tuve problema de vesícula, me empezó a dar el primer dolor entons recurrí a, a Puebla hay unos médico que se, bueno que se hacen nombrar los de revillo de Puebla... me daban la toma este entonces si me estuve tomando todo el medicamento entons, supuestamente era de un año el tratamiento..., entonces ya me hicieron el ultrasonido y no, o sea tenía otra vez los cálculos, todo igual, haga de cuenta que mi vesícula era así como del tamaño de una perita y haga de cuenta que yo la tenía a lo doble, así se me veía, de lo recargada que tenía de cálculos, entonces hace poquito como que le diré unos cinco años más o menos me operé, y este me hicieron con el rayo láser y todo eso, y este por decirle hoy me operaron y a los dos días ya andaba ya como si nada no...*

E- ¿Y le quitaron la vesícula o nada más le deshicieron...?

R- *No, me la quitaron, si me la quitaron porque me la enseñaron...*

Los entrevistados que padecen estreñimiento externaron que para combatirlo consumen fruta, específicamente papaya y alimentos que contengan fibra. En el caso de Sebastián y Sofía han recurrido a la medicina naturista, por su parte Ché, Karla, Elena así como Rafael al presentar un síntoma en cuanto a sus padecimientos toman un determinado medicamento puesto que acuden al médico alópata.

Medio Ambiente:

Es el significado que tiene para la persona su entorno físico, es decir, es la manera en que el individuo concibe su medio, este puede ser en cuestión a su espacio geográfico inmediato o en general a su planeta. En el ámbito de la familia generalmente se nos inculca desde niños el respeto a la naturaleza, sin embargo, esta educación es efímera, ya que con el paso de los años pasa a segundo termino aprendiendo así que lo más importante es la satisfacción de nuestras necesidades no importando las consecuencias que se puedan tener a nivel ambiental. Aquí es importante considerar que históricamente con el surgimiento de

las civilizaciones el ser humano ha tenido un pensamiento antropocéntrico, lo cual significa que se percibe como el centro del universo.

Fernanda:

E- ¿Para ti que sería el ambiente?

R- *¿El ambiente? Pus el medio en el que te desarrollas, te desenvuelves, tu familia, tu trabajo, tus amigos, este el ambiente, pus también puede ser este eh no sé, también el ambiente pus lo puedo distinguir o lo puedo diferenciar de aburrido o sea este alegre, este triste, según.*

Felipe:

E- ¿Para ti que significa el medio ambiente?

R- *Árboles, aire, agua todo lo que tiene que ver con ambiente, la vida.*

Elena:

E- ¿Qué significa el ambiente y cómo te relacionas con él?

R- *Pus lo que pienso es que, que no soy un individuo que esta solo que tengo que relacionarme con los demás y, y pues que siempre eh que no puedes actuar de manera individual o sea que siempre requieres del, del apoyo de, de los demás para poder, llevar a cabo tus metas u objetivos.*

E- Entonces que significado tendría para ti, tu planeta, tu tierra, tu mundo...

R- *Mmm, que significado, mmm pues no es lo, digamos no es lo ideal no pero, pero sin embargo pus o sea lo que pienso es que de alguna u otra forma o sea te, te, tienes que adaptar a él, o sea digo habrá ocasiones en la o sea habrá lugares en los que te gustará mu... te, te gustará estar porque de alguna manera se cumplen todas las condiciones no, que tú quisieras no, si hay aire fresco, no hay basura, la gente tranquila pero pus habrá otros lugares que es todo lo contrario no, y sin embargo pues te tienes que adaptar no, depende de, independientemente del, del lugar en el que te encuentres eso es lo que pienso.*

Sebastián:

E- ¿Y para ti que significa tu medio ambiente o el medio ambiente, tu entorno ambiente?

R- *...lo que es el D. F. este digo aquí pus hay mucho estrés todos, todo mundo corremos, todo mundo pus gritamos no, todo mundo estamos a la defensiva, manejas este pus cuidándote de todo mundo....pus francamente te da miedo no*

E- ¿Entonces el de aquí de la ciudad sería un ambiente que te genera miedo?

R- *Pues miedo, sí, si miedo....estas aquí y a veces pus de momento te pones de malas y no sabes porque, pero a fin de cuentas yo siento que puede ser el, el medio ambiente no.*

Ché:

E- ¿Para ti que sería el ambiente?

R- *Mmm, este bueno este creo que es adecuado, que es este es propicio para, para un, un sano desenvolvimiento no o sea, sea, sea tanto en el trabajo como en la casa como ah vaya eh como se llama el lugar donde uno ande, es importante que, que eh como se llama que haya un buen ambiente que, que exista un buen ambiente*

E- ¿Qué relación estableces tú con el ambiente ó con el entorno en el que tú te desenvuelves?...

R- *Digamos que a lo mejor trataría de cómo se llama ó trato de adaptarme más ó menos al ambiente no, sí es un ambiente bueno social, se bueno pus evidentemente es el ruido, es el escándalo, es la platica, ah si es por ejemplo una biblioteca o sea yo entiendo que no es un lugar este como se llama vaya adecuado para platicar etc., etc. ó sí estoy en una iglesia no sé algo así*

E- *¿Cómo te percibes tú en relación con tu medio ambiente con tu espacio físico con la naturaleza?*

R- *Siento que soy un tanto cuanto eh antisocial no, o sea igual como quiera que sea hay un espacio donde hay demasiada gente y no tengo yo nada que hacer no sé se me ocurre un tianguis mejor yo me voy por abajo no, de los puestos para no pasar por ahí digamos*

Ricardo:

E- *¿Para ti que es el medio ambiente?*

R- *El medio ambiente, para mi es lo que es, lo que conforma, gran parte sino es que todo, en relación a, a la vida en general no, no solo para el ser humano sino para los animales, insectos que se yo*

Sofía:

E- *¿Para ti que significado tendría el ambiente el medio ambiente?*

R- *El ambiente, contaminante no.*

E- *¿Algo más?*

R- *Pus más que nada eso porque pus donde sea dejan bolsas de basura la tiran los perros y pus ya se contamina y a mi me choca que haya basura en la calle.*

E- *¿Pero entonces algún significado que tenga para ti tu entorno?*

R- *Algún significado pues no sé*

Rafael:

E- *¿Para ti que significaría el ambiente?*

R- *El ambiente, bueno aquí en México el ambiente pus es, es una basura no, si es mucha contaminación la que respiramos... y siento que bueno el ambiente pues es, es como un fenómeno no, que, que gracias a él, el ser humano puede sobrevivir no, que pus es indispensable no, por eso siempre te dicen que cortas un árbol tienes que plantar diez, porque gracias a lo a los árboles tenemos oxígeno no, entonces pus yo creo que el ambiente es indispensable cuan... cuando es sano no...*

E- *¿Entonces para ti que sería esto, el ambiente?*

R- *El ambiente, bueno para mi sería vida, sería vida, sería este, una forma una, algo que, que Dios creo para que el hombre se pueda desenvolver en un mejor ambiente.*

Karla:

E- *Muy bien... ¿Para usted que significa el ambiente?*

R- *Ah, pus para mi es una maravilla el sol, ver el sol, lo, el aire, el aire así que huela a hiervas este, el sol que amanezca y se me hace muy alegre, que entre por mi ventana y no me gusta la oscuridad porque eso me aterra, la oscuridad, yo quiero que siempre aiga, mucha luz, ver mucha luz porque me encanta el día.*

Yesenia:

E- *¿Para usted que significaría el ambiente?*

R- Pues, pues el estar a gusto no, o sea si su medio ambiente vamos a decir por ejemplo, bueno yo lo entiendo así, ...el hecho de que me conozca la gente, este me siento a gusto, entonces siento que estoy en, en mi medio ambiente no, o sea, no hay problema no...

Fernanda, Ché, Rafael así como Yesenia argumentan que el medio ambiente para ellos es el entorno social en el cual se desenvuelven, es únicamente el espacio físico en donde se ubican, por el contrario Felipe, Ricardo además de Karla señalan que es todo aquello relacionado con la vida, el aire, los árboles, el agua, la luz, etc. Sofía junto con Elena consideran que el medio actualmente se encuentra muy contaminado lo cual no es de su agrado. En el caso de Sebastián le genera miedo puesto que menciona que existe mucho estrés lo que produce que todas las personas corran, griten, se encuentren a la defensiva, incluso señala que en ocasiones de un momento a otro “te pones de malas” y llega a la conclusión de que el medio ambiente es el causante de dicha molestia.

Se observa que en la concepción que se tiene sobre el medio ambiente ninguno de los entrevistados se considera como parte del mismo lo que evidencia su visión antropocéntrica.

Con lo anterior es posible mencionar que el hecho de que las personas estén inconformes o a disgusto con su medio ambiente puede generar posibles molestias en cuanto a esta situación.

Qué es madera:

Son las ideas que tiene la persona cuando piensa en madera. Socioculturalmente se considera a la madera como un elemento que tiene valor por su uso, cuando la gente piensa en madera inmediatamente lo asocia con la elaboración de muebles, casas, puertas, artesanías, utensilios, la explotación de sus frutos, etc., en general es algo de lo que se puede sacar provecho puesto que es un producto bastante comercial, el cual genera jugosas ganancias para las compañías que se dedican a explotar este recurso natural. En el hogar el poseer artículos, muebles o pisos elaborados con este elemento puede ser signo de riqueza, incluso de poder.

Fernanda:

E- ¿Qué significa la madera?

R- *Pues la madera es básicamente un, un elemento que puedes transformar, con maquinaria para llegar a, a tener varios, varios muebles, varios este cómo se llama, varios elementos que, que tenemos, como utensilios, palos, lo que ocupan también para la casa no.*

Felipe:

E- ¿Para ti que significa la madera?

R- *Madera, mmm, para hacer mi casa, (risas) no, no le encuentro un significado, pues igual no, algo para, para sobrevivir también.*

E- ¿En que sentido vivir?

R- *Pus para empezar no sé igual en este caso en los, en los pueblos más arraigados, pus la casa, el la lumbre que es lo importante para cocinar y todo eso.*

Elena:

E- ¿Para ti que sería la madera?

R- *La madera, pus algo que te, te, que en algún momento te puede proveer calor no sé, este principalmente calor o sea, no sé a través de la madera puedes generar fuego y puedes este, tener que, o sea tu puedes este tener calor no, obtener calor.*

Sebastián:

E- ... ¿Para ti que significaría la madera?

R- *Mira la, la o sea la madera a mi me agrada mucho porque por ejemplo incluso pues yo compro lociones este con aroma a madera no, o sea es algo que me trae quizá algo de armonía este, ir a una casa donde esta decorado con, con, con madera siempre es relajante para mi,...o sea la madera me ha gustado siempre.*

Ché:

E- ¿Para ti que significado tendría la madera?

R- *La madera... no, no, no sabría contestarte, no sé parte de la naturaleza, los árboles, o sea los árboles*

E- ¿Pero que concepción tendrías para con los árboles?

R- *Mmm, pus la vida no, finalmente*

Ricardo:

E- ¿Qué significado tiene para ti la madera?

R- *La madera, qué significado tiene, pues no, no*

E- ¿Cuándo piensas en madera que se te viene a la mente?

R- *No sé, como un bosque un lugar lleno de árboles algo, un espacio abierto un espacio donde te puedes sentir este libre, puedes sentir, no sé muchas, muchas cosas no, en el sentido de que te puedan hacer bien*

Sofía:

E- ¿Para ti que significado tiene la madera?

E- *En primera porque ya lo este, que ya no sigan talando árboles no, porque pus ya este, se están acabando los árboles y claro son los que nos protegen de toda la contaminación no, y en segunda pus también nos hace falta porque ya que los cuadritos de madera, que el cortinero y todo eso, pus o sea ya nos hace falta no.*

Rafael:

E- ¿Qué significado tendría para ti la madera?

R- *La madera es este, pus es pus es un producto de los árboles no, que en base a este producto a esta extracción del árbol pues, pues puedes hacer muchas cosas ya sean bancas, lápices este muebles, pero si lo que no me gusta es la defo... la deforestación, ...yo siento que la madera pus es algo indispensable para, para el ser humano porque lo puede utilizar como producto y, por otro lado pus siento que es, yo creo que es algo natural no, es a, es algo, este de por ejemplo de la baba de, de, de la madera también sacan el corcho, mmjj.*

Karla:

E- Muy bien, para usted que significado tiene la madera lo que usted piense cuando yo le digo que significa para usted la madera...

R- A, a mi la madera ya terminada, con sus detalles como barnices y todos, para mi es un lujo, para mi es bonito ver mis cosas así.

Yesenia:

E- ¿Qué significado tiene para usted la madera, en que piensa cuando le digo madera?

R- Madera pues, pues podría ser en, en muebles, en, en por ejemplo yo utilizo mucha la madera en los recuerdos, no, que me gusta mucho este hacer recuerdos, la es... la pinto la barnizo también pinto sobre madera los cuadros,...la madera se presta así como que para muchas cosas, para muchas este maravillas no.

La idea de que este elemento tiene un valor por el uso que se le da, se observa en la concepción que Fernanda, Rafael, Sofía, Karla y Yesenia tienen de este, pues en su discurso sobresale la idea de que este elemento sirve para hacer artículos como muebles, lápices, bancas, detalles, cortineros, etc.. En su caso Elena señala que la madera es algo con lo que se genera fuego así como calor; para Ché únicamente significa un elemento más de la naturaleza, Ricardo cuando piensa en madera se imagina un espacio lleno de árboles, un lugar donde se puede estar libre. Sebastián refiere sentir agrado por sus características y por su olor principalmente, Felipe por su parte externa que el elemento no tiene ningún significado para él. Con lo anterior podemos percibir que los participantes han perdido relación con el elemento madera o tal vez desde su nacimiento carecen de dicha relación, esta condición genera en ellos su evidente disposición para ser iracundos.

Con base a la perspectiva taoísta el elemento madera no sólo es el hígado y vesícula biliar en el cuerpo, también es tendón, es ojos, es piel, es color verde, es un sabor agrio es el coraje de una emoción que se desplaza con lentitud en el interior del organismo y un día da la sorpresa de mostrarnos como se debe de destruir un individuo por medio de la artritis. Las generaciones actuales de individuos hemos nacido y vivido en un ambiente donde se ha alterado el equilibrio ecológico, en este caso principalmente con la tala inmoderada de los bosques, lo que da como resultado ciudades carentes del elemento madera, lo cual esta íntimamente relacionado con las personalidades iracundas que abundan en nuestra sociedad, así mismo este hecho propicia por ejemplo que se desarrolle con mayor probabilidad el cáncer hepático, además de que la nutrición rica en sales y en grasas posibilitan la creación de litios en vesícula biliar, la combinación no es sana: sal, grasas, azúcares blancas, canderel y un carácter explosivo, nos dan como resultado un gran dolor de costado derecho. Madera, Hígado, vesícula

*biliar, ira, color verde, sabor agrio, el viento y el lado este en la rosa de los vientos, conforman un sentido de construcción y cooperación en el cuerpo*²⁰.

Qué es fuego:

Socialmente el significado que las personas tienen en relación a este elemento está asociado a incendios y a peligro; en el núcleo familiar se nos enseña que es algo que se debe manejar con mucha precaución pues puede llegar a causar algún accidente, incluso se le han llegado atribuir cuestiones religiosas, particularmente con “las llamas del infierno”. Es importante señalar que a este elemento se le ha otorgado un valor de uso por poseer propiedades para cocer los alimentos, calentar líquidos, generar calor, luz, etc. Lo que ha generado su amplia explotación industrial.

Fernanda:

E- ¿Qué significado le otorgas al fuego?

R- *Pues más que nada son, es un elemento de mucho cuidado, porque, cualquier descuido y se acabo lo que había no, es un elemento que, que es de mucho, mucha importancia de mucho cuidado al saber manejarlo por qué si no se acaba.*

Felipe:

E- ¿Qué significaría para ti el fuego?

R- *El fuego, mmm...*

E- Lo que tú pienses...

R- *Para cocinar, para si para cocinar sería el fuego.*

Elena:

E- ¿Y para ti que sería el fuego?

R- *El fuego pues es así como una sensación de bienestar o sea de, de, es como cuando sientes el calor humano no, o sea no sé, así se me, se me imagina o sea.*

Sebastián:

E- ¿Qué significaría para ti el fuego?

R- *El fuego... pus el, el o sea el fuego para mi meramente es peligro no, o sea, mmm como te diré, vamos a lo mejor me horrorizaría este verme involucrado en un incendio digo no, no estoy diciendo que quizá no sabría que hacer, me, me, me oto... me aterrorizaría el que alguien saliera lastimado incluso yo, el que, el verme quemado, el ver una persona pus vamos a decir con las heridas vivas este, pus sería algo muy frustante, frustante no sé como sería la palabra.*

Ché:

E- ¿El fuego que significado tendría?

R- *Mmm, como se llama destrucción*

²⁰ López S., *El cuerpo humano y sus... op. cit.*

Ricardo:

E- ¿Qué significado le das al fuego?

R- *Al fuego... pues yo creo que también es algo básico pero, peligroso, peligroso porqué, porque, digo no sabiendo usar en este caso se puede decir el, el fuego utilizándolo de mala, manera puede uno ocasionar cosas muy, muy malas. Muy feas no para la gente y bueno porque, pues también de cierta manera necesitamos del, del fuego para distintas, distintas actividades no, como son por decir no sé calentar el, el agua para bañarse, para, para calentar los alimentos, no sé cosas así.*

Sofía:

E- ¿Qué significado tendría para ti el fuego?

R- *El fuego, no me gusta el fuego, me da miedo*

E- ¿Por qué?

R- *No sé, siento que me voy a quemar no, y más sí soy mula pus más todavía (Risas)*

E- ¿Cómo?

R- *Si soy mala gente*

E- ¿O sea que el fuego lo relacionarías con el infierno?

R- *Aja, si.*

Rafael:

E- ¿Algún significado que le des al fuego?

R- *El fuego este, no sé sería como, como una, una, una llama no, de, el, el infierno no en, el, el infierno que, que a todo mundo no nos ha hecho imaginarnos, pus esta lleno de fuego de llamas.*

Karla:

E- ¿Qué significado tiene para usted el fuego?

R- *El fuego, dice la lumbre, el fuego es, sí yo viera un una casa que se esta quemando me, me daría pánico, nunca he visto eso pero la vez que exploto el, la esfera ahí en, como se llama en San Juanico me aterro porque esa era lumbre me aterro, y me aterroraría el fuego.*

Yesenia:

E- ¿Qué significado tendría para usted el fuego?

R- *El fuego pus es así como que nada más sería así como que para, cuando lo veo así pus me gusta como, como se ve no, pero así, así como que yo lo disfrute mucho estarlo viendo no, ya namás así como que lo aplicaría como que pa´ cocinar, o que cuando se va la luz la vela, la luz no, algo así, pero así que yo lo, así que lo disfrute verlo no.*

Fernanda y Ché asocian al elemento fuego con destrucción, argumentan que se debe tener mucho cuidado con su manejo, por su parte Felipe, Ricardo además de Yesenia le conceden un valor de uso, como cocinar, calentar o alumbrar, para Sebastián, Karla así como también para Sofía es un elemento que les genera miedo, esta última coincide con la idea de Rafael, puesto que ambos refieren relacionarlo con el infierno. Sin embargo en el caso de Elena su concepción se encuentra enfocada a la sensación de bienestar que le provoca, ya que lo relaciona con el calor humano.

En la actualidad es evidente que se ha roto el contacto con la naturaleza, con la madera y así como se ha perdido por fuera también por dentro y sí no existe la madera el fuego no prendera, es decir, la alegría por la vida desaparece. La alegría que corresponde al elemento en cuestión no se ha cultivado ni adentro ni afuera, ya que socialmente se vende la idea de que el afecto se demuestra a través de cosas materiales, además la gente ya no se expone al fuego al cocinar sino que ahora se utilizan aparatos que lo único que producen es calor patógeno (horno de microondas), este existe por la pérdida de la capa de ozono y por el aumento de la temperatura en el planeta²¹, este último factor se ha identificado como un precursor de la emoción de la Ira, sólo basta observar en las grandes ciudades como la gente se torna irritable en los días más calurosos.

Cuando las emociones se conjugan como la Ira y el ritmo cardiaco pueden tener como efecto acabar con la alegría de vivir y volverse hoscos, tener la cara deformada por el coraje contenido y eso hará que la tensión arterial se incremente, el viaje de la emoción podrá ir contra otra emoción, en este caso de la alegría y sus efectos se expresarán en la construcción de alguna enfermedad autoinmune.²²

Qué es metal:

Son las ideas que la gente posee en relación al metal, las cuales se ubican principalmente en estimar a este como un elemento con gran valor monetario, dado que las economías del mundo están basadas en el oro. Por otra parte existe la valoración que se le otorga en cuanto a su uso, ya que es utilizado para realizar construcciones, artefactos, autos, herramientas, artesanías, joyas, etc. La opinión que más salta a la vista es la referente a que es algo para explotarse y sacar el mayor provecho posible, sin considerar las consecuencias ecológicas que esto tenga.

Fernanda:

E- ¿Para ti que significa el metal?

R- *Pues es un, igual no, un elemento que también se puede transformar, se puede maniobrar, se pueden hacer figuras, esculturas, también tenemos nosotros muchos metales como es el oro, la plata que también podemos manejar, también lo podemos encontrar en la casa, este en nuestro trabajo en nuestra vida diaria.*

Felipe:

E- ¿Qué significado tendría para ti el metal?

R- *El metal pues también es una materia prima importante, pero así como concepto no lo tengo.*

²¹ Molina D. *op. cit.*

²² López S. *El cuerpo humano y sus... op. cit.*

Elena:

E- ¿Para ti que sería el metal?

R- *El metal sería algo así como, algo más, frío más o sea como carente de, pus de ese, de ese, de, de, de esa sensación de calor no, no sé o sea yo siento ora si que el metal es así como algo inherente algo que no tiene vida no sé.*

Sebastián:

E- ¿El metal que significaría?

R- *El metal, en la actualidad para mi es parte de, de mi modus vivendi no, o sea vamos a decir yo convivo mucho con fierros, yo este, mi trabajo este, pus a veces tengo que soldar tengo que pegar fierros, tengo que moldear este fierros, tengo que, este pus trabajar con el, o sea es, es parte, de, de, pus vamos a lo mejor de mi superación no, a parte de lo que yo hago para vivir parte de lo que yo tengo para, para poder salir adelante, quizás si no hubiera metal en esta vida a lo mejor yo no tendría que hacer.*

Ché:

E- ¿El metal que significado tendría para ti?

R- *El metal, Mmm, pus la dureza no sé algo duro no, o sea si no es este como se llama este trabajado por el hombre pus es un mineral, un metal*

Ricardo:

E- ... ¿Qué significado tiene para ti el metal?

R- *El metal, pues la representación de, de algo fuerte no, o sea no invencible pero si fuerte nada mas.*

Sofía:

E- ¿Qué significado tendría para ti el metal?

R- *Metal...*

E- Lo que se te venga a la mente...

R- *Bueno pus porque sí es muy importante no, porque del metal sacan este pus derivados no, como por ejemplo pus la herramienta con la que trabajan.*

Rafael:

E- ¿Qué significado tendría para ti el metal?

R- *Un elemento de la tabla periódica?*

E- ¿Nada más?

E- *Pus si, bueno con el metal se hacen muchas cosas, pus es un material, que utiliza el hombre, es un es un elemento que, el elemento de la tabla periódica y el cual el hombre lo, lo utiliza como producto, ya.*

Karla:

E- ¿Para usted que significado el metal, que significado tendría algún metal?

R- *El metal pues, pues por ejemplo que yo lleve un anillo, un anillo de bronce me gusta que me gustaría más que el oro, metal y llevar una esclava hasta de bronce no me importa de que sea de oro, me gustaría, me gusta ver las, las molduras así de imágenes de metal, esculturas de metal, mmjj.*

Yesenia:

E- ¿Qué significado tendría para usted el metal?

R- *El metal, hijole ahí también este, me gusta mucho por ejemplo el oro, no es de que sea ostentosa no, pero pus la vanidad de la mujer no...,...la plata también me gusta mucho y, incluso este hubo una época en que este yo vendía mucho fantasía, entonces este me gustaba mucho por ejemplo este trabajar hacer aretitos y todo eso...,...y también la piezas así este por ejemplo figuras de metal y todo eso, también me llaman mucho la atención*

E- ¿Cómo esculturas?

R- *Aja, esculturas, figuras todo eso, este el cobre no, también por ejemplo cuando hemos ido a Santa Clara del Cobre y eso, no, yo encantada ahí acá... este comprando candelabros, cazuelitas cositas así curiosidades pequeñitas todo eso, este si, si también me gusta mucho el metal.*

La información obtenida en esta categoría refiere que la concepción que tienen la mayoría de los participantes en cuanto al elemento metal esta relacionada con el uso que se le pueden dar a este, Fernanda menciona que al transformarlo se pueden hacer figuras, esculturas o bien herramientas para trabajar como lo argumenta Sofía. Ché y Ricardo consideran que es un mineral duro, algo fuerte pero sin embargo no invencible. Como se puede observar la gente se encuentra en un desequilibrio personal dado que se ve reflejado en el distanciamiento que existe con la naturaleza.

Socialmente se puede mencionar que si existe una relación con este elemento, sin embargo esta enfocada principalmente por el uso que se le da de forma monetaria ya que es la base de la economía, actualmente el metal se ha sobrevalorado ya que la mayoría de la gente lo quiere poseer.

Así también podemos ver que al explotar estos metales y sacarlos de la tierra, al ponerlos en el exterior se genera un desequilibrio el cual también se expresa cuando las personas se enferman de las vías respiratorias lo cual es síntoma de que están deprimidas o tristes. En otras palabras esta relación López²³ la explica así: El oxígeno que producen los árboles ha de alimentar el fuego, para que las cenizas den razón a la tierra que da albergue a los metales necesarios en la construcción de un equilibrio con la respiración y los desechos del organismo.

Podemos encontrar en la relación de contra dominancia que la madera puede fundir al metal, esto significa que el hígado puede afectar al colon y al pulmón, cuando estos en la segunda relación afectan al hígado y a la vesícula biliar, es decir metal corta madera, la ira puede dominar a la melancolía o viceversa.

²³ López S. *El cuerpo humano y sus... op.cit.*

Qué es tierra:

La concepción que se tiene en relación a este elemento se ha asociado con dos nociones, la primera sería la de asco, de que es algo sucio y precursor de enfermedades, que se tiene que evitar, por ejemplo al realizar el aseo en las casas o cuando los padres prohíben a los hijos jugar con la tierra porque se van a ensuciar además de enfermar; la segunda asociación es la referente a la negación, esto se observa con la colocación de la carpeta asfáltica puesto que a este hecho se le ha otorgado un significado de progreso, dado que las zonas en donde no se encuentra el pavimento se consideran pobres. Así también para algunos el significado que le otorgan se basa en el valor de uso dado que es su principal fuente de ingresos para su manutención.

Fernanda:

E- ¿Qué significa la tierra para ti?

R- *Para mí la tierra significa este, pues no sé, un pedacito de tierra donde te puedes establecer, un pedacito de tierra donde puedes hacer este, tu porvenir, un pedazo de tierra pues puede ser todo en lo que estamos parados.*

Felipe:

E-¿Qué significado le das a la tierra?

R- *Tierra igual vida no, para todo ora si que todo va de la mano del otro, sí no hay tierra pus no hay verduras no, los animales no, no comen no.*

Elena:

E- ¿Para ti que significaría la tierra?

R- *La tierra, pus la tierra como que, la tierra el mundo, el planeta o que...*

E- La tierra donde estamos parados...

R- *Lo veo como, como algo fértil o sea algo en lo que puedes este, en donde puede haber vida ó puede generarse vida.*

Sebastián:

E- ¿Qué significado tendría para ti la tierra?

R- *O. k. bueno pues la tierra es, pus es parte de, de lo que uno tuvo desde pequeño no, o sea vamos yo conviví mucho con la tierra en el sentido de que pus nosotros jugábamos en tierra, nosotros este, pus nos enpuercabamos en tierra yo, jugué fútbol en campos de tierra, yo hacía cuevas en tierra, a mi, para mi la tierra no es incomoda no es molesta, o sea es agradable para m...i, ...es parte a lo mejor de mi infancia la tierra.*

Ché:

E- ¿La tierra que significado tendría para ti?

R- *Bueno ya sería el espacio físico donde, donde yo me muevo no, donde vivo*

Ricardo:

E- ¿Qué significado tendría para ti la tierra?

R- *Pues yo creo que es, yo creo que sin la tierra no, no habría vida no, porque básicamente es lo que la tierra es lo que, lo que le da vida este, para mi digo no solo para,*

para todos, tiene un significado muy importante no, porque es lo que, de donde puede salir digamos los árboles, en este caso nos dan oxígeno eh, la tierra nos provee alimento no, provee de recursos naturales, este no sé de todo

Sofía:

E- *¿Qué significado tendría para ti la tierra?*

R- *La tierra bueno pus porque la tierra, de la tierra nos alimentamos no.*

Rafael:

E- *¿Qué significado tendría para ti la tierra?*

R- *...la tierra pues sería pus el planeta donde vivimos no, bueno a mi se me viene a la cabeza, como el, pus el planeta donde vivimos, tierra pus es, es una, es una extensión de, de arena sin el cual este, se desenvuelve este, el planeta la tierra.*

Karla:

E- *¿Qué significado tiene para usted la tierra?*

R- *La tierra se me hace como maravillosa porque produce porque siembro una planta y nace, germina la semilla y nace y al dar una planta me alegra.*

...la madre tierra deberíamos de decir porque nos alimenta no la tierra, la madre tierra.

Yesenia:

E- *¿Qué significado tiene para usted la tierra?*

R- *La tierra pus también igual no, en, en, bueno ahorita en lo que estoy estudiando en la pintura también estoy utilizando la tierra, la arena este se pueden hacer este también cuadros muy bonitos... a parte cuando estaba yo niña, me gustaba mucho jugar con la tierra....,....la arena yo, yo la veo así como que este como para, este formar algo no.*

El significado que le conceden los entrevistados Felipe, Ricardo, Sofía así como Karla al elemento tierra, corresponde a que es vida, señalan que de la tierra nacen los árboles y por ende se produce el oxígeno, además de que es fértil y se pueden obtener alimentos de ella; lo contrario de Fernanda, Ché y Rafael puesto que su concepción esta enfocada a que es un espacio físico donde te puedes desenvolver. Sebastián junto con Yesenia argumentaron que este elemento es agradable para ellos, el contacto con la misma no les provoca incomodidad alguna, al contrario, manifestaron que en su infancia disfrutaban mucho el jugar con ella.

En general a la tierra se le concibe de distintas formas, por ejemplo existen personas que manejan cierta negación hacia ella pavimentando las calles, así como también hay a quienes les provoca cierta repulsión o asco ya que lo ven como algo sucio, a partir de esta idea López señala que somos los seres vivos que pueden sentir asco de si mismos los que puede negar los orígenes poniendo cemento como un gran escape de la tierra, olvidando por completo que de ella obtenemos diversos beneficios además de dejar en segundo termino la relación que se debe mantener con ella, puesto que esta se encuentra relacionada con la emoción de la ansiedad y con el estomago, es por ello que se dice que un estomago fuerte es larga vida, un estomago débil es sinónimo de enfermedades frecuentes como gastritis, colitis, cáncer, etc.

Cuando una emoción llega al cuerpo el primer lugar donde se expresa es en el estómago, la ruta que sigue esta en función de cómo están las otras emociones en el cuerpo y con que deseo se acompañan.

Qué es agua:

Particularmente a este elemento se le tiene bajo la concepción de que es indispensable, esencial, importante, en otras palabras es vital. Sin embargo en nuestra sociedad aún no se ha podido crear conciencia para que la gente lo valore y lo cuide, esto lo podemos constatar por ejemplo cuando observamos que la gran mayoría de los ríos, lagos o lagunas de nuestro país se encuentran contaminados por la basura y desperdicios que depositamos en ellos.

Por otra parte actualmente se ha convertido en una fuente de ingresos importantísima para aquellos que la comercializan, puesto que a través de los medios de comunicación se trasmite el mensaje de que se debe consumir una determinada cantidad al día.

En la familia este elemento se concibe por la forma en la que se puede utilizar, principalmente para cuestiones de limpieza y aseo.

Fernanda:

E- ¿Para ti qué que significa del agua?

R- *Pues es un, es un elemento muy importante que nosotros tenemos en este momento, que debemos de cuidar y que nos sirve para todo sin el agua no hay vida, es importante.*

Felipe:

E- ¿Para ti que significaría el agua?

R- *El agua, igual que la comida pero un poco más importante ya que el cuerpo esta, creo trae hecho ma... el porcentaje más del cuerpo el agua no mmjj.*

Elena:

E- ¿Qué significado tendría para ti el agua?

R- *¡ay! Pues el agua me produce mucha tranquilidad, este bienestar ó sed me produce también este, mmm, como que es un medio que te, mmm digo como que es la principal fuente de, de cómo se llama de, que tu cuerpo requiere para estar vivo, o sea yo creo que sin agua no, no bueno no, no concibo la vida sin agua.*

Sebastián:

E- ¿El agua que significado tiene?

R- *El agua, este, o sea el agua, pus es esencial para la vida no, eh vamos si no tuviéramos agua pus el cuerpo no existiría una, la otra es que, vamos yo estando, en el agua vamos....,es muy placentero para mi o sea me causa mucho placer....,más que agua y el agua vamos me encanta, o sea aquí esta la muestra (risas)*

Nota: Mostró una botella con agua que sostenía en su mano.

Ché:

E- ¿Qué significado tendría para ti el agua?

R- *El agua pus igual también la vida*

Ricardo:

E- ¿Qué significado tiene para ti el agua?

R- *El agua para mi tiene un significado de, de pureza, de tranquilidad, de, significado de vida, nada mas.*

Sofía:

E- ¿El significado del agua?

R- *El agua pus el agua es la vida no, si no hubiera agua pus creo que no estuviera, no hubiera vida tampoco.*

Rafael:

E- ¿Qué significado tendría para ti el agua?

R- *Pus el agua el significado que tiene para mi el agua pus es vida, vida es indispensable el agua, o sea en muchas formas, en ríos, lagos, lagunas.*

Karla:

E- ¿El agua nos decía que era que?

R- *El agua es caricias, caricias que nos hace Dios a través de la bendita agua cuando nos bañamos, cuando estamos tomando nos da paz y tranquilidad porque la saboriamos, porque nos quita la sed, cuando nos bañamos descansamos porque Dios nos ha... yo siento, yo siento para mi siento que me acaricia Dios con sus gotas de agua, cuando me estoy bañando ah estas son las caricias que Dios nos hace con su bendita agua.*

Yesenia:

E- ¿Qué significado tendría para usted el agua?

R- *El agua pus el agua si, si también es este si como que el sentir así de, de disfrutarla.....incluso también por ejemplo cuando uno lava, uno de mujer así.....disfrutaba mucho estar, este agarrando el agua, y este y pus si también de niña este que, quiere uno estar jugando con el agua.....y pus ahora me encanta, llueve ah no pus me mojo me vengo mojando, y no importa que me moje toda no, así lo disfruto de que, de que me vengo mojando.*

Las respuestas que los entrevistados proporcionaron en cuanto al significado de elemento agua coinciden en su mayoría en que es indispensable e importante puesto que sin el agua no habría vida, incluso mencionan que el cuerpo requiere de este elemento ya que contiene un alto porcentaje del mismo. En el caso de Karla, comenta que para ella el agua son "caricias de Dios" observándose que la relaciona con ideas religiosas, Yesenia por su parte argumenta que disfruta el contacto con ella sin embargo el concepto que le otorga se encuentra más enfocado al uso que le puede dar a la misma pues manifiesta que es agradable el contacto cuando lava. A pesar de que gran parte de los entrevistados consideran que el agua es un elemento vital, desconocen la relación que existe entre dicho elemento,

la emoción del miedo y el órgano riñón o vejiga, es por ello que si consumimos agua que este contaminada, las infecciones en el riñón, el dolor y la insuficiencia renal se incrementaran lo cual es una clara expresión de que los efectos del exterior se manifiestan en el interior del cuerpo.

El miedo es la emoción que permite al cuerpo humano mantenerse en estado de alerta para que en caso de estar en peligro se pueda reaccionar oportunamente y salvaguardar la integridad, sin embargo cuando este miedo se dispara en exceso puede paralizar y neutralizar al individuo, llegando a ocasionar que se extinga el fuego de la alegría por vivir.

Qué es aire:

Es el significado que las personas conceden al aire, el cual es principalmente aquello que respiramos, en nuestra ciudad se encuentra altamente contaminado por diversas partículas que son nocivas para los seres vivos y que son emitidas por las industrias, los automóviles, la basura, etc., mismos que producen una serie de olores que de igual manera son transmitidos por medio del aire.

En el ámbito familiar es un tema que se aborda únicamente para diferenciar los olores conocidos socialmente como agradables (alguna planta, comida, pan, etc.) de los desagradables (basura, aguas negras, fábricas, animales, etc.).

Fernanda:

E- ¿Para ti qué significa el aire?

R- *Pues el aire digamos que, que también es importante porque sin él aire no respiro no, no existe oxigenación en cuerpos y este, pus también es un elemento importante en la vida.*

Felipe:

E- ¿Qué significa el aire?

R- *Mmm, también igual para vivir, para respirar no.*

Elena:

E- ¿Qué significado tendría para ti el aire?

R- *Mmm, el aire mm, pues es algo así como, que me da, me produce o me una sensación de bienestar, de frescura, eh, no sé a través del cual puedo percibir olores puedo percibir este, no sé bueno pues principalmente ese tipo de sensaciones de calores de bienestar físico o sea en el sentido de que de sentir el aire, me hace sentir muy fresca, me hace sentirme bien.*

Sebastián:

E- ¿Qué significado tendría para ti el aire?

R- *El aire, mira yo también me identifico mucho con el aire porque, desde los deportes vamos a decir, o sea el aire como, como algo que respiramos que es esencial, el aire como, como deporte o sea en el sentido de que por ejemplo pus yo fui portero y me gusto*

ser portero porque, porque me gustaba volar quizá no...,...yo disfrutaba mucho el estar despegado de la tierra o sea el estar en contacto con el aire quizá, digo a parte de que es esencial para la vida no...

Ché:

¿Qué significado tendría para ti el agua?

El agua pus igual también la vida

E- ¿El aire que significado tendría para ti?

R- Pus también yo creo que igual

Ricardo:

E- ¿Qué significado tendría para ti el aire?

R- algo muy personal yo creo que es algo, el aire lo que para mi yo creo que viene siendo como si fuera, pus mi madre no, sin el aire yo no, no vivo yo creo que nadie viviría sin aire, incluso sin madre pus tampoco yo no estaría aquí, yo creo que sería como una comparación no, no sé a lo mejor algo muy esencial para mi, para mi en lo personal

Sofía:

E-¿Qué significado tendría para ti el aire?

R- El aire pus porque sino habría aire no, no viviríamos no.

Rafael:

E- ¿Qué significado tendría para ti el aire?

R- El aire pus sin el aire no podríamos este existir, este gracias al aire pus existimos y pus te... y podemos respirar no.

Karla:

E- Muy bien ¿Qué significado tiene para usted el aire?

R- Siento muy bonito porque volver a respirar el aire otro día más es hermoso para mi, como un elemento también el agua, bañarme que me caiga el agua, así como caricias que me hace Dios con el agua lo siento mucho porque...

Yesenia:

E- ¿Qué significado tendría el aire?

R- El aire pus si así como que nada más sería como que pa respirar no, y por ejemplo como cuando esta uno bien acalorado y sale uno y siente el airecito, y se siente riquísimo no...,...así como que es placentero no, como que lo debe uno de disfrutar en ese aspecto.

Fernanda, Felipe, Ché, Ricardo, Sofía, Rafael así como Yesenia señalaron que el aire es un elemento indispensable, necesario e importante para existir, para poder respirar y sobre todo para vivir, por su parte Elena, Sebastián junto con Karla mencionan que por medio del aire pueden percibir olores además de que les produce una sensación de bienestar al estar en contacto con el. Con lo anterior es posible observar que en ninguna de sus concepciones de este elemento se tiene la idea de que es un elemento vital que debemos cuidar, pues constituye una fuente de energía esencial para los seres vivos, en el caso del cuerpo humano, una adecuada respiración es símbolo de buena salud y larga vida.

Qué es el cuerpo:

Es la noción que la persona tiene respecto de su cuerpo. En la época actual es concebido a partir de una visión estética la cual es dictada por los preceptos de la moda, por ejemplo el estar delgado es signo de aceptación social; así mismo también se ha convertido en el objeto con el que se puede comercializar, es decir, hoy en día existen una amplia gama de servicios y productos destinados para su "cuidado", incluso se ha convertido en una mercancía que puede ser vendida. En el ámbito familiar se nos inculca el cuidado del mismo a través de la buena alimentación, dado que es el que nos permite realizar nuestras actividades cotidianas, sin embargo sabemos que esto no es así debido a que se consumen alimentos con poca o nula cantidad de nutrientes además de que se le mantiene en un estado de constante estrés.

Fernanda:

E- ¿Cuál sería tu concepción de cuerpo humano?

R- *Mi concepción de cuerpo humano... pues esta muy compleja esa pregunta no... pues no sé, o sea desde que, desde que mi, mi papá y mi mamá me, me este ora si que ellos fueron los creadores de mi vida y desde ahí soy lo que soy no...*

E- ¿Para ti que es tu cuerpo?

R- *¿Para mí que es mi cuerpo? Pues, toda, todo mi físico no todo yo, mi cabello mi pelo, mis manos, mis pies, mis órganos por dentro, mis cinco sentidos también, mi cuerpo...*

Felipe:

E- ¿Cómo concibes a tu cuerpo?

R- *Este bien, normal, no ó ¿a que se refiere?*

E- ¿Qué idea del cuerpo humano tienes, que es para ti el cuerpo humano?

R- *Ah el cuerpo humano pues mmm, la cárcel del alma ¡ah no! (Risas)*

E- ¿Por qué?

R- *Lo oí, lo leí en algún lado, cuando dice este, este pues más haya pus es, es igual materia la que esta es, somos digo pus semejantes a un perro ó a un a cualquier otro animal nada más que con inteligencia propia aja.*

Elena:

E- ¿Cómo concibes al cuerpo humano?

R- *¡Ay! Pus como algo maravilloso, siento que es algo así, este, o sea me, me fascina mucho la forma en como todo esta, como, como todo esta interrelacionado para, para que funcione tan, tan perfectamente no, o sea la vista, el oído, el olfato, eh el, no sé el hecho de que, y de que cuando la maquinaria esta funcionando perfectamente pus o sea te de la posibilidad de, de hacer lo que quieras no, también para mi es maravilloso.*

E- ¿Cómo concibes tu cuerpo?

R- *Cómo algo maravilloso, o sea como algo, o sea algo, algo que pus se me dio y que, y del cual o sea espero poder explotarlo y disfrutarlo o sea, o sea disfrutarlo ah, hasta donde más pueda yo o sea hasta donde, hasta donde se me permita no.*

Sebastián:

E- ¿Cómo concibes al cuerpo humano?

R- *Mira o sea el cuerpo es este, pus eh, eh, es algo grande no, es algo que no puedes este pus que no puedes hacer... no puedes componer, lógicamente hay que cuidarlo ...mi expectativa de vida son mis niñas, o sea yo trato de cuidarme por ellas, si, si me da miedo que algo me pase no es por mi, porque yo tenga miedo de tener algún sufrimiento de tener algún dolor, si yo trato de cuidarme es por mis niñas.....entons el cuerpo, el mío, el mío lo debo de cuidar para que este sano para mis flacas no, para poderlas disfrutar y para que ellas disfruten a su padre, y yo pienso que, ellas disfruten a su padre porque para mi sería muy doloroso perder a los míos, o sea eh ese es mi, mi forma de pensar con respecto a mi cuerpo no.*

Ché:

E- ¿Cómo concibes al cuerpo humano?

R- *Mmm, como concibo al cuerpo humano, mmm eh yo diría que como que el, el bagazo del alma no, digamos , o sea bueno yo soy de que, de que somos mente este cuerpo y espíritu no, y finalmente yo bueno yo al cuerpo lo veo como algo momentáneo no, algo prestado no, o que hay algo más no.*

E- ¿Y cómo concibes tu cuerpo?

R- *Mmm pues digamos que trato de cuidarlo porque finalmente es el que cubre al alma no.*

Ricardo:

E- ¿Cómo concibes al cuerpo humano?

R- *Como concibo al cuerpo humano... mmm este, pues yo creo que es lo más, lo más esencial no, es algo que, independientemente de que es, digo se puede decir que eso es este, yo creo que como la palabra lo menciona no, un cuerpo que, yo lo veo así que, simplemente se nos presta, el cual se debe de cuidar, y pues que va a llegar un momento en que todas las aptitudes que tiene el mismo cuerpo van ir disminuyendo, eh sus funciones van ir disminuyendo, pero todo eso depende de uno, o sea es algo que, para mi es, es, es como un, mmm, no sé a lo mejor como un artículo no que uno compra y mientras más lo cuide uno más, más va a durar, mejor este presentación va a tener pero si uno llega a tener descuido pues lógicamente se va a deteriorar este en el tiempo menos posible ya no va a servir, si porque, bueno yo lo veía así no, o sea no, no como algo, mmm a lo mejor indestructible no.*

Sofía:

E- ¿Para ti que sería el cuerpo humano, qué significado le das al cuerpo humano en general?

R- *Bueno pus más que nada darle gracias a Dios porque, me dio unas manos y unos pies para, trabajar no, ya si yo no lo aprovecho pus muy mi problema no, y pus también a mi hijo, mi esposo.*

E- ¿Cómo concibes tu cuerpo?

R- *Mi cuerpo, ay pus no me gusta mi cuerpo pus estoy gorda (Risas)*

E- ¿Qué más?

R- *Pus que estuviera yo más alta.*

Rafael:

E- ¿Cómo sería tu concepto del cuerpo humano? ¿Cuál sería?

R- *Concepto del cuerpo humano mmm no sé este, mi concepto de cuerpo humano no sé este pus una cavidad que esta compuesta de muchos órganos, para mi eso sería, lo que es el cuerpo humano.*

Mmm no, una, una cavidad que se puede mover, se puede desplazar puede brincar, puede este, puede cuidarse puede sentarse puede hacer muchas cosas, pensar, este sentir, este yo creo que eso.

Karla:

E- *¿Para usted, usted como concibe el cuerpo humano, para usted que es el cuerpo humano?*

R- *No he pensado en eso.*

E- *¿Para que, que sería que se le ocurre que sería el cuerpo humano?*

R- *Sería la vida para mi, que uno venimos para, para algo venimos a esta vida a servir, ser servidores no que nos sirvan.*

Yesenia:

E- *¿Cuál sería su concepto de cuerpo?*

R- *Pus mi concepto de cuerpo humano es como que algo que vamos a decir si no nos gusta, pus tenemos que aceptarlo y tratar de embellecerlo no, por ejemplo yo que estoy gordita y chaparrita trato de ponerme bien este, ropa que, que me quede que me que me agrade y que me haga sentirme bien y trato también de cuidarlo no, aunque no se me da el que pueda estar delgada, pero trato de mantenerme siempre en la dieta para no verme más, dentro de lo gordita pus no verme obesa no, así y este y en ese aspecto, en el aspecto de comida lo que la alimentación es en lo que yo de, de cuidar mi cuerpo y para sentirme bien y verme bien.*

El significado que otorgan los participantes a su cuerpo varia considerablemente, hay quien considera que es una materia con inteligencia (Felipe); algo prestado que se debe cuidar (Ricardo, Ché, Sebastián, Yesenia y Fernanda); una cavidad compuesta por órganos la cual piensa, se mueve y siente (Rafael). Así mismo se encontró que particularmente en el caso de Sofía opina que no esta conforme con su cuerpo a pesar de que le da gracias a Dios por él, Elena señala que le fascina la interrelación que se da en su interior, espera poder explotarlo y disfrutarlo; por su parte Karla comenta que nunca se ha preguntado ni se ha puesto a pensar que es el cuerpo.

Es posible observar que todos los entrevistados mantienen una concepción superficial o vana sobre el cuerpo, lo cual nos permite señalar que al no contar con una idea clara de lo que es el cuerpo, es decir, para que es, como es, que es, etc. este se quede en el olvido provocando un descuido y deterioro que en la mayor parte de las ocasiones repercutirá en alguna o algunas enfermedades, lo cual se conoce como abandono corporal. Un claro ejemplo lo podemos encontrar en Karla quién como ya se mencionó anteriormente padece diversas enfermedades crónicas.

Es importante mencionar de la misma forma que los entrevistados desconocen el daño que se produce en el cuerpo cuando alguna emoción domina en su vida y/o se presenta constantemente como podría ser en este caso la emoción del enojo.

El abandono corporal también se presenta cuando la persona se encuentra inmersa en tratar de satisfacer sus deseos, necesidades así como también sus expectativas de vida, mismos que están enfocados en cuestiones materiales.

Sexualidad:

Es la manera en que la persona califica su vida sexual, en otras palabras esta categoría esta relacionada con la forma en como la persona se siente respecto a la misma ya sea que se encuentre satisfecha o no satisfecha. Culturalmente se asocia principalmente con el acto sexual, en nuestra sociedad constituye un mercado bastante amplio que genera importantes ganancias monetarias, lo que la ha convertido en otra mercancía del cuerpo. Dentro de la familia mexicana aún se encuentra latente el hecho de que la sexualidad es algo que se debe mantener oculto y que no se puede expresar o vivir con plenitud.

Fernanda:

E- ¿Cómo te sientes respecto a tu vida sexual?

R- *Satisfecha.*

Felipe:

E- ¿Estas satisfecho con tu vida sexual?

R- *No, no estoy satisfecho.*

Elena:

E- ¿Cómo consideras que haz vivido tu sexualidad?

R- *Pues últimamente bien, estoy satisfecha.*

Sebastián:

E- ¿Cómo ejerces tú sexualidad, cómo la vives?

R- *Mira, mi sexualidad con mi esposa es este, eh, eh, pus es muy precaria no, o sea tenemos muchos problemas o sea en el sentido de que pus vamos, a lo mejor yo quiero y ella no quiere no.....mi sexualidad con respecto a mi otra persona es muy plena, o sea, ahí este vamos no hace falta más que yo le hable y le diga sabes que, quiero estar contigo y estamos o sea tenemos relaciones en una sesión tres, cuatro veces por, por noche, a veces más, a veces menos no, pero, pero es muy plena, allá con, pus con mi familia con mi esposa es muy precaria, es difícil la sexualidad.*

Ché:

E- Respecto a tu vida sexual te encuentras satisfecho o no?

R- Sí, satisfecho.

Ricardo:

E- ¿Y estas satisfecho con tu vida sexual?

R- *Eh sí.*

Sofía:

E- ¿Estas satisfecha o no satisfecha con tu sexualidad?

R- Sí, aunque sea amena, sí.

E- ¿A qué te refieres con amena?

R- Que son muy, o sea es muy poco que, que tengo relaciones,

E- ¿No es muy frecuente?

R- No.

Rafael:

E- ¿Y tu sexualidad con tu pareja o con quién establezcas una relación sexual, cómo estas tú en la cuestión sexual, estas satisfecho o insatisfecho?

R- No, muy satisfecho.

Karla:

E- ¿Cómo fue, que nos podría platicar de cómo vivía su vida sexual, la llevaba satisfecha o insatisfecha, cómo era esa parte de su vida?

R- A mi la verdad a mi no me gustaba nunca tener relaciones, jamás, jamás y hasta orita jamás, porque el esposo era un viejo bien ensimoso quería tener como diez veces, ay, relaciones ay viejo asqueroso, no, yo me quede traumada considero traumada...

E- ¿Por qué?

R- Porque a mi no me gusta ¡no, ay! Viejo, ay, ay pus que eres un animal o que, no veía, no veía nunca, pus para mi eso nunca fue bonito, jamás no sé como tuve mis hijos pero jamás este así ay no, no, no, eso no.

E- Usted nunca lo disfrutaba...

R- No, con el viejo no, no este como agarrarla como una olla, o un porque, decir bueno yo nunca dije tengo que cumplir, no

Yesenia:

E- Actualmente o como sería en relación a la sexualidad, se podría considerar que usted esta satisfecha o no satisfecha

R- Si realmente sí, si puedo considerar que estoy satisfecha porque pus viví con mi esposo 23 años...,... ahora, ahorita que estoy solo como que no estoy con esas ansias no, de que necesito tener pareja, para tener una relación y no, no...

Fernanda, Elena, Ché, Ricardo, Rafael así como Yesenia externaron que se encuentran satisfechos con su vida sexual, Felipe además de Sofía se muestran insatisfechos. Particularmente en el caso de Sebastián, se observa que se mantiene satisfecho con su pareja extramarital, lo contrario ocurre con la vida sexual que tiene con su esposa debido a que refiere estar insatisfecho, pues sus encuentros son muy precarios. Por su parte Karla argumentó que en su experiencia las relaciones sexuales han sido causa de aberración y rechazo. Es en estos últimos tres casos en los que resalta la forma en que la vida sexual puede coadyuvar a la generación de la ira, esto debido a que al existir insatisfacción en un ámbito tan importante y sublime de la vida causa frustración e irritabilidad en los individuos.

La sexualidad no se limita únicamente al sexo con el que nacemos (femenino o masculino), ni tampoco a las relaciones sexuales que en un momento determinado practicamos, la palabra engloba también, sensaciones, emociones, sentimientos, percepciones y opiniones propias de nuestra personalidad, es a partir de esto que la sexualidad es un proceso que nos acompaña desde que nacemos, su construcción que es de tipo social y su transformación se presenta a lo largo de la vida, se va formando por medio de las relaciones o interacciones familiares, escolares, laborales, de la comunidad, amistosas, de los medios de comunicación, etc.

CONCLUSIONES

En la actualidad los estilos de vida que se presentan día a día se vuelven cada vez más ajetreados e intensos, situación que ha propiciado que se incrementen los padecimientos de todo tipo en las personas, la gente ya no se preocupa por mantener una vida sana o saludable puesto que no tienen tiempo para procurar los cuidados que el cuerpo necesita, sus prioridades se encuentran enfocadas en satisfacer sus deseos y necesidades las cuales son principalmente materiales, este hecho conduce a que los niveles de estrés se incrementen considerablemente, dejando de lado las cuestiones emocionales y los mensajes que nuestro cuerpo nos manda por medio de síntomas o malestares, es por ello que en la presente investigación se llevó a cabo una revisión bibliográfica sobre el tema de las emociones, principalmente de la ira o enojo, además de que se analizaron a través de distintas categorías los diversos factores que intervienen en la construcción de la ira por medio de las historias de vida de las personas que participaron en dicha investigación.

Se encontró que la historia de vida de cada participante es crucial para la construcción de la ira, puesto que es en ella donde se encuentran elementos, como ambiente, alimentación, vivencias, relaciones, pensamientos y sentimientos que conforman la personalidad, es necesario mencionar que no es factible realizar una generalización en cuanto a la forma de construcción del enojo dado que cada persona la genera y la vive de forma muy particular, lo que si es factible hacer, es encontrar similitudes que ayuden a obtener pautas compartidas entre las personas que mantienen una personalidad iracunda.

Es importante mencionar que en la construcción de la ira no solo intervienen elementos como los que ya se mencionaron, también se debe considerar y poner especial atención en la historia del país, la política y la economía del mismo tienen un papel sustancial en el desarrollo de las personas debido a que estos factores son los que determinan las normas sociales, morales y éticas las cuales a su vez van a constituir una piedra angular en la vida de los individuos.

De esta manera observamos que es también bajo este contexto que las personas experimentan diversas emociones entre las que destaca la ira dado que muestran inconformidades hacia las normas políticas y económicas ya establecidas, con ello muestran su molestia, expresando su ira en el trabajo o en casa donde los hijos crecen imitando dichas expresiones por lo que estas se van heredando. Sin embargo, esto no es una condena ya que el ser humano es capaz de decidir hacia donde quiere ir, por tanto, es precisamente en esta facultad en donde el hombre tiene la posibilidad de construirse de otra manera, es decir, de una forma donde los estilos de vida conjuguen elementos como la alimentación, la espiritualidad, el cuidado del planeta, del cuerpo, el equilibrio emocional y energético, etc. Para tal efecto, consideramos valioso el retomar los principios de vida de las filosofías ancestrales, como las prehispánicas y las de las culturas orientales en donde el

ser humano se situaba como parte del universo y de la vida, para así realizar una nueva configuración, en donde seamos respetuosos y armónicos con nuestro entorno, lo que tendrá como resultado una vida más equilibrada de los seres humanos.

Por otra parte, se pueden señalar en cuanto a los datos obtenidos, que factores como la edad, el estado civil, la escolaridad, la religión y en un momento determinado la ocupación de la persona tienen relación con la forma en como se expresa la emoción del enojo así como también con el tipo de sucesos que provocan su aparición. A su vez estos factores se encuentran determinados por la historia de cada uno de los participantes la cual se comienza a formar desde la infancia con las relaciones familiares principalmente.

En la sociedad mexicana actualmente la incidencia de familias disfuncionales se incrementa, constantemente se escucha decir que tal o cual persona se está divorciando o separando lo que repercute considerablemente en la vida adulta de los hijos, incluyendo la forma en como fueron educados, principalmente en como se les corrigió puesto que algunos de los entrevistados mantienen muy presente ese dato, mismo que coadyuva en la probabilidad de que surja el enojo, debido a que es probable se desarrolle un resentimiento hacia los padres o hacia la vida que posteriormente pueda ser expresado en la vida futura. Así mismo existe también la contraparte en donde la ausencia de correctivos puede propiciar la aparición de esta emoción, un ejemplo lo podemos observar en aquellos niños a los cuales se les consiente demasiado puesto que al acostumbrarse a obtener lo que desean se genera en ellos la idea de que las cosas deben ocurrir a su parecer y al momento en que esto no sucede surgirán las inconformidades representadas en accesos de enojos.

En el ámbito familiar de la misma manera se heredan hábitos alimenticios, los cuales pueden verse modificados con el paso de los años. Fue posible observar que la mayoría de los entrevistados le otorgan a sus alimentos un sentido de uso similar al combustible de una máquina, considerando que es una parte indispensable, importante y esencial para vivir (Sebastián, Ché y Rafael), olvidando su valor moral al igual que su valor nutrimental. O como en el caso de Fernanda quien señaló que se debe alimentar para tener un buen rendimiento cotidiano. Por su parte Karla así como Yesenia lo asociaron con los estados de ánimo pues argumentaron que si no se come se está triste y que al comer ya uno se siente bien, esta idea nos hace recordar un párrafo del Libro de Generen Ruth¹ titulado *Cuando la comida sustituye al amor* en donde menciona que lo maravilloso que tiene la comida es que nunca se va, no es respondona, ni tiene ideas propias. Señala que la dificultad con la gente está en que hace todo eso, así la comida puede convertirse en un excelente amante, amigo, confidente que no nos va a exigir ni a juzgarnos en nada, es probable que este sea el caso de nuestras dos participantes ya que no hay que olvidar que ambas coinciden en el tipo de relaciones que han mantenido con los hombres. Es así como en cada uno de los

¹ Roth Geneen, 1999, *Cuando la Comida sustituye al Amor*, Barcelona, Ediciones Urano.

participantes se evidencio la ausencia de un significado de gratitud y nutrición para con su alimento. Con esto, se puede señalar que al no existir una relación significativa con la comida, los individuos tienden a consumir alimentos ricos en grasas, harinas, refinados, etc. que son perjudiciales para el estómago, lo que ocasionará problemas digestivos que repercutirán en su estado de ánimo, puesto que el estomago es la cavidad donde se reciben los alimentos (Ki adquirido) y las emociones.

Lo anterior también se puede ilustrar con el sabor preferido de los entrevistados dado que se descubrió que en el caso de Fernanda, Felipe así como Sofía el sabor de su elección es el picante, y tomando en consideración lo que se maneja en la teoría de los cinco elementos con respecto a la relación que existe entre el sabor y la emoción se observó que en estos la emoción que domina es la melancolía, sin embargo sabemos que el picante produce irritación en el estomago, por lo cual un estomago irritado da como resultado una persona irritable; por su parte Elena Sebastián, Ricardo, Rafael al igual que Yesenia señalaron que el dulce es por el que tienen mayor inclinación, dicho sabor corresponde a la emoción de la ansiedad, esta última puede desencadenar la emoción del enojo el cual a su vez tiene relación con el sabor agrio que Ché y Karla señalaron como el de su elección.

Como se ha venido mencionando los individuos aprenden en el seno familiar las emociones que en la vida adulta experimentarán, es precisamente la familia la que les enseña que emociones presentar, cómo y cuando las deben expresar o manifestar, ya que a lo largo de la vida estas van a ser determinantes en las relaciones que se mantengan con el padre, la madre, los hermanos, la pareja o los amigos. Se encontró que tres de los entrevistados (Fernanda, Felipe, Elena) señalaron que las emociones más expresadas en su familia son el enojo, la tristeza además de la alegría las cuales son culturalmente las más experimentadas, Ché junto con Ricardo comentaron que el enojo y la tristeza son las que observan en sus familiares. Por su parte Rafael y Sebastián argumentan que la alegría con el enojo son las que se presentan principalmente en sus hogares, Sofía comento que la emoción del enojo es la única que domina en sus parientes, por su parte Karla al igual que Yesenia coincidieron en que el enojo y el resentimiento son las que perciben en su familia.

Se puede observar que los diez entrevistados mencionaron a la emoción del enojo como una de las más experimentadas en sus núcleos familiares, lo cual indica que este aspecto es un precursor importante para que se presente dicha emoción, ya que es en casa donde se inicia la construcción de la personalidad.

Socialmente el padre y la madre son los dos grandes pilares que sirven como ejemplo para enfrentarnos al mundo, lo cual se vera influenciado por el tipo de relación que se establezca con cada uno, en cuanto al Padre, Yesenia, Rafael, Felipe y Ché, argumentaron que no existe comunicación con él; Sofía y Elena señalaron tenerle respeto sin embargo expresan que su convivencia es limitada, Ricardo expreso tener la intención de mejorar la relación ya que al parecer no es muy estrecha. En el caso de Sebastián junto con Fernanda son los únicos

entrevistados que comenta que la relación con su Padre es buena, caracterizada por la comunicación y confianza existente entre ellos, por otra parte las respuestas proporcionadas en cuanto a la relación que mantienen con la madre denotan que aquellos que presentan una buena relación con el padre no la presentan con la mamá y viceversa, esto nos habla de que se puede generar en ellos un desequilibrio emocional debido al rechazo, falta de comunicación, conflicto, etc. que exista con alguno.

En los casos en que la relación sea distante, conflictiva o nula crea en el individuo desconcierto, molestia, dolor, tristeza, etc., generando así la predisposición a la aparición del enojo.

Las relaciones de tipo emocional que se mantengan con los hermanos puede verse influenciada además de la educación que se recibe de los padres, por el lugar que se ocupe dentro de la familia, puesto que regularmente se presenta una buena convivencia con aquel hermano con el cual la persona se siente más identificada y comprendida, los roces se presentan comúnmente entre los hermanos mayores y los menores.

Comúnmente las emociones que desde pequeño se inculcan son las mismas con las que se crece y las que se manifiestan durante toda la vida, algunas ya no se experimentaran o se bloquearan, otras se aprenderán esto depende de la historia de vida de cada persona. Como ya se ha mencionado anteriormente en la Ciudad de México una de las emociones que se experimenta con bastante frecuencia corresponde a la del enojo, misma que fue conceptualizada por los entrevistados de la siguiente manera: una actitud irracional, algo que no te agrada, con lo que no se esta de acuerdo, una inconformidad o bien puede considerarse una agresión hacia uno mismo, así como también cuando se cometen abusos o injusticias, incluso se considera enojo cuando la persona se llena de alguna tensión o en su defecto al no sentirse complacida, pues en el caso de Yesenia toda su niñez estuvo acostumbrada a obtener lo que deseaba y que las cosas se hicieran a su manera, lo que conlleva a que en la actualidad al no ocurrir las cosas como ella espera se le genera dicha emoción. Cabe mencionar aquí que a la ira se le ha dado social y religiosamente una connotación de ser una emoción negativa o mala, sin embargo sabemos que esto no es del todo cierto ya que esta tiene la función de preservar la integridad del individuo, es bien sabido que el deprimido debe experimentar el enojo para poder salir de su crisis o en su caso el temeroso debe usar su ira enfrentar a un oponente. Si llevamos estos ejemplos a la teoría de los cinco elementos podemos ver que cuando alguien cae en depresión existe un desequilibrio en los órganos Pulmón e Intestino Grueso lo que puede deberse a que estos están dominando energéticamente, por lo que para poder restablecer el equilibrio deberán sobreponerse el Hígado y la vesícula biliar.

Pasando al terreno de la expresión del enojo podemos observar que las formas de expresar nuestras emociones así como también la frecuencia en que se experimentan están vinculadas entre otras cosas con el estilo de vida que se lleve además del tipo de relación que se conserve con nuestro medio, en las historias de vida que revisamos se advierten expresiones como decir palabras

altisonantes, gestos, voltear la cara, gritar, golpear, etc. Mismas que son congruentes con el tipo de educación y costumbres vigentes en nuestra sociedad.

Día a día es común observar y escuchar a través de los medios de difusión que los niveles de violencia se incrementan considerablemente, esto es debido principalmente a la inadecuada expresión de las emociones en específico de la ira. En el caso de los entrevistados la manera en como expresan su ira coincide en alzar la voz o gritar, la mayoría señaló que utilizan palabras altisonantes. Los manoteos, ademanes o gestos los presentan únicamente la mitad de los participantes; Felipe y Sebastián comentaron que en ocasiones golpean la pared, Rafael junto con Sofía de la misma manera mencionaron que sienten ganas de golpear a alguien, llegando en ocasiones a hacerlo, ellos también utilizan los gritos y las palabras altisonantes. Además de la expresión que como se observa en su mayoría es de forma agresiva o violenta también se encontró que hay quienes en ocasiones guardan su enojo como lo es el caso de Felipe, Ché y Sebastián. Lo anterior permite evidenciar la carencia de habilidades en el manejo de dicha emoción por parte de los entrevistados. Consideramos que no es redituable manifestar el enojo de manera violenta contra algo o contra alguien, pero tampoco es factible guardarlo para si mismo, pues en ambos casos las consecuencias son desfavorables.

En cuanto a la ubicación corporal donde manifestaron experimentar el enojo fue en el estomago, en la cabeza, en el cuerpo (temblor) o bien en la boca, con esto podemos ver que cada persona corporiza o somatiza de forma particular y personal sus emociones, recordando de esta manera que es el estomago la cavidad donde se reciben los alimentos, las emociones y las sensaciones. Por lo que respecta al número de veces que refirieron presentar dicha emoción coincidió en algunos casos en que es diariamente, otros externaron diversos lapsos de tiempo diferentes a este debido a que sus enojos son más esporádicos ya sea a la semana o al mes, sin embargo, es evidente que disminuyeron la frecuencia, tal vez por vergüenza, o pudiera ser a que consideraron únicamente los accesos de ira de importancia para ellos. Lo anterior nos suena familiar debido a que por experiencia propia algunas de las personas iracundas suelen no darse cuenta de qué tan iracundos pueden ser y a su vez no detenerse a pensar en el daño que ellos mismos se hacen o pueden hacer a los demás, esto puede ser a partir de la presencia por ejemplo de alguna enfermedad, observando que la concepción que se tiene sobre los padecimientos es meramente externa, es decir, no se considera la interrelación que existe entre los órganos y todo lo que conforma al cuerpo. Felipe, Elena así como Yesenia opinaron que la enfermedad es cuando el cuerpo se siente mal, que no se esta al cien por ciento o bien el virus o bacteria que entra para atacar al organismo como mencionaron Fernanda y Rafael. Sebastián argumentó que en su persona no le afecta sin embargo en sus seres queridos le significa algo doloroso además de preocupante. Por otra parte Ricardo consideró que es un descuido de ciertos aspectos en el organismo, lo contrario de Karla y Sofía quienes señalan que es lo más triste que puede haber así como feo pero bien recibido respectivamente. Ché piensa que la enfermedad es algo que viene heredado por sus padres, dando por hecho que el tenía que enfermarse de lo

mismo que ellos. Como se puede observar en ningún caso se tiene conciencia de que la enfermedad es una construcción, en vez de ello se considera que estas son herencia, el azar, algún virus o bacteria etc. Lo que trae como resultado que el individuo no considere que la salud sea algo que se debe procurar, cuidar, cultivar día con día, sino que es un problema al que se le debe encontrar un medicamento milagro que lo solucione, por nuestra parte consideramos que en esencia no hemos aprendido a ser responsables de nuestra propia salud.

La relación que debe existir entre las personas con su medio, con su entorno o planeta ha quedado en el olvido, la manera en como conciben los elementos que forman parte de ese medio nos da un claro ejemplo de ese desequilibrio, debido a que se le otorga un valor de uso únicamente a la madera, la tierra, el aire, el fuego, el agua y al metal. Esto evidencia que los individuos no se detienen a pensar ni por un momento en la armonía que deben conservar con su entorno, sean elementos, personas y/o animales, lo que los convierte en personas egoístas que lo único que pretenden es que el mundo debe girar o cambiar en función de ellos (visión antropocéntrica), esto es que las cosas deben ocurrir a su parecer, es por ello que día a día la gente se cierra más hacia las relaciones sociales, ya sea de pareja, amigos, familia, etc.

Cabe señalar así también que el desequilibrio se genera a partir de la ruptura entre la relación de los órganos uno a uno, en la cual un elemento le precede al otro, y en consecuencia una emoción a la otra, sin embargo actualmente debido a la inadecuada relación del hombre con el medio el desequilibrio que se presenta puede ser emocional u orgánico lo que

Para finalizar queremos referir que la ira es una construcción que el individuo hace y en la que intervienen elementos sociales, culturales, alimenticios, religiosos, políticos, económicos así como también ambientales, mismos que se conjugan e interiorizan en los individuos. Mientras que las personas no modifiquen la manera de auto concebirse y por ende los estilos de vida que lleven, considerando la existencia del otro, no podrán mejorar su calidad de vida, en este proceso se deben considerar los aspectos ya mencionados pero sobre todo y principalmente el hecho de cambiar y adecuar las expresiones que tienen en cuanto a sus emociones, dado que todas son necesarias de experimentarse, únicamente hay que aprender a discernir en que momento y en que forma expresarlas.

REFLEXIONES

La realización del presente trabajo surgió de la necesidad de conocer más acerca de nosotros mismos, la investigación nos sirvió para meditar sobre situaciones y cuestiones que tal vez en algún momento habían pasado por nuestra mente de manera fugaz.

El título del tercer capítulo expresa bien la idea de cómo nuestros enojos se han ido convirtiendo en oportunidades para reflexionar sobre nuestra vida, dado que es una emoción que hemos presentado con frecuencia, la cual ha afectado nuestras relaciones con familiares, hija, amigos, etc. pero principalmente a nosotros como pareja y como individuos.

Consideramos que la calidad de vida que veníamos llevando no era muy adecuada, puesto que al realizar las entrevistas y analizarlas, fue posible vernos reflejados en algunos aspectos del contenido de las mismas, como lo es el tipo de alimentación, en la cual a pesar de que sabíamos que lo que consumíamos no nos beneficiaba, tratábamos de engañarnos con pretextos absurdos; por otro lado las relaciones que mantenemos con nuestros familiares, amigos y pareja, nos permitieron ver que siempre habíamos tratado de buscar lo que a nosotros nos convenía, nos dimos cuenta que hemos actuado de manera egoísta; que en la mayoría de las ocasiones sólo dábamos o hacíamos algo esperando que se nos correspondiera de igual forma, pues crecimos con la convicción de que el mundo debía girar en torno a nosotros, esto entre otros factores, constituían la base primigenia de nuestros ataques de ira. Cabe señalar que las entrevistas permitieron vernos reflejados en cuanto al contenido de las mismas, como por ejemplo en la situación antes mencionada, esto nos hizo hacer mayor conciencia respecto de algunas ideas equivocadas que veníamos manejando.

Así también fue posible percatarnos que la enfermedad en ocasiones se convierte en una herramienta para chantajear a los demás o bien para evadir nuestras responsabilidades. Nos enteramos que al no existir un equilibrio de las emociones es muy probable que cada quién este construyendo uno o varios padecimientos que de no ser trabajados y atendidos terminarán causando mucho sufrimiento.

Sabemos que la forma de expresar las emociones en nuestra sociedad no es la más adecuada, en especial la expresión de la ira, puesto que se hace de manera explosiva, sin importar las consecuencias que esto conlleve ya que en la actualidad se han caracterizado por ir aumentando en su carácter violento, esto, claro está, como ya se había mencionado con anterioridad, se encuentra íntimamente relacionado con la tala inmoderada de árboles que día con día se acrecenta, tal como lo menciona la teoría de los cinco elementos debe existir un equilibrio entre los elementos que nos rodean, madera, metal, agua, fuego y tierra, en este caso la falta de madera es lo que genera el carácter iracundo de las personas que habitamos las grandes ciudades.

Sirva pues el presente trabajo como base o complemento de futuros trabajos que se relacionen con el tema de la Ira, ya que su contenido puede contribuir para dar paso a nuevas investigaciones y llevar el tema a situaciones más específicas, de interés personal o importancia social.

Consideramos así también que podríamos contribuir en la aplicación de la presente investigación a partir de nosotros mismos, con cambios personales y posteriormente mediante la practica profesional, de la misma manera a nivel de familia, amigos y personas cercanas con las cuales se pueda compartir el conocimiento adquirido sobre el tema, pues en estos tiempos tan violentos que vivimos es de gran valor que se analicen y se discutan estos temas.

Con esta última reflexión queremos externar que el camino elegido para manejar de mejor forma nuestra ira y la vida en general, es el de aprender a cultivar la tolerancia, el respeto a los demás, la paciencia y el trabajo con uno mismo, claro esta ayudándonos con las enseñanzas que nos brindan la meditación, la espiritualidad, el ejercicio físico, la adecuada alimentación, el contacto con la naturaleza (en nuestro caso, principalmente con el elemento madera), etc. Sin duda alguna, al integrar estas prácticas a nuestra vida cotidiana hallaremos el equilibrio que necesitamos para convertirnos en mejores personas y poder así mantenernos en armonía con nuestro entorno.

REFERENCIAS

- Boris Luban Plozza, Waler Poldinger, Friedebert Kroger, Kurt Laederach-Hofman, *El enfermo psicossomático en la práctica*, Barcelona, Heder, 1995, p. 1, Citado en López, 2002, p. 24
- Aguado Herrera I., Avendaño Amador C. y Mondragón C. Coordinadores, 1999. *Historia, Psicología y Subjetividad*. México, UNAM Campus Iztacala.
- Calhoun y Solomon, 1989. *¿Qué es una emoción?*, México: Fondo de Cultura Económica.
- Calzada Zarco M. *Historia de Vida: Procesos psicossomáticos que conllevaron al cáncer de mama*. Tesis Licenciatura Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. México, 2007.
- Capra Fritjof, 1998. *La trama de la vida*. Barcelona: Anagrama.
- Castillo Pino C., 2002. *El odio*. España: Tus Quets Editores.
- Cerezo Domínguez A. M., 2000. *El homicidio en la Pareja; tratamiento criminológico*, Valencia, Tirant Lo Blanch.
- Correa Rojo L., *Violencia intrafamiliar y sus consecuencias sociales*, Tesis Licenciatura, Facultad de Derecho UNAM, México, 1998.
- Dantzer, 1989. *Las emociones*. México: Paidós.
- Deffenbacher, J. L., 1999. *Cognitive-Behavioral Conceptualization and Treatment of Anger*. *Journal of Clinical Psychology*, 55 (3).
- Diccionario 2003. El pequeño Larousse. México, Ediciones Larousse.
- Durán Amavizca N. D., 2004. *Cuerpo, intuición y razón*. México: CEAPAC Ediciones.
- Emoto E. 2005. *Los Mensajes Ocultos del Agua*, México, Alamah.
- Freeman L., 1992. *La ira, la furia, la rabia*. España: Gedisa.
- Greenberg L. S. y Paivio, S.C. 2000, *Trabajar con las Emociones en Psicoterapia*, Barcelona, España. Paidós.
- Guillén Riebeling S. *Los colores asociados a las emociones de celos, envidia, enojo y miedo*. Tesis Maestría Facultad Psicología UNAM. México 2000.

- Infante, 1999. *La violencia familiar*. Madrid, Fundamentos.
- Johnson Roger N., 1976. *La agresión en el hombre y en los animales*. México: El Manual Moderno.
- Lazarous R. S., 1991. *Emotion & Adaptation*. New York, Oxford University Press.
- López Ramos S., 1995. *Historia de la Psicología en México Tomo I*. México, Ceapac.
- López Ramos S., 2002. *Historia del aire y otros olores en la ciudad d México 1840-1900*, México, Miguel Ángel Porrúa.
- López Ramos S. (Coord.), 2002. *Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones I*. México: CEAPAC, Plaza y Valdés.
- López Ramos S., 2002. *Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones II*. México: Zendová ediciones.
- López Ramos S., 2003. *Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones III*. México: CEAPAC Ediciones.
- López Ramos S. 2006. *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México; Editorial Los Reyes.
- López Ramos S. 2006, *El cuerpo humano y sus vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa.
- López Sánchez O. (Coordinadora), 2006. *Alternativas Terapéuticas en los trastornos psicocorporales I*, México, CEAPAC Ediciones,
- Mendoza González B. *Entrenamiento en autocontrol de enojo: una aproximación cognitivo-conductual para reducir episodios de enojo con agresión en niños de 9 a 13 años de edad*. Tesis Licenciatura Facultad Psicología UNAM. México 2000.
- Mira y López E., 1975. *Cuatro Gigantes del Alma: El miedo, La ira, El amor y el deber*. Argentina: Librería el Ateneo.
- Molina Chicano D. *Enfermedades psicossomáticas: la construcción de las varices*, Tesis Licenciatura Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM, México 2006.
- Ortiz Sánchez A. *Desarrollo y evaluación de un programa de tratamiento para niños de 5 a 10 años de edad con problemas en el manejo del enojo*. Tesis Maestría Facultad Psicología UNAM. México 2000.
- Papalia Diane E. 1890. *Psicología*, México, Mc Graw-Hill.

- Plutchick, 1980. *Las emociones*. México: Diana.
- Reid D., 1994. *Los Tres Tesoros de la Salud*. Barcelona, Ediciones Urano.
- Roth G., 1999, *Cuando la Comida sustituye al Amor*, Barcelona, Ediciones Urano.
- Sagrada Biblia, 1995. España, Editorial Verbo Divino.
- Salgado E., 1969. *Radiografía del odio*. Madrid: Ediciones Guadarrama.
- Storr A., 1973, *Sobre la violencia*, Barcelona, Kaíros.
- Taylor S. J. y Bogdan R., 1996. *Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación*. Barcelona, Paidós.
- Tiburcio López M. *Valoración de las diferencias individuales en manifestaciones de enojo en niños entre 5 y 10 años de edad*. Tesis Licenciatura Facultad Psicología UNAM. México 2001.
- Zhang J. y Zheng J., 1984. *Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China*, Beijing, Ediciones en lenguas Extranjeras.

Referencias de Internet

- http://www.psicologíapopular.com/enojo_biblia.html

-<http://www.ugr.es/~pwlac/welcome1995.html> En la Gazeta de Antropología, Universidad de Granada España.

ANEXOS

ANEXO 1

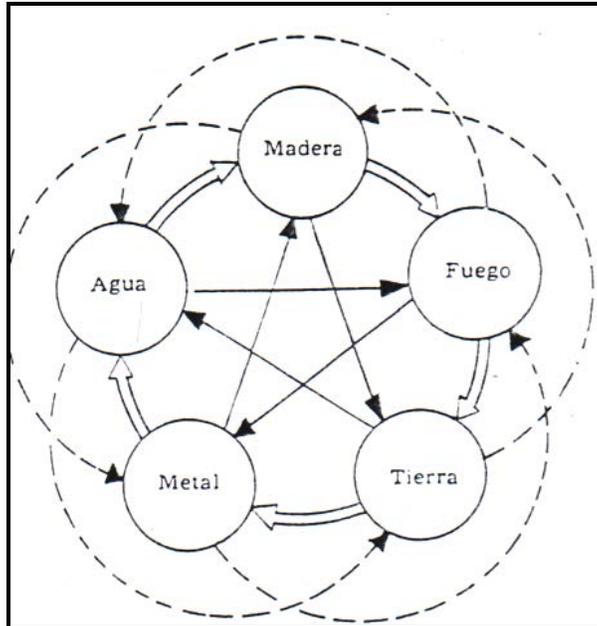


Fig. 1. La relación de intergeneración, interdominancia, exceso en dominancia y contra-dominancia entre los cinco elementos: Madera, Fuego, Tierra y Agua.
Tomado del Libro Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China, Beijing, Ediciones en Lenguas extranjeras, 1984.

ANEXO 2

LAS CINCO CATEGORÍAS DE LAS COSAS CLASIFICADAS DE ACUERDO CON LOS CINCO ELEMENTOS

Grupo Humano						Naturaleza					
Cinco Elementos	Zang	Fu	Órganos de los cinco sentidos	Los cinco Tejidos	Emociones	Estaciones	Factores ambientales	Crecimiento y desarrollo	Colores	Sabores	Orientaciones
Madera	Hígado	Vesicula	Ojos	Tendón	Ira	Primavera	Viento	Germinación	Verde	Agrio	Este
Fuego	Corazón	Intestino delgado	Lengua	Vasos	Alegría	Verano	Calor	Crecimiento	Rojo	Amargo	Sur
Tierra	Bazo	Estómago	Boca	Músculos	Ansiedad	Verano tardío	Humedad	Transformación	Amarillo	Dulce	Centro
Metal	Pulmón	Intestino Grueso	Nariz	Pie y pelo	Melancolía	Otoño	Sequedad	Cosecha	Blanco	Picante	Oeste
Agua	Riñón	Vejiga	Oreja	Huesos	Pánico y miedo	Invierno	Frío	Almacenamiento	Negro	Salado	Norte

ANEXO 3

ENTREVISTA

FICHA DE IDENTIFICACIÓN

- Nombre completo
- Edad
- Escolaridad (Especificar en que)
- Estado Civil
- Nacionalidad
- Domicilio
- Ocupación
- Actividades recreativas (O qué actividades realiza en tiempo libre)
- Tipo de música
- Género de cine
- Religión

CUERPO DE LA ENTREVISTA

- Personas con las que vive en la actualidad
 - De quien es el inmueble que habitan
 - Tipo de vivienda
 - Como es la casa (chica, mediana, grande)
 - De que materiales esta hecha y distribución de la misma
 - Tiempo de residencia
 - Servicios con los que cuentan
 - Ubicación geográfica (ciudad, área conurbada, zona rural, etc.)
 - Personas que frecuenta y que son importantes para la vida del entrevistado
 - Actividades domesticas que realiza
 - De alimentación, dieta diaria, alimentos que más consume
 - Comida o alimento preferido
 - Pagos, compras, etc.
 - Provisión de recursos económicos
- ° Platicar historia del embarazo
 - Alimentación de la madre
 - Vigilancia médica
 - Existencia de alguna enfermedad antes, durante o posterior al embarazo
 - Condiciones de vida del padre y/o de la madre // Estuvo sola o en pareja
 - Relaciones emocionales del o los padres historia desde que se conocieron y hasta la fecha (Breve en general)
 - Embarazo deseado, planeado o por falla del método anticonceptivo
 - Parto // normal, cesárea o forceps
 - ° Lactancia y cuidados posteriores
 - Fue amamantado o con leche de formula de que edad a que edad
 - Tipo de alimentos (papillas)

- Edad de ablactación
- De que manera era corregido, de que otra manera
- Algún evento que recuerde
- Quien lo cuidaba
- Con quien convivía (Convivientes y personas que lo frecuentaban)

◦ Alimentación

- Que comía niñez y adolescencia
- Con quien comía
- Cuantas veces al día
- Donde come
- Alimentos que prefería y rechazaba (niñez adolescencia y adulto)
- Que alimentos considera que le hacen daño (Antes y ahora)
- Significado de alimento o comida
- Cuidados en los alimentos (preparación, selección, etc.)
- Sabor preferido
- Que es ambiente (medio ambiente)
- Significado Madera
- Significado Tierra
- Significado Aire
- Significado Fuego
- Significado Agua
- Significado Metal

◦ Salud

- De que servicios médicos es usuario
- Como atiende sus padecimientos
- Con que frecuencia asiste
- Enfermedades más comunes que ha padecido y si puede identificar en que épocas
- Que tipo de tratamientos recibe y ha recibido // Medicamentos y dosificación
- Cuales han sido los resultados obtenidos en la búsqueda de la salud
- Tratamientos alópatas
- Tratamientos alternativos // pronostico y expectativas

◦ Relaciones emocionales

- *Integrantes de la familia (lugar que ocupa entre ellos)
Etiqueta que le corresponde y al resto de sus hermanos
- * Actividades
- * Rutinas
- * Rituales

Al realizar este ritual como te sientes, que sensación te provoca

- Para ti que es una emoción
- Cual o cuales son las que más experimentas

- Para ti que es el enojo
- Como lo expresas // que dices, como, que haces, malestar físico, etc.
- Que situación o situaciones podrías identificar que son las que provocan el enojo que experimentas
- Con que frecuencia consideras que experimentas la emoción del enojo
- Recuerdas algún evento en donde el enojo te haya servido para defenderte de alguien, o de algo
- Que emociones experimentan los miembros de tu familia y como las expresan
- Como es el vínculo que mantienes con tu mamá,
- Con tu Papá
- Con tus hermanos
- Con tus amigos
- Con tu pareja
- Con tus compañeros de trabajo (jefes), etc.

° Trabajo

- En que trabajas
- En donde trabajas
- Horarios de trabajo
- Que emoción experimenta con relación al trabajo
- Tienes un proyecto de vida o haz realizado alguno
- Que expectativas tienes de la vida
- Relaciones emocionales laborales (como se siente con el trabajo)

° Escolaridad

- Nivel de estudios
- Escuelas en las que estuviste
- Como fue tu desempeño
- Entablaste relaciones emocionales (amigos, novios, docentes, etc.); De que tipo; Como las expresabas

° Concepción de la enfermedad

- Por que crees que te enfermas (herencia, castigo divino, ya te tocaba, etc.)
- Te deprimas, te escondes, lloras, te exhibes, o alguno otro cuando te enfermas, que hace tu familia (le afecta)-
- Como concibes al cuerpo humano
- Como concibes tu cuerpo (antes y después de la enfermedad)
- Cual es tu ideal de belleza
- Como ejerces tu sexualidad (Satisfecho ó no satisfecho)

° Creencia religiosa

- Que religión profesas
- Como la prácticas

ANEXO 4

Entrevista Modelo

FICHA DE IDENTIFICACIÓN:

Nombre: "Felipe"
Edad: 22 años
Escolaridad: CONALEP – Profesional Técnico
Estado Civil: Soltero
Nacionalidad: Mexicano
Ocupación: Técnico en mantenimiento de equipo de computo
Actividades recreativas: Música (Ska), Conciertos, videos
Tipo de Música: Ska
Género de Cine: Terror, comedia y acción.
Religión: Católica (Creyente) No cree en la iglesia

CUERPO DE LA ENTREVISTA

¿Actualmente con quién vives?

Con mis padres, nada más.

¿Tienes hermanos?

Este, tengo medios hermanos, los cuales no viven en la misma casa.

¿Alguien más vive en el mismo predio?

Sí, es una vecindad, viven como aproximadamente como 8 familias ahí.

¿Rentan ahí todas las personas?

Este, es intestado el domicilio.

¿De quién era?

Era, estamos hablando que llegaron mis papás desde hace 18 años, se murió la dueña, me parece y le dejo a un sobrino, a un nieto, el cual no quiso hacerse cargo, ahora entre todas las familias se encargan de pagar predio, agua y mantener la vivienda estable.

¿Pero no pagan renta?

No, ninguno paga renta, cada quién paga su luz, teléfono, predio lo pagan entre todos y el agua igualmente.

¿El tipo de la vivienda como es, en estructura como es, nos la puedes describir?

Esta grande, es de concreto, este, es la mitad, ahora si que es la cuarta parte de una cuadra, básicamente es así...

¿Tu vivienda esta construida de tabique y concreto?

Sí, concreto, bueno lo que pasa es que es un cuarto como de... unos 8 x 8 más ó menos, esta grande es un cuarto y una cocina, pero mis papás construyeron un cuarto de madera arriba, es en el que, donde yo estoy... son dos camas era donde según iban a ser dos cuartos uno pa mi hermano y otro pa mi, el cual me agarre yo todo (risas) y es donde tengo mi tallercito de computadoras.

¿Entonces, las áreas de tu vivienda cuales son?

Tiene una cocina, este, después un cuarto donde esta la cama de mis papás y una pequeña sala...

¿Baño?

Este, es comunitario...

¿Esta independiente de tu vivienda?

Sí, son dos baños y uno para bañarse.

¿Cuánto tiempo tienes viviendo tú ahí?

Yo llegue como a los 2 años ahí... tengo 20 años viviendo ahí.

¿Con que servicios cuentan?

Teléfono, luz, gas, drenaje, todos.

¿En que área de la ciudad esta?

Por el aeropuerto, bajando sobre circuito, antes de llegar al metro Oceanía.

¿Esta en las faldas del cerro?

Ándale, ya casi en las orillitas del cerro, pegado a lo que es el circuito a una cuadra.

¿Quiénes serán las personas que más convives, las que más frecuentas?

Con los compañeros de trabajo, este, en este caso novia y amigos de ahí de la misma vecindad ó de la cuadra, pero no los frecuento así del diario a veces me visitan o voy a verlos...

¿Los más importantes en tu vida?

Novia, sería, ¿importantes para mí ó con los que convivo más?

¿Con los que sean más allegados?

Pues, ahora sí que me agraciaron, soy muy sociable tengo bastante gente, siento que me quieren porque a veces esta ahí, es una amiga y nada más... sería un amigo que vive ahí, que se crió desde chiquito conmigo, es el que más me sigue y mi novia en este caso, nada más, diario los veo.

¿En tu casa realizas alguna actividad domestica?

Yo, de vez en cuando levanto el cuarto...

¿De tu alimentación que nos podrías comentar que es lo que comes regularmente?

Que es lo que como a diario, pues, pollo, huevo, leche, pan, refresco, agua, me ponen para comer, para el trabajo, comida de un día anterior... como lo que pasa es que mi mamá nunca esta ahí, o sea no hay nadien que haga esa... como tenemos una tienda, bueno mis padres tienen una tienda de abarrotes, pues la atienden y a veces nunca hay nadie, cuando llega estar mi mamá se dedica a hacer la comida y para ponerme para el otro día.

¿En relación al aspecto económico como es tu situación, aportas algo al gasto familiar?

Gasto así como dar un gasto así no lo doy, pero yo me compro lo que es mi shampo, este jabón, pasta de dientes y este, ahorita estoy ahorrando, ahorrando la mitad de mi quincena va al banco, por esa parte no me piden mis papás, porque saben que estoy juntado, más que nada, en si una aportación que... a veces que me piden para papel, jabón, pero así muy rara vez, porque como le digo que no hay nadie a veces no se consume mucho las cosas cada quién se compara lo que consume...

¿Para el teléfono u otros servicios?

Eso doy a veces, como no nos llega de mucho a veces de 300 pesos, damos de a 100 pesos cada quién, para el gas igual, igual nos dividimos entre los tres, trato de cooperar.

¿Por su parte tus papás te dan algún dinero?

No, por su parte no, ya no me dan, absolutamente nada.

¿Nos podrías platicar como fue la historia de tus papás, como se conocieron, como fue su relación?

Están en unión libre, este yo tengo noción que llegue ahí a los dos años, esta persona que te digo que es mi papá no es mi papá, bueno, biológico, pero pues o sea yo lo quiero mucho...

¿Pero más de la historia como se conocieron, tu mamá viene de otra relación?

¡ah! La verdad el pasado de mi mamá no lo sé no lo juzgo tampoco, (Llanto) este, ella viene de Veracruz, este mi papá viene de Michoacán, la verdad no sé como se conocieron...

¿Tú mamá ya había tenido otra pareja?

Sí, incluso tengo tres hermanos...

¿Esos son los tres medios hermanos que comentabas?

Tengo medios hermanos por parte de mi mamá y por parte de mi papá.

¿Entonces hermanos de con tu mamá no tienes?

Sí.

¿Directos?

Hijos de mi mamá sí.

¿De misma mamá y mismo papá?

Este sí.

¿De tu mismo papá?

El cual yo no conozco, incluso nada más conozco a dos de mis hermanos y tengo otro hermano al cual no conozco, pero o sea, sé que mi mamá tiene comunicación con él, pero las circunstancias no, no lo ha permitido, yo no tengo ninguna objeción por conocerlo.

¿Pero son mayores que tú?

Sí son mayores.

¿Y con tu papá este?

Tengo un hermano, que ese si se crió, convivió con el de desde niño, esta en los estados unidos, este, otra hermana, este que es, me parece de mi misma edad, también esta en los estados unidos y otro hermano también los tres están en estados unidos y los dos hombres son de una señora y la niña esta es de otra señora.

¿Son únicamente de él?

Sí, de mi papá, con mi papá este mi mamá ahorita, actualmente ellos no tuvieron hijos.

¿Los otros hermanos por parte de tu mamá, ellos en donde están, en Veracruz?

Una esta en Veracruz, otra esta en Querétaro y otro desconozco su paradero.

¿Entonces tienes tres hermanos y tres medios hermanos?

Sí.

¿Tu mamá alguna vez te ha platicado como fue su periodo de embarazo cuando te estaba esperando a ti?

Pues, me platicaba que trabajaba en una casa haciendo la limpieza y este salió embarazada me parece que de ahí, y de ahí desconozco se que me registró la señora que era en ese caso su patrona y es lo único que sé... (Llanto)

¿Entonces tu mamá estuvo sola mientras te esperaba?

Sí, estuvo ella sola... vivía con, porque llego de Veracruz, me parece con otros hermanos y vivían por ahí por indios verdes, rentaban un cuarto, un tío y otra tía...

¿Tendrás datos en relación a su alimentación durante el embarazo, que comía, sí comía bien?

La verdad no sé, no sabría decirle, también me parece que vivía en una vecindad, allá por indios verdes, este vivía con mis tíos, los cuales los tres trabajaban y los tres convivieron ahí, bastante tiempo hasta que cada quién se junto y hizo su vida.

¿Sabes de Alguna enfermedad que haya padecido, alguna amenaza de aborto?

No me parece que no, todo normal, parto normal me parece.

¿En donde naciste?

Yo nací aquí en México.

¿No sabes en que sanatorio, sí en el seguro o en donde?

La verdad no, no me acue... no la verdad no, nunca platique de eso.

¿Entonces tu mamá te platico que fue parto normal, no fue cesárea?

jah! No me parece que sí, yo fui el ultimo, me parece que si fue cesárea, los tres primeros me parece que fueron parto normal.

¿Y ellos son del mismo papá?

Aja, del mismo papá.

Entonces, ¿no te ha platicado tu mamá como fueron esas vivencias en ese tiempo en que ella estuvo sola?

Este, pues se acuerdan que este, de lo que trabajo en esta casa de ahí se salió y estuvo en una panadería de... por ahí igual de por el domicilio este incluso nomás me cuenta poco de lo del temblor del 85.

¿A ella le toco esa etapa?

Sí, me tenía de un año de nacido, pues ella me contaba, nada más es eso, incluso (llanto), yo recuerdo que me pasaba a dejar con unos... con unas personas que me cuidaban, que posteriormente pues yo les digo padrinos no, no se si fueron de bautizo o no sé este y son los que vieron por mi desde chiquito me cuidaron bastante incluso le decían que me regalara o me vendieran con ellos porque ellos tenían este mas hijos pero ya estaban bastante grandes estás personas era este... ya estaban grandes también pero si me querían porque le digo que yo recuerdo que decían que me vendiera o me regalara con ellos.

¿Y como de que edad estamos hablando ahí?
Yo tenía pues sí te digo como uno o dos años.

¿Y ellos te cuidaban?
Ellos me cuidaban.

¿Por qué te tenían que cuidar ellos?
Por que mi mamá este trabajaba... y este como ellos eran mis padrinos pues se hacían cargo de mi, me daban de comer este incluso me compraban ropa lo poco que ellos tenían o ganaban este pues me daban también ahí, este económicamente pues ellos si eran de dinero... ellos eran de dinero si tenían carro pues estamos hablando del ochenta y tantos... si tenían carro tenían casa sus hijos ya iban en la Universidad ya eran profesionistas.

Entonces, perdón pero cuando estabas chiquito o sea de antes de un año de meses, no sabes si tu mamá si te amamanto o....
Si me amamanto aja, ella si me estuvo amamantando y este no me dio nunca... más los gerbers que son... incluso me ponía pañales de tela, no me ponían pañales desechables.

Entonces tu mamá, ¿no te haz enterado si tu mamá deseaba embarazarse o no, fue un embarazo deseado?
Este la verdad no, no sé.

¿Nunca lo haz platicado con ella?
No.

¿Tus hermanos son más grandes que tú?
Sí, una me parece que tiene como 25... la otra ha de tener como 28 y el otro yo creo que como unos 30 años...

¿Tú fuiste el último?
El último aja si el más chico.

¿Recuerdas que te daban de comer por ejemplo cuando estabas empezando cuando estabas creciendo a parte de que te amamantaban?
Pues este, pues... pues papillas este, frijoles no sé con tortilla algo así no sé pollo, sopa de lo que más me acuerdo...

¿De más pequeño no te acuerdas si te hacían papillas de verdura o...?
No, de eso si ya no, ya grande pues si ya me daban de comer, yo me acuerdo que ya tenía cuatro años ya estaba en el patio ya corría ya me...

¿Cuánto tiempo te estuvieron cuidado las personas que les dices padrinos?
Pues como dos años, como dos años.

¿Entonces desde chiquito hasta los dos años?
Aja ya cuando se junto mi papá y mi mamá pues ya me vine yo a este domicilio que es por acá por... y este en vacaciones como luego pues los señores pues me querían mucho me iba las vacaciones con ellos, luego ya ellos me compraban ropa ellos me daban de comer y mi mamá ahí no daba nada.

Entonces ya fue a partir de los dos años ya estabas nuevamente con tú mamá, tiempo completo por decirlo así...

Sí estaba ahí porque cuando llegamos este en este caso vivía , mi papá con otro con uno de sus hermanos en el domicilio, me acuerdo pues mi mamá ahí este este les daba les hacía de comer a los dos y pues ahí vivíamos todos y tenía a este a uno de sus hijos ahí viviendo... aja el cual es el que le digo que me crie tuvo yo como como fue todo lo que fue la primaria la secundaria el estuvo ahí y ya el se embarco como a los 17 años aja... el ha de tener como unos 25 26 años más o menos.

¿Tú recuerdas de qué manera te corregían tus papás cuando hacías algo indebido?

Pues a golpes (risa nerviosa).

¿Siempre era así?

Mmjj, sí.

¿Quién te corregía?

Mi mama que más estaba ahí pues era la que la que era la que veía que hiciera las tareas que me portara bien... mi papá, mi papá este hubo un tiempo en que nada más se encargaba de dar el puro gasto no, no se metía con nosotros...

¿Tienes algún recuerdo que identifiques en cuanto a que hayas dicho: “yo me acuerdo que tire una maceta y me pegaron”, algo que te sea muy significativo...?

Una vez este, fuimos al pueblo de mi papá (llanto) y pues allá se acostumbraba a desgranar el arroz, el maíz y pues yo lo tire y si me desprendió todo lo que es de la oreja (señaló el lóbulo de una oreja)....

¿En un momento te jalo tu mamá de la oreja?

Mi papá aja el nunca me pego así como...

¿Tu papá tu padrastro?

Mi padrastro nunca me pegó por que hiciera algo, pero fueron contadas las que me pegó y si pegó bastante fuerte.

¿Recuerdas más o menos cuantos años tenías?

Sí, espérame... como unos cinco o cuatro años (llanto)

¿Estas bien?

Sí.

¿Alguna otra vez?

Otra vez, este, también como mi papá luego rolaba turnos este estaba durmiendo y (llanto) yo grite y se levanto y me pegó (llanto) al grado de que me hice del baño y este... (llanto)

¿Te despertaste y gritaste, o...?

No, este, él dormía, en las tardes y yo estuve jugando y lo desperté y si se enojo bastante y me pego (llanto).

¿Casi siempre te llegaban a pegar con la mano o llegaban a utilizar algún objeto?

Mi papá fue esa vez, le digo, que fue con la mano, este cuando me llegaban a pegar mi mamá pues con la sandalia, cinturón, fue lo más que me llegó a pegar.

¿Era muy constante que te pegara tu mamá?

Este, de pequeño si.

¿Más o menos a que edad recuerdas que dejo de hacerlo?

Este, como a los 12 años.

¿Te seguía pegando o definitivamente dejo de hacerlo?

Este, me seguía pegando pero yo ya no me dejaba, yo le paraba los golpes o me echaba a correr (llanto).

¿En estas etapas que nos estas comentando a parte de con tus papás y estas personas, alguien más con quien convivieras?

Este, pues, tíos, que a veces, te digo un tío que vivía ahí, este un tiempo vivió un tío de parte de mi mamá, pero fueron etapas, lo que pasa es que una vez tenía una tía que se volvió loca, o sea le dio trastornos ella no, no se comportaba como la gente.

¿Ella era tía materna o paterna?

Este materna, era una tía materna y este se volvió loca.

¿Pero que hacía?

Pus si gritaba, se salía, y este, gritaba se ponía a decir incoherencias

¿A ti te toco estar en ese momento, cuando paso todo esto?

Si aja, yo estuve ahí, estuvieron mis primos, que estamos hablando de dos hijas y un hijo y mi tío aja, el esposo de la señora esta, este y ahí estuvo viviendo, como unos dos, un año al parecer hasta que mi tía se curo, después otra tía que tenía también otro hijo estuvo ahí.

¿Ellos llegaban a rentar ahí?

No, no, no vivían ahí en el mismo cuarto aja...

Se puede decir que de alguna manera vivían un poco amontonados

Aja un poco amontonados aja.

¿Esto de que edad estamos hablando?

Del transcurso de la primaria, después tuve un primo pequeño que vivió ahí bastante tiempo yo creo unos cuatro años, que fue hijo de una tía que nada más lo dejo y a veces iba verlo, y mi mamá fue la que lo estuvo ahí este, cuidando tenía yo creo que unos cuatro años, cinco años, seis años más o menos, que este niño estuvo ahí, es mi primo.

¿Nada más, alguna otra persona?

Pues así ya no, bastante tiempo no, namas familiares que llegaban fines de semana.

¿Amigos?

Este sí, ahí tuve bastantes amigos.

¿Mismos de la vecindad?

Aja, éramos bastantes, los cuales fuimos creciendo y se fueron esparciendo, el cual ahorita ahí en la vecindad de mi edad no queda nadie aja, unos fallecieron, tuve una amiga que falleció cuando yo tenía ocho años, ella tenía doce, y ahí la velaron ahí todo, así ahí han velado a bastantes personas en lo que es la vecindad, yo he visto como se han muerto, han quedado.

¿Recordaras, en la historia de tu vida, en lo que se ha basado tu dieta, que recuerdes sí te daban tu huevito, te daban tu carnita?

Sí, huevo leche, carne, frijoles, variado, si fue variado, siempre pescado o sea de todo.

¿Te llegaban a dar dulces o que te dieran para que fueras a la tiendita?

Ah si, este yo de chico me tuve que ganar ese tipo de cosas, este los dulces, este, pues si de vez en cuando mi mamá me compraba, mi mamá era la que básicamente me daba más las cosas.

¿Cómo te lo tenías que ganar?

Lo que pasa es que ahí hubo un señor que estuvo enfermo mucho tiempo y yo le iba a comprar el mandado, y pus me daba para mis sabritas o para mis dulces, para chocolates, cualquier cosa, aja, después hubo un tiempo que estuvieron ahí haciendo modificaciones, yo le estuve ayudando al albañil, le acarreaba los botes de arena, cualquier cosa yo le hacia.

¿Comías tres veces al día?

Sí.

El desayuno, comida y cena, ¿O comías más o menos?

Pues, a veces más a veces menos, por lo mismo que no me daba hambre, pero nunca fue que, nunca hubiera algo para comer, nunca fue por eso.

¿Con quién te sentabas a comer o quién te daba de comer?

En este caso mi mamá era la que, a mi yo nunca me gustaba comer con mi papá porque se molestaba.

¿Tu padrastro?

Aja.

¿O sea como se molestaba o qué...?

No se, es que tiene el carácter muy pesado, y siempre anda enojado y este pues yo prefería evitarlo, no me gustaba verlo, cuando estaba enojado pues no me aparecía por la casa.

¿A dónde te ibas?

Pues a jugar, en el patio, casi nunca salía, ya posteriormente si me iba, este, a los seis años yo ya pedía permiso para irme más lejos, ya cruzaba puentes ya cuando fue la primaria ya cruzaba puentes ya me iba más lejos ya empezaba a yo viajar un poco más solo.

¿Cuándo ibas a la escuela tú te ibas solo y te regresabas solo?

No siempre mi mamá estuvo ahí y mi papá también bueno mi mamá cuando me llevaba y cuando salía, en la primaria me dejaba un poco, un poco así, de vez en cuando venirme yo solo, nunca me dejo que me fuera solo, este en la secundaria también siempre iban por mi o y me iban a dejar, y es, lo que pasa es que cuando yo iba en tercero de secundaria, en segundo y tercero yo ya iba y venía solo porque yo iba en la tarde, pero este, la mamá de una de las hijas de mi papá se fue a los estados unidos y la dejo con una tía, y ya mi papá pues fue por ella y se la trajo a la casa y la inscribieron en la secundaria donde yo iba y pues ya para estar más con ella nos iban y nos traían a los dos.

¿Un poco retomando lo de la comida, con quién te sentabas a comer solo o con tu mamá?

Con mi mamá, en este caso a veces con mi hermano, a veces si comía con la familia pero era muy rara vez.

¿Recuerdas algún alimento que fuera de tu preferencia o alguno que dijeras que te lo servían o incluso que tu mamá ya sabía que no te gustaba y mejor no te lo daba?

Este, bueno lo que me gustaba mucho eran los tacos dorados, aja, lo que no me gustaba eran las manitas de puerco, esas si no, nunca me las daban porque no me gustaban.

¿Verduras y eso nunca haz tenido así... rechazo?

Este, si, si les hacia rechazo pero me las daban a fuerzas, siempre si me las comía, aja.

¿Actualmente?

Este, así de que yo dijera dame sopa de verduras pues no, no las como por mi gusto, cuando me las dan pues me las tengo que comer, pero cuan... por mi gusto no.

¿Y alguno que prefieras?

Pues los tacos dorados, los chilaquiles, todo dorado, la garnacha, pero casi no la frecuento mucho por lo mismo que ya estoy más consciente ya que... no la consumo mucho prefiero llevarme comida de mi casa.

¿Y regularmente que te ponen de comer?

Por ejemplo hoy me pusieron chicharrón en salsa verde, a veces pechugas empanizadas, bistec, salchichas con papa, este, huevo con ejotes o nopales, arroz, el arroz también me gusta bastante, spaghetti, cualquier cosa que no sea muy caldudo, porque se cae, se derrama.

¿En la mañana desayunas cuando sales al trabajo?

Cuando esta mi mamá si, pero por lo regular siempre se me hace tarde y no.

¿Hasta que hora vienes probando bocado?

Hasta la hora de la comida.

¿Entonces regularmente nunca desayunas?

No, una, dos veces a la semana si exagerando en la semana pero si no, no desayuno.

¿Comes a la hora, a que hora es tu hora de comida?

Dependiendo a las dos, de dos a cuatro llego a comer a veces, dependiendo el horario no como hasta las cinco, seis siete, dependiendo del trabajo.

¿Consideras que existe algún alimento que te hace daño, o sea que ya estés como premeditado a que sabes que te lo comes te va hacer daño?

No, nada.

¿Antes?

No tampoco, nada me hace daño, bueno depende así cuando como en la calle a veces si me llega hacer daño, pero no es muy seguido, es rara la vez.

¿Y cenas?

Este, a veces también, a veces no.

¿Pero qué sería más?

A veces no.

¿Más veces no cenas?

Es que es a veces, luego por ejemplo cuando llego y este como le digo que mi mamá hace la comida en las noches, llego y pues si pruebo bocado de lo que hizo, o luego si me da hambre si voy a cenar yo a las garnachas ahora sí, aja o en ese caso cuando llegó a ver a mi novia pues a veces me da de cenar.

¿Y regularmente tomas refresco?

Sí, pero lo estoy tratando de dejar.

Bueno ahora dejamos un poco ese aspecto de la comida para pasar a un apartado de salud.

¿De que servicios médicos serias usuario o como te atiendes cuando te llegas a enfermar?

En el centro de salud y este el hospital general.

¿Estos serian en los que...?

A los que recurro más.

¿No tienes seguro social en tu trabajo?

No, en mi trabajo no.

¿Cuándo te llegas a enfermar que es lo primero que haces, como te atiendes, que haces?

Como casi no soy muy enfermizo, este no me los atiende, o sea cuando me da gripa pues la dejo pasar, no me tomo ninguna pastilla, ni nada, solo se me quita, aja, nada más.

¿Cuál será la enfermedad que más padeces?

Pues sería la gripa, pero pues es muy de vez en cuando, no es así...

¿Y no te tomas nada, ni asistes al médico?

No, no ya cuando si de verdad este, pues para que ya estoy muy mormado o que si ando muy cerrado de la garganta, pues si me llego a tomar algo pero nada más para que se me quite en ese momento, pero no me atiende así, que me vaya al doctor y que me recete un jarabe nada son puras medicinas que, que la aspirina, que la naproxen, nada más eso.

¿Al año como cuantas veces te enfermarías, o te dará gripa?

Una o dos veces al año.

¿No haz identificado en que épocas si cuando hace calor...?

En los cambios de clima más que nada.

¿Pero que sería más en frío en calor?

Pues de frío a calor y de calor a frío.

¿En los cambios bruscos de temperatura?

Aja seria nada más eso... ni en las lluvias ni eso... incluso cuando la gente si, este, que anda con bufandas, que anda pues ahora si que la mayoría anda mal yo no me enfermo, hasta que ya convivo más con las personas enfermas ya me entra el virus, aja, pero mientras no.

¿Alguna otra enfermedad más significativa en tu vida, en la cual hayas estado más mal, donde hayas llegado al Hospital General por ejemplo?

Este una vez pensaron que era la apéndice pero eran lombrices, (Risas) nada más fue lo único, que estuve hospitalizado.

¿Cuántos años tenías?

Yo creo como unos diez años y ahí si me estuve atendiendo nada más para que se me quitaran los parásitos.

¿Pero tú sentías dolor, o como fue que te llevaron al medico?

Lo que pasa es que una vez fui a acampar y este, me metí a la alberca y todo, y trague agua y cuando salí ya me fui a mi casa y todo, este, me empezó a dar mucho el dolor a un lado a un costado del estómago y por eso decían que era la apéndice y fue tanto el dolor que si me llevaron al hospital, me internaron, me pusieron suero, y este incluso ya me iban a operar de la apéndice, ya cuando se dieron cuenta que eran lombrices (risas), fue en el hospital infantil.

¿Y cómo se dieron cuenta que eran lombrices?

La verdad no supe, nomás me pusieron suero y me quede dormido, o sea en cuanto me pusieron suero se me quito el dolor, ya me hicieron los estudios pero ya al final fueron lombrices.

¿Cuál fue el tratamiento que seguiste?

Iba, primero ya cada, una vez a la semana iba a que me dieran medicina, ya después fue una vez al mes, ya hasta que deje de ir...

¿Y te dijeron que ya se te habían quitado?

Sí, me dijeron que ya estaba bien.

¿A parte de esta recordarás alguna otra?

Pues cuando me rompí el brazo nada más, pero no fue enfermedad...

Ahí fue accidente

Aja, iba corriendo y me caí y creo se me desprendió un huesito nada más, una espinita del hueso y también estuve internado un día ese fue una vez y después otra vez en la escuela me volví a caer y me lastime en el mismo brazo.

¿Siempre que te enfermas acudes a tratamiento medico normal, el tradicional?

¿Automedicarme?

¿Me refiero a que si siempre acudes con un médico?

Este de pequeño si, ahora al momento no.

¿Dolores de cabeza?

A veces lo que pasa es que también tuve un accidente hace como dos años en el trabajo, este, como era una de transportistas, estaban jugando y yo estaba distraído y me empujaron y me golpie en la cabeza al grado de que por poco me desmayo, aja, y este no me lo atendí en el momento, yo seguí trabajando ya cuando salí en la tarde, pues si el dolor fue bastante fuerte y este, y si me llevaron a urgencias, y ya me dieron medicina y me estuvieron ahí checando la cabeza y ya salí, pero si a veces me da mucho el dolor pero es ahí donde fue el golpe pero no más.

¿Qué tan seguido?

Pues por ejemplo cuando estoy acostado no puedo recargar la cabeza hacia arriba por que donde esta el golpe ahí me empieza a doler, tengo que estar de lado, aja, pero si es un dolor ahí, este, no es de cabeza sino el golpe, como si me doliera el golpe, aja.

¿Alguna vez haz recurrido a otro tipo de tratamiento alternativo?

Los remedios caseros, que el té de... para el dolor de estómago, o sea, este, té nada más, y este lo que es, cuando me limpian cuando estoy empachado que te frotan el huevo, nada más.

¿Y esas limpias con quien han sido?

Este, una persona de ahí de la vecindad, que al parecer hace limpias, pero no más de eso.

¿Para cuando te enfermas del estómago te dan un té?

Este, té, de manzanilla, nada más.

¿Cuántas veces te haz realizado limpias?

Unas dos veces.

¿De más pequeño?

Aja una de pequeño y otra cuando ya estaba más consciente.

¿Y ahí porque fueron?

De empachos, más que nada.

¿Todo relacionado con tu estómago?

Aja.

Mira ya este es otro aspecto, o sea, es retomar un poquito lo que ya nos estabas comentando en cuanto a la posición que ocupas en tu familia, lo que nos mencionabas de que eres el último de tus hermanos y no sé si nos podrías comentar un poquito de las actividades que realizan cada uno de ellos, bueno de los que tengas consciencia, y las tuyas, desde que te levantas hasta que ya te vas a dormir.

Este, eh, igual de mis hermanos y míos?

Sí

Este, tengo una hermana que es la que vive en Querétaro, es la que sigue de mí de parte de mi mamá, este, me parece que es ama de casa, después la hermana que le sigue, este, es enfermera, ella tomo cursos de enfermería.

¿Es la más grande?

Aja, es la más grande de las mujeres de parte de mi mamá y tengo otro hermano que era soldado al parecer, después fue este guardaespaldas del cardenal me parece, estuvo ahí, la verdad yo desconozco....

¿Estos datos los sabes por tu mamá?

Este, por mi mamá y por parte de mis hermanas...

¿Con él es con el que no tienes contacto?

No, no lo conozco ni por voz ni nada.

Él es el mayor de ustedes

Aja, el mayor y es bueno dicen que se parece a mí, lo conozco en fotos, pero físicamente no y eso fue hace... te estoy hablando de casi tres meses que lo conocí en fotos no lo conocía, aja.

Tu mamá dices que se encuentra casi siempre en la tienda que tienen

Aja, esta la tienda se puso hace como uno o dos años y esto fue a través de que a mi papá lo despidieron porque en la empresa donde trabajábamos incluso trabajábamos juntos este, la dieron o sea nos empezaron a correr gente y en eso estuvo mi papá posteriormente como medio año a mi, y este y como no lo liquidaron y lo que el tenía juntado pues quiso poner una tienda porque no le gusta estar sin hacer nada.

¿La tienda esta cerca de la casa donde viven?

No, esta allá por, por el pedregal de San Ángel, aja pero son colonias aledañas de ahí.

¿Ahí ellos rentan el lugar?

Sí, rentan el local, este pagan la luz, pagan todos los servicios que pueden tener ahí, pero básicamente es la luz porque no usan gas no, no usan teléfono no hay nada, nada más la luz que es la que se consume para los mismos refrigeradores y la radio y la tele que tienen.

¿Entonces salen muy temprano y ya llegan en la tarde?

Lo que pasa es que hay una tía que les ayuda que vive por allá y este a veces les toca en la mañana este como a eso de se van a las cinco de la mañana de la casa y van llegando como a las seis de la tarde, luego a veces se van los dos, a veces uno se va primero y es otro se va después este los jueves mi papá definitivamente no va, es su día de descanso y va mi mamá y los viernes igual mi mamá no va, y se turnan cada quince días este les toca a mi papá o les toca este a mi tía, pero los domingos básicamente ya les esta tocando todos a mi familia porque no mi tía a mi tía no le gusta ir los domingos y este ya se va mi papá y cierran en horarios de siete a diez de la noche.

¿Y por ejemplo en tu caso cual sería la rutina que realizas del diario?

Del diario, pues me levanto como a eso de las siete a poner el agua, y este ya me vengo levantando ocho y media otra vez para meter a bañar y ya salgo cuarto para las nueve, nueve, nueve y media y ya me voy al trabajo, este llegó y este...

¿A qué hora entras a trabajar?

A las nueve de la mañana (risas), llegó nueve y veinte, nueve y media, a veces cuando si llegó a llegar temprano si llegó a las nueve o antes de las nueve y este temprano raras las veces y pues básicamente me dedico a arreglar teclados impresoras, configurar CPU, este a veces cablear, ponchar los nodos, este configurar servidores, instalar este impresoras scanners, de todo de todo lo relacionado con equipo de computo.

Dices que no desayunas, entonces ¿comes casi siempre hasta lo que sería la hora de comida?

Aja la hora de la comida, a veces que las galletas a veces me compro un licuado, pero a veces no, no compro nada tomo agua nada más, aja hasta la hora de la comida.

¿Y la hora de la comida dices que es de dos a cuatro más o menos?

Aja, luego que a veces por el tiempo, que luego salimos y este llegó a la cinco, llegó a las seis voy comiendo a las seis, este a veces a las cuatro a las cinco de la tarde, es que varían el horario de comida aja...

Y luego regresas nuevamente a trabajar

Este aja, llego salgo a las siete de la noche este hace quince días empecé a hacer ejercicio y este llego a mi casa luego que a veces como un taco de lo que aiga, haya y ya me pongo a seguir trabajando ya en la, en mi casa, ya me vengo acostando como a eso de... o ver la tele, dependiendo, si me siento muy cansado porque luego si me canso bastante de la vista, este, ya no hago nada y este tampoco me puedo dormir hasta las doce ya me vengo acostando.

Dices que tienes como quince días que empezaste a ir al gimnasio, ¿Por qué fue tu intención de ir a hacer ejercicio?

Este, pues fue nada más así de loco, no, no, por que, ya no, si me sentía un poco pesado más que nada, aja, fue por eso y empecé a ir hacer ejercicio.

O sea esta sería más o menos tu rutina diaria?

Aja.

¿Sábados y domingos que haces?

Salgo al medio día, salgo a las dos de la tarde, los cuales me dedico para, a veces hacer trabajos que me salen este, por lo regular voy a la plaza de la computación a comprar lo que vaya a necesitar o nada más pus ir a ver que hay nuevo, aja, de ahí me paso a lo que es el chopo, también voy a recolectar propaganda porque tengo un espacio en Internet, el cual subo información y todo eso, creo que es lo, la música lo que más me llama y si hay algún concierto, pues voy a un concierto los domingos, que sería básicamente.

¿Cuándo no hay conciertos que llegas a hacer?

Este, dedicarme a mi casa, trabajar o salir con la novia... pero básicamente es dedicarme a la música.

¿Algún ritual que tú practiques o que hagas así del diario o para hacer algo para lo que te prepares de alguna manera?

Este, saliéndome me persino, me persino, aja, me persino este, cuando pus voy a ver un equipo pus si no sé...

¿Equipo de qué?

De cómputo, más que nada, sí, trato de pensar que va ser fácil, porque que siento que si me pongo nervioso o eso me salen mal las cosas o sea no trato de ponerme, pues que va ser algo sencillo.

¿Cuándo lo vas a ver de qué?

Cuando voy este a... pues a revisarlo aja.

¿De algún trabajo que te sale?

Del mismo trabajo y también del que me sale.

Siempre tratas de pensar que va a estar fácil para que te salga bien las cosas

Aja para que me salgan bien las cosas.

Mira vamos a entrar un poquito más al tema que te habíamos comentado, este ¿para ti que sería una emoción?

¿Emoción?

Sí lo que tú entiendas por emoción

Pus un estado de ánimo, de cómo me siento, aja, triste contento, este básicamente eso nada más.

¿Cuál o cuales serían las que más presentas o sientes?

Presión.

¿Nada más?

Sí.

¿De sentirte presionado pero como?

Pues si me siento que las cosas no me salen bien, es una presión este del trabajo, una presión en mi casa con la novia y presiones que tengo mmm no sé de no me falta dinero, necesito dinero para comprar esto esa presión es básicamente la que...

¿Pero que te hace sentirte, a lo mejor ansioso, o angustiado?

Este me pongo de malas a veces me pongo de malas y nada más y este si muy nervioso así de ansiedad de algo...

¿Malas es enojarte?

Aja enojarme o si y te digo por lo regular siento que me hace falta algo algo no sé que pero es algo, me hace falta como que no estoy contento... aja y necesito distraerme para olvidar eso la presión o esa cosa que me acongoja.

¿Y como le haces para disminuir esa presión?

Veo la tele, trato de distraerme en lo que es la computadora este la música y luego que pues eso ahí como que es la clave para desahogarme.

En la música en el Ska.

Aja.

¿Para ti que seria esa emoción del enojo?

Del enojo que este no comprendo, me pongo este ya no razono las cosas como son, este me como que me gusta tener la razón de a veces de lo que yo hago y este es eso, aja enojarme si me enojo de que o me quedo callado me quedo ido pensando cosas.

Eso sería para ti el enojo

Aja, si, si me enojo o este si no me gusta este todo me desespera me preguntan algo y les contesto y les respondo de mala gana pero son con ciertas personas aja.

¿Cuándo tu estas enojado, que haces, o sea como lo expresas?

Ah! Pues este pues en el rostro se me ve la cara enojada.

Pero como es, ¿haces gestos, frunces el ceño o que?

Si, este los ojos creo es lo básico que se me ve que estoy enojado y este cuando me preguntan algo lo respondo de mala gana.

¿Cómo sería de mala gana?

Este pues no sé como...

Alzas la voz...

Alzo la voz ya como que no quiero saber nada de lo que me están preguntando y alzo la voz este o no contesto nada más.

¿Miras a la persona?

No, no nunca los miro o los ojos.

¿No haces ademanes o golpeas algo?

No, este a veces cuando si estoy bastante enojado y me desquito, pus si golpeo la pared, nada más, aja, pero solo, solo ya... con puño cerrado.

¿Y son varios golpes o así nada más uno o dos?

Unos tres, así de para quitar la presión, de y ya desahogarme.

¿Pero fuerte?

Aja, sí.

¿Nunca te haz lastimado la mano al hacer eso?

Si, me he lastimado.

¿Qué malestar físico logras identificar cuando te enojas, vamos a decir, en donde sientes el enojo en que parte del cuerpo?

En la boca, siento, cuando estoy enojado empiezo a jugar mucho con la lengua, aja y a ignorar a las personas.

Aja, pero en el cuerpo tu como lo sientes, a la mejor en el estomago, a la mejor hay gente que le palpita el ojo, tu sientes que... tu lo sientes...

No pus siento así como sin fuerzas, no se algo así...

¿Se te tensan los músculos?

Aja, sí, se me tensan los músculos.

¿Y eso de la boca nos podrías decir más, explicar un poco más?

Pues, este, es chillar los dientes, bueno no chillarlos sino presionarlos bastante.

¿Presionas la quijada?

Mmji, presiono la quijada, se me empieza a reseca la boca, nada más es eso.

¿Podrías comentarnos, alguna situación de tu vida, o situaciones, donde tu te hayas enojado?

Pues, ¿donde me haya enojado fuerte? Pues, desde siempre me enojo así bastante, pero trato... igual en mi mismo enojo lo interpreto, este, yo cuando me enojo bastante, este, me empiezo a reír yo mismo de mi enojo, me empiezo a... sí estoy enojado con una persona ya ni la golpeo porque me da mucha risa de lo que me esta pasando y este un enojo así, este, con una novia que, con esta novia que tuve, este, fue un enojo bastante, así, no pensé las cosas y fui a su casa y le reclame y la empuje y todo por una... bueno no tonterías, no sé la verdad todavía no...

¿Nos podrías platicar un poquito más en relación a esto, cómo fue la situación, porque fue?

Ah, este, yo en unas... lo que pasa es que la relación no va muy bien, este...

¿Actualmente ella es tu novia?

Pus si, se puede...

¿Cuánto tiempo tienes con ella?

2 años, aja, este, pues la relación no va muy bien porque me cela mucho, este, lo que pasa le digo es que soy muy sociable tengo muchos amigos conozco hasta amigos que son albañiles hasta licenciados, abogados, todo, o sea, por lo mismo de que es mi carrera y yo soy muy sociable, y este, y ella se encela mucho porque voy a los conciertos, por que hacer trabajos se enoja bastante y yo le digo: pues acompáñame para que no aiga problemas, de que pues, este, dude de mi... no le gusta y este ya cuando le explico no entiende la ra... bueno no me entiende a mi de lo que yo le digo, de las cosas que son y este, y yo, ella este, hay personas que la verdad que no me caen bien igual que a ella que todos mis amigos le caen mal, todos, todos con los que... yo le hablo le platico, aunque

no los conozca le caen mal, porque a ella no le gustan mis amigos, aja y este, esos son básicamente los problemas que tenemos y entonces este, unas semanas antes discutimos, (Risa) porque pues yo estaba viendo la tele y paso una imagen de una chava y la estaba viendo en la tele y ella se molesto mucho y se puso a llorar y yo le dije que pues que tenia porqué se ponía así, pus si era la tele, ni modos que la dejara de ver y pus eran cualquier, no, no eran programas así este, de las ocho comerciales todo eso y se molesto y se puso a llorar y pus yo si me moleste porque no me deja ni ver la tele y este pus me fui a mi casa, no le hable en el transcurso de una semana, entonces yo fui a un concierto, a los cuales a ella como le digo, nunca le gusta oír música, nunca le gusto esos conciertos y este, le digo que a ella no le gustaba ,mi música no le gusta lo que yo hago lo que me llame, mueve a mi, a ella no le gusta todo lo que hago para ella esta mal, ella quiere que todo el día este con ella, entonces este fuimos a un concierto, este yo no la vi me dijeron que ahí andaba ella con unos chavos que a mi, son de la colonia que a mi no me caían bien tuve muchos problemas con ellos y la y me dijeron que andaba con ellos, entonces fue mi mucho mi enojo cuando me dijeron dije ah! No es no, no, no lo exprese ante, ante las personas con las que yo estaba, hasta que yo estuve en mi casa y si fue cuando empecé a este a pensar cosas y si me enoje bastante y si la fui a buscar, le dije que me diera unas cosas que tenía ella de mi...

¿Ese mismo día la fuiste a buscar?

Aja, le dije pus que me diera unas cosas que, que, que este que ella tenía mías, eran celulares ropa que yo tenia ahí, sudaderas suéteres, que me las regresara y ella me contesto de mala gana y fue más mi coraje y este luego cuando me enojo hago cosas que a lo mejor al otro día me arrepiento que, que nunca o sea así como me ven de serio nunca piensan que podría yo hacer, entons la fui a buscar le dije que me diera mis cosas y no me las quiso dar, en ese momento ella estaba sola en su casa estamos hablando de las doce de la noche y yo la empuje, la empuje y le dije que me diera mis cosas y ella este pues también reaccionó con golpes y los cuales yo no, no me deje y si este yo nada más la empujaba la empujaba y le dije que me diera mis cosas y como yo ya entraba a su casa como ella entra a la mía, este yo empecé a registrar este buscando las cosas porque pus si me había dado mucho coraje por que yo no o sea yo le di este no porque ella me pidiera ella nunca me pidió nada pero pus yo este agradeciendo pus que estaba conmigo le compre un celular este, le daba cosas o sea así ropa a veces este ella nunca me pidió ella nunca me exigió nada de que llévame al cine llévame esto nunca, y este pus si me dio coraje de verla con estos chavos y este porque este tengo mucho coraje mucho rencor hacia ellos y este y yo le dije que me diera, empecé a registrar sus cosas ella me dijo no es que mi cuarto esta cerrado y tenia un vidrio y si lo rompí de un golpe con la mano y abrí la puerta y empecé a buscar mis cosas y este las cuales nada más me dio unas, unas cosas, te digo que ahí forcejeamos, ahí lloró, me abrazaba, me decía que me quería mucho, que no hiciera lo que le estaba haciendo...

¿Pero le pegaste?

Así como pegarle con golpes no, o sea la empujaba y este, y ella si me pegaba porque si me golpeaba, me golpeo como dos, como sabe tae kwon do, este, si reaccionaba y sí, yo nomas la empujaba, yo nomas quería mis cosas en ese momento y este, y pus ya me fui a mi casa yo estaba muy enojado, tenía muchas ganas de hacer cualquier cosa, de no sé este, quería desquitarme con alguien, y este, ella me denuncio, estuve detenido, un día estuve detenido en la delegación, este ella volvió a retirar la denuncia ella la puso ella la retiro, este salí y este me hablaba yo también este pus la buscaba este ahorita también este, este pus nos frecuentamos ya no siento quererla tanto como antes, pero pus no sé si sea por necesidad por lo que este con ella, por no sentirme solo, pero ya no, no me llena tanto como antes porque todavía soy muy rencoroso, soy muy orgulloso y siento que lo que por estar con esas personas ya no, no la veo como antes, aja. (Por medio de una fuente externa se cuenta con el dato de que el entrevistado si golpeo a su pareja por lo cual ella y sus padres lo demandaron, incluso el dinero que mencionó anteriormente estar ahorrando es precisamente para cubrir la deuda generada por la denuncia)

¿Tú nos mencionaste ahorita que tienes mucho rencor hacia esas personas con la que te habían dicho que estaba ella, porqué?

Porque ella siempre se... se queja... ella, e eran sus amigos, este, yo los conocí tiempo antes, a ellos antes de conocerla a ella incluso pus este conviví dos o tres cosas con ellos entonces yo cuando anduve con ella ellos pus este se enojaron, se enojaron porque a ellos nunca les hizo caso y este, estamos hablando de chavos igual de mi edad pero que se perforan y este...

¿Perdón donde la conociste a ella o donde los conociste a ellos?

A ellos yo los conocí igual en los conciertos aja, de ahí del barrio, son del barrio ellos a esta chava yo la conocí bajando del metro ahí por mi casa yo nunca la había visto por que... y vive a tres cuadras de mi casa y este y de ahí la conocí le empecé a hablar y todo y pus si se empezó a dar algo y si algo pues era algo correspondido y pues empezamos a andar y le digo que con estos chavos yo tenía mucho rencor porque como también ella los conocía y ellos se expresaban mal de mí le empezaban a decir que no que yo era esto cual siento que soy un poquito más que ellos por el aspecto de que ya tengo una carrera ellos ni la secundaria acabaron y son personas que se la viven en la esquina del barrio ahí este pus echando cotorreo y el cual yo no yo tengo una visión de ver más adelante, y este, y luego que se quejaba mucho de mi forma de actuar cual ellos son peores y es mucho mi coraje hacia ellos y este una vez también me pegaron ellos por, por que pus ellos también me traen coraje como ando con esta chava me empezaron a me pegaron a mí y a mi primo y este y fue más mi coraje hacia ellos.

A parte de todo esto que nos comentas, en relación a esta situación que viviste, ¿En que situaciones podrías así ya más concretamente identificar las cosas que te hacen enojar?, por ejemplo si alguien no hace lo que tu quieres, cuando te sientes impotente, no sé, ¿que situaciones serían las que tu puedas llegar a identificar?

Este luego como le digo soy muy tranquilo luego no me enojo así tan de repente, este soy personas de las que le hacen una le hacen dos le hace tres, pero ya a la cuarta ya, ya me les pongo al tu por tu porque ya puedo reaccionar más violentamente, porque este incluso luego hay un chavo ahí por mi casa que pasaba y me decía de cosas me mentaba la madre, me insultaba, y este yo nunca reaccioné y una vez si este... si me empezó a decir más de cosas y si me regrese y si le di unos...

¿Te regresaste a darle?

Aja a darle ya nos topamos y si nos dimos a él y compartimos ahí golpes, pero hasta el momento me dejo de molestar...aja pero le digo que y así soy con todas las personas, me hace una, me hacen dos pero ya a la cuarta si sea quién sea, sea quién sea me le pongo al frente aja sea quién sea así sea este, mi jefe de trabajo si me les pongo al tu por tu o sea no porque o sea luego porque me ven como ora si que como con mi carita banderita de pendejo no (risas) porque te digo soy muy tranquilo o sea te digo me pueden decir una me pueden decir dos pero ya a la tercera cuarta ya es cuando y no digo nada o cuando me dicen nunca les digo nada me guardo ese coraje hasta que ya sale.

O sea te lo vas guardando hasta el momento que ya lo sacas y lo sacas de una manera más explosiva Aja y no precisamente en golpes sino también en cuestión de palabras aja, aja.

¿Con que frecuencia te enojas, aunque vayas guardando tus enojos?

Pues una vez por semana.

Una vez por semana más o menos aunque no todas las veces que lo expresas sea con la misma intensidad.

¿Qué emociones tu puedes identificar en tu papá o en tu padrastro, en tu mamá? Que son las personas con las que más convives ahorita ¿Cuáles serían las que ellos experimentan?

Mi mamá es una persona tranquila, este este pues es tranquila igual que yo, no no tampoco no se enoja este, así este como yo, este es una persona tranquila también este, no tengo mucha comunicación con ella, mi papá le digo que todo el tiempo se la pasa enojado, así se levanta, este, se levanta enojado y se acuesta enojado y cuando se levanta de buen humor esta todo el día de buen humor pero no es de carácter fuerte pero no hacia con las personas que le hacen si no con nosotros, con mi mamá con si nos empieza a decir las se expresa de las cosas que le pasan pero enojado y si le damos una opinión se enoja porque pues él también quiere tener la razón, nada más pus eso.

¿En tu mamá que emociones identificarías que presenta más?

Este pues siempre esta conmigo esta muy bien pus ora si que me chiquea es la que anda ahí de que soy su hijo menor es la que el que estoy ahí y pus es el es la persona que ve por mi nada más.

¿Pero en ella no identificas una emoción así como tal que la veas triste, alegre?

A veces si la veo triste a veces la veo contenta, a veces la veo cansada pero no casi no luego como no tengo comunicación con ella porque llegó de trabajar y ya están durmiendo, y me levanto y a veces ya no están, y los fines de semana pus yo tengo mis cosas que hacer y no los veo.

O sea no platican mucho de cómo te fue

No y no tengo confianza yo con ellos le tengo más confianza a mis amigos que a mis padres.

¿Entonces en tu padrastro que es con el que vives sería la emoción del enojo la que más identificas?

Aja sí el enojo que siempre esta enojado.

Que casi siempre esta enojado y se desquita con ustedes

No se desquita así de que esta enojado no como ya es su forma de ser a veces ya no lo tomamos mucho en cuenta aja, de que esta enojado.

Nos podrías ampliar un poco más la relación o el vínculo con tu mamá, con tu papá y con tus hermanos con los que mantienes comunicación. Vámonos primero con tu mamá.

Pus mi mamá este pus luego cuando me levanto cuando esta ella me hace de comer a veces platicamos de cómo te fue no pues este trabajando, aja si, o sea de lo que me pasa personalmente, que a mira este hoy conocí a tal persona este fíjate que platique de no, nada así de, de “como te va en el trabajo” no bien este, “no que hiciste” no pus esto y ya y tú no pus en la tienda aja no, no platicamos de lo que nos pasa en si nomás si estamos bien de salud si estamos bien económicamente o sea si yo no necesito dinero nada más o sea no platicamos de cómo nos fue ni nada de eso, aja.

¿Cómo considerarías este vínculo?

Pues falta de comunicación.

¿Con tu papá con tú padrastro?

Eh pues a pesar de todo es una persona que yo quiero mucho, la respeto porque este pues ha sacado adelante ora si que a mi mamá y a mi, este a mi me dio una carrera, lo que pudo me lo dio, este, tampoco comunicación así no tengo de que mira me siento triste por esto, nada, nada de eso.

¿Con tus hermanos con los que llegas a tener contacto o has llegado a tener?

Con mi hermano mayor el que le digo que de parte de mi papá con el que viví bastante tiempo, este pues era de que me pegaba, este, mi medio hermano de parte de mi papá es el más grande de mi padrastro.

¿Cuántos años tiene él o cuantos años te lleva?

Yo creo tendrá uno 27 yo creo más o menos la verdad no, no... él estuvo ahí varios años viviendo, hasta que se embarco le digo que a los 17, que él tenía 17 y se salió de la casa porque ya tuvo se casó, en este caso, se casó y este le digo que me pegaba este y yo no le tenía ningún apoyo hacia él de que ayúdame con una tarea ayúdame... él nunca fue un hermano mayor para mi...

¿Te pegaba seguido?

Pues jugando a veces me pegaba a veces me ignoraba o me hacia a un lado, o sea como que no era su hermano, bueno pues no era su hermano pero pus tampoco este nunca un cariñoso hacia a mi nunca lo hubo.

¿Actualmente no tienes comunicación con él?

Este vino hace dos años de Estados Unidos, estuvo aquí y este como yo trabajaba y así como que nos veíamos muy mu... en el tiempo que estuvo fue como quince días no convivimos bastante, no, nomás así de que ah!

¿Consideras que le podrías tener algún rencor a él?

Rencor hacia él no, no, rencor no porque tampoco me quito ni me hizo nada, yo también olvido el aspecto de que me pegaba y las personas que no me llegan así de que digo que los quiera mucho, pues se me olvida, pero las personas que si, de las cuales yo confío y todo, si les guardo bastante rencor.

¿Con tus amigos como serían tus vínculos?

Este tengo muchos, muchos amigos, este otros me quedran, otros no pero como no necesito de ellos, o sea les hablo y nunca les este, este les niego nada así me pidan "no sabes que necesito que me hagas este favor" y yo se los hago no espero nada de ellos ni, ni y el día que yo pido si no me lo pueden pues ni modo, pero o sea yo hacia ellos no, no les tengo ningún rencor pero si tengo bastantes amigos.

¿Con los más allegados como sería tu relación?

Este, es un, un niño que, vive ahí en mi casa, tiene die... va a cumplir 16 años, él también llegó como a los 2 años, él tenía dos años y ora si que junto conmigo estuvo, jugo conmigo, este platicamos de cualquier cosa, o sea le tengo bastante confianza a él, él este es como mi hermano yo lo ayudo en sus tareas yo le echo la mano, si necesita igual no económicamente pero si le presto a veces dinero o el me presta, este le regalo ropa, él igualmente el día de los cumpleaños.

¿Él es como tu mejor amigo?

Aja.

¿Con tus hermanas si mantienes relación?

Este con la de parte de mi papá este como se fue ella por su cuenta igual se fue como una ladrona, este ha hablado pocas veces con mi papá nada más, de "ah bueno me pasas a mi papá, ah sí", no sé su estado ahorita, creo que tiene dos hijos no sé de cuanto, las de parte de mi mamá, este la que vive en Querétaro no tengo comunicación, ella le tiene le guarda rencor a mi mamá, la que vive en Veracruz y que es enfermera este con ella si he convivido un par de veces, como tres veces y siento que si hay ahí un cariño de hermanos, no le guardo ningún rencor a ninguno de los tres porque

pues no me corresponde a mi, este si, si me hicieran algo o le hicieran algo a mi mamá si sacaría la cara por ella, pero mientras no, mi relación es normal como un hermano, este si la quiero bastante a la de enfermería, a las otras no las he convivido no puedo expresar un sentimiento hacia ellas.

¿Tú hermana porque le tiene rencor a tu mamá?

Porque siente que la abandono, los abandono pero pues también yo si le doy crédito porque pus, si los dejó pero no saben porque, ni yo lo sé pero, por algo los, porque pus ella, mi mamá de cierta forma si los quiere a los cuatro porque si les habla, si les habla el día de su cumpleaños y a veces si piensa por ellos, aja, reza por ellos yo se que nos quiere bastante por igual a los cuatro.

Al decir “los dejo”, ¿fue cuando se vino a trabajar a la casa que mencionaste?

Aja.

¿Pero no sabes con quién los dejó?

Este los dejo con una abuela de su papá de ellos, que pues vendría siendo el mío pero no tanto como padre.

¿El vínculo que por ejemplo, mantienes con tu pareja, como sería?

El vínculo, le digo que la relación no va muy bien, más que nada.

¿Por la desconfianza que generó en ti?

Aja y, como le podría decir es que no, si quiere que este a fuerzas con ella, como un este, sí, nada más con ella y yo que no haya nadie más, como es más pequeña que yo tiene 18 años, este 18 ó 17, 17 años, este no ve las cosas como creo que yo las veo aja.

¿Tú la quieres a ella?

Pues en cierta forma sí, pero no ya no, no me mueve tanto como antes o sea si la quiero y si la voy a ver, este trato de estar con ella el tiempo que puedo estar con ella, este pero siento que ahí o sea, si, si me casara con ella pus igual y adelante pero no, no hay algo, ella si me gusta bastante porque si es bastante guapa, pero no, no sé porque hay algo ahí pues que yo tampoco entiendo porque, aja, por más que trato de ver las cosas no entiendo el porque.

¿Por qué sigues con ella?

Aja, porque sigo con ella, no sé si por necesidad o porque de verdad la quiero, no sé.

¿Y finalmente con tus compañeros de trabajo como sería el vínculo?

Compañero de trabajo nada más, así como tal compañero de trabajo, no hay uno, sí platicamos de lo que nos pasa pero omito varias cosas porque no les tengo confianza, son personas que siento que hoy están y mañana igual y estoy en otro lugar o ellos están en otro lugar no sé, este con la persona que estaba antes, pus si era de que ah! Mira me paso esto o el otro pero le digo que no hay un sentimiento ahí porque pus yo se que hoy están y mañana igual ya no.

¿Como que nada más es de sobrellevar la relación?

Aja, la relación aunque siempre con todos tengo contacto, el contacto tengo con todos los compañeros de trabajo donde he estado he tenido siempre contacto, le digo que soy muy sociable, entons me buscan o yo los busco para una u otra cosa.

¿Con tus jefes?

De trabajo.

Sí

Igual son así de jefes de trabajo no, no inmiscuyo sentimientos porque no, porque siento que hay un este, ellos siempre lo ven así como rangos sociales y pues como es uno el trabajador pues no, o sea no.

¿Cómo es ahí eso que me dices de los vínculos, de los rangos?

Sí, nada más es el trato porque pus yo soy el jefe y yo soy el que te pago no, porque pus hay algunos que si este, he tenido mis jefes que hay unos que si me echaban mucho la mano y que mira este, pero hay otros que no, que son mis jefes nada más como cualquier otro jefe, aja que yo soy el que aquí, yo soy el que tiene el dinero, yo soy el que te pago por lo que vas a hacer, aja, tu no tienes ni voz ni voto.

¿De alguna manera haz tenido conflictos con tus jefes?

En la empresa anterior con un contador porque, al momento de que me dijeron que pus yo ya no era útil en la empresa le dije que pus estaba bien porque pus ya la empresa ya no estaba dando lo que tenía que pagarme, ya nos retrasaba pagos entons, le dije pues finiquítame, porque una vez saliendo de ahí yo se que ya no iba a volver a entrar para que me dieran algo y le dije que me liquidara de una vez lo cual me dijo que no había dinero y le dije liquídame o aquí ora si te rompo toda la porque ya me había hecho, a mi no me quería por lo mismo, nunca le di motivo para que me corriera y este nada más que ya hubo corte de personal y ya no, y yo ya también opte por salirme porque pus ya no me, me debían hasta un mes de sueldo y este y si me le puse al tú por tú porque no me quería este, dar mi finiquito y yo ya sabía que saliendo de ahí ya no había, porque pus ahí pasaba la gente sentada todo el día afuera de la puerta de la empresa para que los dejaran entrar para ver que, que procedía con su dinero y nunca los dejaban entrar, entonces yo me dije si una vez salgo ya no me van a dejar entrar, y si, nada más me dieron lo que fue dos mil pesos cuando me habían hecho el costo que eran seis mil pesos, me habían hecho ora si que la suma de todo, de , aja y me dijeron te tocan seis mil pesos, después vienes y dije no, de una vez y si nada más me dieron mil quinientos y ya no me volvió a dar más.

¿Y ahí cuando lo enfrentaste ya también de alguna manera estabas enojado?

Sí, ya estaba enojado yo porque, incluso hasta los policías me tuvieron que detener porque si expreso bastante fuerza cuando, pues como toda la adrenalina yo creo, aja, cuando me enojo.

Y le dijiste que si no te pagaba...

Sí, si lo iba a golpear.

¿Entonces hasta los policías te tuvieron que agarrar?

Sí me tuvieron que agarrar, nada más me calmaron porque como yo no, cuando me enojo el problema es solo con una persona, no agarro parejo y o sea trato de, decir no o. k. pero deja nada más arreglo mi problema con... no lo expreso con demás personas si no con lo que...

¿Y ya fue así como te pago?

Sí, me pago cierta parte.

Habían quedado un poco pendientes datos sobre la historia del embarazo de tu mamá cuando te estaba esperando, de los cuidados, alimentación y otros aspectos, ¿Te fue posible indagar algo al respecto?

No, no pude, lo que pasa es que como no veo casi a mi mamá y este a parte de que hubo, este se fue a Veracruz y ya no la pude ver hasta hoy, no la pude ver, ni pude platicar.

No se presento la oportunidad
No, aja más que nada.

Retomando un poco lo que comentabas en cuanto a las personas con las que comúnmente convives dentro de la vecindad en la que te encuentras, mencionabas que ahí varias personas fallecieron y que de alguna manera te toco enterrarlas, a ti te toco vivir eso, entonces ¿No sé si recordarás que sentiste ó que sentías cuando llegaba a suceder esto?

Este, el suceso que más me dolió fue cuando una amiga falleció, tenía doce años ella, cuando falleció yo tenía la edad de nueve años, y fue la que más recuerdo y la que más llevo porque pus estaba más pequeño, no lo sentí así de, de llorarle ni nada porque, no, en el momento no fue así nomás no le llore nada más este sentía que estaba ahí, o sea no, no, no, no fue un, un golpe así tan grande pero si la quise bastante, fue pus una niña que jugaba conmigo, y las, las demás personas pus fueron personas lejanas o sea que no sentí, aja que pus nada más las velaban ahí y todo pus yo era un niño no, me dedicaba más a estar jugando y todo, no, no, en ese momento no sentía nada.

De la niña que mencionas ¿recordaras alguna emoción que hayas experimentado?

Con ella, pues que en, en su momento pus era, me gustaba bastante la niña, pero era más grande que yo, luego este, era una niña bastante enfermiza no la dejaban salir y este, y yo era el que la cubría el que... como tenía diabetes a veces este le compraba yo las golosinas porque pus a ella no, obviamente no le po... no le podían dar dinero y yo, yo era el que, pus de vez en cuando si, un dulce que ó que las sabritas que era lo que le gustaba a ella.

Pero tú en ese entonces ¿Sí sabías que podía comer ciertas cosas y otras no, por su enfermedad?

Sabía que era, a la diabetes pero yo creo que como estaba tan yo pequeño pus no lo tomaba tanto y pus si me daba así como que, cosa no, no invitarle de lo que yo estaba comiendo.

¿Entonces cuando se murió que fue lo que sentiste?

Este le digo yo cuando se murió, este tuvo espoto... hospitalizada como una semana, la daban de alta, la volvían a internar, la daban de alta y la volvían a internar, y este y yo ya como era, en esos días estábamos disque enojados porque pus que no nos hablábamos este fue más que eso de que pus se murió, que y ya no le pude pedir perdón y nada se fue y ya no le pude pedir perdón, fue lo que más me dolió.

¿Te sentiste triste?

Este si triste igual y si le digo unas lagrimas pero no, no tanto para este aferrarme a ella.

Bueno pasando a otro aspecto y retomando lo de la alimentación comentaste que cuando estabas más pequeño a ti te daban comúnmente, huevo, carne, frijoles y que era variado, recordarás cuales eran los que más consumías...

Es, lo que era huevo, huevo era lo que más este, como no en el aspecto eso de, no comía lo que a veces este ellos guisaban, porque no, no nunca me, eso de que comiera de todo a veces este y pus básicamente era el huevo que me hacían para más rápido, aja.

¿A ti que te gustaba más?

Este comer como le digo la lo que es tacos dorados y todo lo que dicen que es la garnacheria todo eso.

¿Desde niño?

Aja desde niño si me gustaba eso.

¿Qué era lo que menos te gustaba?

Las verduras, las verduras que...

También mencionabas acerca de las verduras que te las daban a fuerza no...

O sea si me las trataban de dar a fuerzas y no pus no.

¿Y cómo era la preparación de estas verduras?

Pus en caldo este ó antojitos algo así que me las pudiera yo comer más, este sin tanto de verlas nada más guisar.

¿Te las comías crudas también?

Este sí a veces crudas sí, si me daban que la zanahoria este pepino todo eso, mmjj.

En este aspecto ¿Nos podrías comentar para ti que es la comida, que significa la comida?

Como significado no, pero pus eso, algo que el, el cuerpo mismo lo pide no, para seguir funcionando.

¿Qué sabor ó sabores son tus preferidos?

El picante.

¿Algún cuidado que tengas cuando te sientas a comer?

Este, pus lavarme las manos este comer lo que este, ora si lo que me den ya sea verdura si como de todo este y nada más, mmjj.

¿Procuras no dejar comida? Por así decirlo

Aja, si procuro pus comerme todo lo que me dan, aja.

¿Para ti que significa el medio ambiente?

Árboles, aire, agua todo lo que tiene que ver con ambiente, la vida.

¿Para ti que significaría el agua?

El agua, igual que la comida pero un poco más importante ya que el cuerpo esta, creo trae hecho ma... el porcentaje más del cuerpo el agua no mmjj.

¿Qué significa el aire?

Mmm, también igual para vivir, para respirar no.

¿Qué significado le das a la tierra?

Tierra igual vida no, para todo ora si que todo va de la mano del otro, sí no hay tierra pus no hay verduras no, los animales no, no comen no.

¿Para ti que significa la madera?

Madera, mmm, para hacer mi casa, (risas) no, no le encuentro un significado, pues igual no, algo para, para sobrevivir también.

¿En que sentido vivir?

Pus para empezar no sé igual en este caso en los, en los pueblos más arraigados, pus la casa, el la lumbre que es lo importante para cocinar y todo eso.

¿Qué significado tendría para ti el metal?

El metal pues también es una materia prima importante, pero así como concepto no lo tengo.

¿Qué significaría para ti el fuego?

El fuego, mmm...

Lo que tú pienses...

Para cocinar, para si para cocinar sería el fuego.

Otro aspecto que queremos retomar es en cuestión a las emociones que experimentabas cuando estabas pequeño, mencionabas que tu papá casi todo el tiempo estaba enojado, recuerdas que tu preferías no estar en el mismo lugar donde el estuviera ó ignorarlo, pero ¿tú qué sentías ó que emociones presentabas al saber que él estaba así ó que tenías que evitarlo?

En primero bueno le digo que eran ocasionalmente cuando lo veía así porque casi no estaba también, cuando lo veía pus trataba de, de no verlo o sea de que no me, no, no estar ahí para que él no me regañara por lo que yo estuviera haciendo ó por lo que, cualquier cosa, y este mi sentimiento era de, que no yo no sé, llegaría a ser como él a estar así en el aspecto sentimental de estar siempre enojado y no, no sa... y sí me ponía triste porque mi papá si a veces hasta lloraba porque, porque siempre lo veía así no había un, un cariño (al comentar esto se le quebró la voz a Felipe) que diga ven este vente vamos a hacer la tarea ni nada de eso o sea yo con él no tuve, incluso este, nunca me llevó a la escuela digamos kinder, primaria, ni secundaria, ni en la prepa o sea él nunca me, nunca supo donde estudiaba yo que es lo que yo estudiaba, nunca supo, porque no había un así como que un interés de parte de él hacia mi, aja.

Pasando a otro punto ¿Nos podrías mencionar actualmente en que trabajas?

Este soy técnico en mantenimiento de equipo de cómputo.

¿En donde trabajas?

En la empresa que se llama CRECE, Sistemas Integrales, CRECE.

¿A qué se dedica la empresa?

Es una consultoría, igual de ma... de equipo de cómputo.

¿Qué horario de trabajo tienes?

De 9 de la mañana a 7 de la noche a veces este más tarde y sábados también de 9 a 2 de la tarde, aja.

¿Qué emociones experimentas con relación a tú trabajo, como te sientes con tu trabajo?

Me gusta mi trabajo, este me este si me emociona todo lo que hago, el problema es este, estando a dentro de una empresa, la paga no es muy buena, y en ora si que, al técnico no lo y como no te... o sea tenemos la experiencia pero no tenemos un papel más que nos respalde para ganar un poco más, nada más.

¿Qué sientes al estar en esta situación?

Este, sientes este impotencia de pus no poder hacer nada por lo mismo de que no tengo más estudios mmjj.

¿Y personalmente que más te significaría estar en esa situación?

Este pues desarrollo social no, no, no aspiras a ganar este, pus a pasar de lo que es este, tu, tu nivel social que este pus estar igual rentando, no tener nada propio, seguir rentando y, y estar de las ma... dependiendo de las manos del, del patrón aja.

¿Tienes un proyecto de vida o haz realizado alguno?

Este si, si, este me gustaría, bueno ahorita estoy juntando dinero, me gustaría poner este, un café Internet y posteriormente hacer una empresa pequeña igual dando mantenimientos a empresas es lo que tengo mi proyecto, casarme también mmjj.

¿A parte de ese, a parte de eso?

Formar mi familia tengo, tengo una novia que pus la verdad a veces si este, es difícil la situación como ya había comentado, si la quiero y si o sea y sino es con ella pus si me gustaría tener este, una familia, aja.

¿Qué expectativas tienes de la vida?

De la vida, que es muy corta y que a veces es muy injusta, que no, no, ora si que no se nos dio a todos como por igual.

¿A qué te refieres con injusta?

Este pues si porque ora si que nosotros no pedimos nacer en donde fue, y este, y a algunos les, les la vida les es más fácil que a otros, aja.

¿Pero y que esperas tú de tu vida?

¿De mi vida?

Si, lo que esperas...

Este de mi vida pues este, digo no como, ora si no aspiro a, a este a no sé tener mansiones ni carros, este si no nada más, este tener una familia y sacarla adelante más que nada no tampoco no pido lujos ni nada de eso, aja.

¿Qué sería... sacarla adelante?

Este en este caso a mi es... tener que comer en este caso si tuviera hijos este darles una carrera y, y ya ese sería mi prospecto de vida, no, no pretendo lujos ni este o sea que sea una casa, un departamento lo que sea pero no, no, no más allá de tener que tres carros ni tener, no nada más eso, lo necesario para vivir.

¿Nos podrías ampliar un poco más en cuanto a las relaciones que se dan en tu trabajo?

Este explotación, injusticia.

¿Por qué?

Explotación en el aspecto del horario que, es bastantes horas por el ora si que, que lo que ellos nos quieren pagar por como ya había comentado, no por ser, el simple hecho de ser técnico no, no puedes aspirar más a, a lo que ellos te pueden dar, aja.

¿Entonces sería en cuestión al horario?

Si, aja.

¿Y en cuestión de trato con tus jefes, con tus compañeros?

Este, con mis compañeros es más este más flexible, son ora si que pus, son con los que convivo del diario con los patrones pus nada más es un este, de patrón a empleado nada más eso patrón a empleado.

¿Qué emoción sería la que experimentarías en cuestión de la relación patrón-empleado como dices tú?

Este pues no hay un ¿Cómo? Una...

Una emoción en esa relación patrón-empleado...

Pues este, como le digo no, no, no expreso ningún sentimiento hacía él, nada más es eso, a veces cuando me retrasa el pago no sé, si llego a, este enfurecerme y pues si este a tomarle rencor por el que me esta retrasando el pago, pero más no o sea no, no le deseo ningún mal ni, ni espero que él a mi.

¿Cómo expresas este enfurecimiento que mencionas?

Este le digo que al momento pus si este igual y le insulto pero no directamente sino pus como un coraje nada más un coraje que me guardo.

¿Lo insultas hacia ti mismo ó con tus compañeros, lo llegas a comentar?

Aja, si lo llegamos a comentar con los compañeros y pus un ora si que hay un como un desahogue ahí y ya ahí se queda, nada más.

¿Dices que te lo guardas?

Si, nada más es este pus coraje ahí en el momento pero ya no pasa más de ahí ya no lo puedo expresar en algún otro aspecto.

¿Cómo te sientes cuando te lo llegas a guardar?

Este le digo es de cuando estoy enojado pus si le digo soy de las personas que le hacen una, le hacen dos, a veces tres, pus si ya llego a platicar con él el porque del, del, del retraso del pago ó el porque del descuento y este y ya, ya lo platicamos quedamos en algo y este, pus ya ora si que se me olvida soy rápido de olvidar.

¿Nos podrías repetir que nivel de estudios tienes?

Este la media superior, soy titulado pero en un CONALEP.

¿Nos podrías mencionar en que escuelas estuviste?

En la primaria fue un ora si que un DIF del gobierno, en el Kinder perdón, en la primaria también de gobierno, también curse los seis años nada más, y este saque el promedio de 7.4 me parece, en la secundaria también fue de gobierno estaba ahí por la Moctezuma también saque, este el certificado con 7.4 y el CONALEP y ahí lo saque con 8, la carrera y soy titulado de disque por excelencia académica.

¿Cómo consideras que fue tú desempeño?

Este en la primaria la verdad si fue bajo, en la secundaria también, en la secundaria ya creo como pus ya estaba un poquito más consiente y porque ya, ya era algo por el cual, por el cual iba a vivir toda la vida, con lo cual iba a vivir toda la vida pus le eche un poquito más de ganas aja.

¿Eso era lo que te motivaba?

Mmjj si y a parte que si me gustaba bastante la carrera, mmjj ya no hubo oportunidad de estudiar por, por cuestiones económicas y por cuestiones de, de confianza no, sobre mis padres no había confianza en mi de que yo podía, este seguir adelante, aja.

¿A ti te hubiera gustado seguir estudiando?

A mi si me gustaría incluso este como ahí no, no tuve la oportunidad de sacar el bachillerato, yo lo estaba tomando en una prepa abierta el cual me quede también en 10 materias, nada más, aja y eso fue hace medio año que la deje de estudiar, por cuestiones también del trabajo que le digo que me

absorbía mucho tiempo el trabajo y ya no me daba tiempo de estudiar o, ó en dado caso ir a, a hacer los exámenes.

Nos mencionas que en la primaria fue bajo tu desempeño ¿Nos podrías resumir un poquito más este aspecto?

Este, eh la verdad pues no, no, no le tomaba interés a la escuela como debería o sea no más iba a la escuela este, pus me sentaba no, no, no me gustaba la verdad la escuela y este y pus me obligaban a ir más que nada.

¿Qué emociones experimentabas?

Emociones pues la verdad este no me gustaba la escuela en si, no me gustaba estar estudiando, no me gustaba los exámenes nada de eso iba para, divertirme distraerme más que nada para no estar en mi casa, aja.

“Distraerte y no estar en tu casa” ¿Por qué?

Bueno me iba a distraer a jugar no sé, en mi casa como le decía pus era este, de que mis padres pus estaban, mi papá estaba enojado, y pus yo trataba de estar el menos posible estar dentro del, del cuarto donde estaban, estábamos viviendo, aja me la pasaba todo el tiempo en la calle, aja.

¿Y por qué crees que no te gustaba ir a la escuela?

Este la verdad se me hacia bastante tedioso, bastante este pesada la escuela, en ese, en ese tiempo aja.

¿Por qué evitabas estar en el cuarto donde vivían?

Porque le digo que mi padre este como tenía diferentes horarios este a veces estaba durmiendo la mayor parte se la pasaba durmiendo descansando y este y yo no podía estar ahí porque si se si lo levantaba yo con cualquier ruido pus se enojaba ó se molestaba, y yo prefería pus ahorrarme todos esos este enojos y enfurecimientos con contra mi que tuviera.

¿Entablaste relaciones emocionales con amigos, con maestros, novias?

Este en, en la primera la verdad no, este novias no, este amigos si bastantes, los que con los que iba a jugar fútbol al deportivo, luego con los cuates, con los que me juntaba y con los que me iba, a la calle aja.

¿Qué recuerdos te vienen, que sientes cuando recuerdas eso, como te sentías con ellos?

Este pues si, fue bastante padre la, ese esa etapa de mi vida porque pus si tuve, tuve bastante libertad, y este, respecto a, a otras personas de mi edad que en ese tiempo no eran muchas y este pus nada más que si me gusto esa etapa de mi vida.

¿En la secundaria?

En la secundaria pues fue este, ora si que más, pues ya se veían un poquito más las otras cosas ya no era tanto el jugar este, ora si que ya era más la novia y todo aunque yo tampoco tuve no... novias en la secundaria por lo mismo de que no, no me llamaba mucho la atención estar este, con una niña ni nada de eso, me gustaba más estar jugando fútbol ó frontón.

¿Con algún maestro? ¿Algún maestro que recuerdes hayas tenido en tu trayectoria académica que te haya dejado buenos recuerdos ó malos recuerdos?

Este en la primaria pus todas las maestras eran así de que pus si nos querían a todos por igual y, nada más que eran bastante cariñosas con nosotros, mmm no tuve ningún novias, y ningún

maestro, en la secundaria la maestra de, del taller era la que este ora si que me consentía bastante incluso este como si era bastante bueno en lo que eran las, las artes plásticas que era lo que llevaba yo en la secundaria, este me exentaba en los exámenes por lo mismo de que si era bastante ágil con las manos yo, y este nada más, en la, en lo que es el CONALEP tuve una maestra que, que la verdad no sé que pero me pasaba los exámenes, todo, yo nunca, era de matemáticas yo no tuve este ora si que facilidad con las, con los números este yo nunca le, le, le entendí a su materia y siempre me pasaba con ochos y con nueves, y este, y al siguiente semestre me empezó a dar computación y también me dijo que, que namás entrara como también no, no era muy bueno con la computadora, este me dijo “No pus nada más entra y, y yo te paso con diez”, dice nada más entra a mis clases y fue los únicos recuerdos que tengo...

¿Y porqué crees que te daba esas facilidades?

La verdad no, nunca supe el motivo ni nada incluso este, luego una vez me pidió mi número telefónico me hablaba pero nada más cuestiones de la escuela yo nunca, nunca dio, dimos pie a nada y eso fue en lo que fue el CONALEP.

¿Cómo expresabas las relaciones con tus amigos ó con tus novias?

Este en la, en el CONALEP lo que fue dentro de la escuela, nunca tuve novia, este las novias eran más por el barrio y todo eso, y este con amigos pus eran este, pus fue buena, si fue buena, si tuve bastantes amigos le digo que fui muy sociable.

¿Pero como eres con ellos?

Ah, pus soy trato de dar lo mejor de mi o sea y no, no espero nada, soy lo doy el todo ó no lo doy nada, respecto a esas, a todos, todos los que me conocen, lo doy todo ó no lo doy nada soy muy este amable soy todo lo que puedo ser.

¿Con tus novias, cómo eres en cuestión de pareja?

Con mis parejas este, pues se puede decir soy bastante cariñoso soy bastante detallista este ora si que cada mes que cumplimos pues si lo que es la tarjeta, las rosas, los chocolates cualquier cosa que se puede, el día de los cumpleaños pus trato de, de también darle un poquito más de mi este y a veces este pus si soy bastante, un poco celoso no tanto pero si lo soy.

Bueno, pasando a otro aspecto este, nos comentabas que no eres muy enfermizo, de las enfermedades que más llegas a presentar es la gripa no, pero también nos comentabas de un dolor en la cabeza a causa de un golpe. ¿Tú porque crees que te enfermas cuando te llegas a enfermar?

Yo porque, por descuido más que nada y por los cambios de, cambios de temperatura no más, más allá de lo que cabe, pero son este gripas leves no más allá de 3, 4 días, una semana máximo pero no son más, más bien.

¿No tiene que ver con alguna creencia de que sea por herencia, ó por castigo divino, porque ya te tocaba ó una cuestión así?

Ah no, no soy de esos de que porque mi, este, tuve tíos enfermizos yo también, incluso como dije tuve dos tíos que se volvieron ora si que locos, y no soy de esos de que ay a mi también me va a pasar no, no.

¿Qué haces cuando te enfermas?

Este me automedico ó a veces no tomo nada, aja, dejo que la enfermedad pase...

¿Pero que emociones llegas a experimentar, como te sientes?

Cansado, este nada más cansado y, y ya pero igual y hasta la enfermedad se me olvida jugando fútbol, jugando play station ó oyendo música no, no soy de meterme a la cama y estar bajo cobijas no, no soy de esos.

¿Qué hace tu familia?

Este le digo que a veces no, ni por enterados de que me enfermo como son enfermedades leves no, nunca les digo ya cuando son más allá pues ya si les digo que me duele tal cosa no, pero no, más.

¿Cómo por ejemplo?

Este caso de la cabeza, aja, de la cabeza o me salió en este una bolita en un testículo y este ahí si estuvieron mucho al pendiente de que pus me ca... me obligaron que fuera al doctor para revisarlo lo cual que dijeron que era un quiste pero no, como un este, un apéndice pero en un testículo que no era dañino aja, si me empezaba a doler pus ya fuera para que me volvieran hacer otra vez chequeo.

¿Entonces en ese momento si estuvieron al pendiente de lo que te ocurría?

Aja, si estuvieron, aja igual cuando me caí que me dolía bastante la cabeza pus si estuvieron ahí, este porque me internaron y estuvieron ahí día y noche aja.

Pero por ejemplo esos tiempos que estuviste internado ó con lo del testículo ¿Cómo te sentías? No sé por ejemplo: preocupado, angustiado ¿Todo lo que te hace sentir cuando te haz enfermado así de esa manera?

Este pues no, no, no preocupado sino nada más este, pues lo tomo que es algo que pus va a pasar, si es algo malo va a pasar sino, no, este no lo tomo así de muy a pecho a lo que me pasa aja.

¿Para ti que sería la enfermedad?

Enfermedad, ay no, no lo tengo así como concepto no, pues es un, algo que, el con... el cuerpo este se siente mal nada más, no más allá, no, no tengo así como concepto que es la enfermedad.

¿Cómo concibes a tu cuerpo?

Este bien, normal, no ó ¿a que se refiere?

¿Qué idea del cuerpo humano tienes, que es para ti el cuerpo humano?

Ah el cuerpo humano pues mmm, la cárcel del alma ¡ah no! (Risas).

¿La qué?

La cárcel del alma (Risas).

¿Por qué?

Lo oí, lo leí en algún lado, cuando dice este, este pues más allá pus es, es igual materia la que esta es, somos digo pus semejantes a un perro ó a un a cualquier otro animal nada más que con inteligencia propia aja.

¿Cómo concibes tu cuerpo antes y después de una enfermedad?

Normal, le digo que no soy de los que me echen a la cama ni que cambie algo en mi cuerpo no, soy normal, no, sigo la vida como, trato de vivirla al máximo cada día.

¿Cuál es tú ideal de belleza?

De belleza, este pus lo que tratan de vender en la tele, lo que, bueno mi ideal como belleza no es este, pus sería la persona que sea noble, de buenos sentimientos, no física, yo no busco una belleza física tampoco sino nada más lo que es, de buenas este pus no sé, honrado, este amable, educado más que nada, no, no va más allá de lo físico.

¿Cómo ejerces tu sexualidad?

Es, activa, activa más que nada...

¿Muy, muy activa?

Pues si muy, muy activa aja.

¿Pero como eres? Por ejemplo eres muy apasionado, a lo mejor eres más corpóreo.

Este, es que a veces hay, a veces por pasión, a veces por, por este jobi y a veces nada más por complacer a la pareja, aja pero no a veces si, si me gusta más cuando es más apasionado aja.

¿Estas satisfecho con tu vida sexual?

No, no estoy satisfecho.

Pasando a otro aspecto en cuanto a la religión, nos decías que eres creyente ó sea podrías categorizarte en católico pero no crees en la iglesia no, ¿Por qué no crees en la iglesia?

Mmm, porque no creo en una persona que me trate de vender lo que, lo que le van pasando a más, lo que se va pasando cada generación y generación, sino que pues trato de, de hacerme mi idea el porque de, de Jesús, el porque de la Virgen y trato de, pues yo tener más que nada mis ideales sobre eso no, no tanto de que una persona venga y me diga este como fue la, la vida de Dios.

¿Cómo la practicas entonces?

Este pus este como le digo si me persino, si este, si a veces este, una que otra oración de vez en cuando, este, trato de prenderles veladoras a lo que es mi Virgen ó lo que es este a ora si que a Dios y encomendarme mucho a él más que nada para que todo salga bien aja.

¿En que momento es cuando prendes las veladoras, hay un momento específico?

A veces si cuando estoy preocupado por algún problema que tengo o por algo, algo que vaya a hacer que quiero que me salga bien pues le prendo una veladora, a veces nada más por prendérsela por, por agradecerle estar aquí ó por agradecerle de, de que sigo bien o sea no, no básicamente no es por, por pedirle nada a veces nada más es agradecimiento a, a que estoy aquí, aja.

Regresándonos un poquito a las relaciones emocionales que mantienes, nos mencionabas de un muchacho con el que mantienes bastante relación ahí en tu vecindad, nos decías que él es como tu mejor amigo por el tipo de relación que mantienen, ¿Qué emociones te hace sentir él?

Este, pues lo quiero bastante es como mi hermano, este trato de reflejar ó ayudarlo a lo, a algo que yo no pude tener ó lo que yo no tuve, aja.

¿Cómo que sería?

Este, pues apoyarlo en todo lo que puedo, este, si es económico luego no gran cantidad pero si este, que tratar de disparar lo que, lo que se le antoje ó prestarle dinero, este ayudarlo en las tareas en la escuela, es lo, lo básico lo que para mi es eso.

¿Qué serías como guía, como guiarlo?

Aja, como guiarlo más o menos aja a lo que, si también le digo lo que es bueno, lo que es malo y haz esto, no hagas esto porque te puede pasar esto o sea trato, o sea tampoco de prohibirle porque pus también no es este o sea pero si yo ya lo veo andando en algo más fuerte pues ya yo creo si le, le, le agarraría la rienda como dicen pero si es como mi hermano más que nada, mi hermano menor aja.

También nos mencionabas en cuanto a la relación con tus medios hermanos que en particular la hija mayor por parte de tu papá cuando se fue de tu casa salió como una ladrona ¿Nos podrías explicar esto?

Lo que pasa que este, ella llegó a la edad de cómo 13, tre... doce, trece años, este yo iba en segundo de primaria cuando ella de secundaria. Cuando ella llegó ahí por lo de porque su mamá se fue a los estados unidos y se quedo con una tía, entons mi papá pues vio la posibilidad de que pudiera vivir con nosotros entonces ahí estuvo lo que fue, tres años, dos años y medio porque cuando yo iba en tercero de secundaria este ella, sin más ni más agarro dinero saco sus cosas y se fue como una ladrona porque le robo a mi papá le agarro dinero, sin su consentimiento y no dijo a donde fue, sino fue porque ya la fuimos a bus... bueno mi hermano el mayor la fue a buscar.

¿Qué tipo de relación mantuviste con ella en el tiempo que vivieron juntos?

Este siempre fueron problemas así de que, como en este caso mi mamá prefería estar conmigo aunque nunca a sus hijos de mi papá les hizo el feo a todos nos trataba por igual pero pus en este caso pus me daba más a mi por ser su hijo pero, como que había cierto ren... cierto rencor hacia mi madre porque, este ó por mi que yo no era parte de ó hijo de mi papá pues yo estaba ahí, era creo un cierto rencor hacia nosotros, hacia mi madre y hacia mi, y eran problemas de meternos en chismes con mi papá a los cuales él nunca hizo caso aja, nunca hizo caso y hasta el momento pues siguen juntos y nada los no, no los pudo, porque los dos trataron de, de hacer eso de, que pus en cierta forma pus se separaran ó no sé, y lo cual no pudieron y ese es su coraje hacia mi madre y hacia a mi.

¿Y a ti como te hizo ó te hace sentir eso?

Pues a mi me es indiferente la verdad, porque yo no les tengo ningún aprecio hacia ellos, es indiferente su, lo que tengan hacia mi si me quieren ó si me odian no, ni me va ni me viene porque, yo no necesito de ellos para estar viviendo más que de mi madre y mi padre que en este caso es mi padrastro, porque pus en cierta forma pus mi papá este pus si me dio una carrera, porque pues era el que trabajaba aunque a veces mi mamá trabajo, pero pus yo creo sola ella no hubiera podido, y este pues ciertamente pus económicamente, pues no, nos tuvo así tan mal de que no hubiera días para comer, siempre estuvo ahí le digo que aunque su mal humor pues siempre estuvo ahí.

¿Con los demás hermanos como te sientes en relación a ellos?

Este le digo que hay otro hermano que de Estados Unidos el cual yo no tengo relación con ellos me es indiferente, con los de mi mamá este a penas este conocí a, bueno no, no apenas sino ya lo había conocido pequeño mamás no me acuerdo, y este apenas hubo una, empezar haber relación con ellas, ella es de Veracruz y este pus a veces nos hablamos ó a veces yo le mando cosas a mi sobrino como tiene un hijo, pus se lo mando, le mando juguetes o cosas así, este hay otra que vive en Querétaro lo cual no me recue... recuerdo como es, pero creo ella tiene cierto rencor hacia mi madre porque di... ella al parecer piensa que los abandonó y este...

¿Pero tú que sientes?

Yo hacia ellos, pues no o sea si los llevo a encontrar y si ellos este se prestan para hablar y platicar y volver a ser hermanos pus adelante o sea yo hacia ellos no tengo ningún rencor, con los de mi papá pus tampoco porque no, no hay un cierto algo que me apegue a ellos no, o sea si me hablan yo les hablé y si me dicen como estas yo también pero más allá no.

¿En cuestión de tu padre de tu progenitor, de tú papá biológico ahí como te sientes de que no lo conozcas?

Pues no, nada más el, no así yo creo que si lo viera y se me volviera a cruzar este pus como cualquier persona que se me cruza en el camino o sea no, me es indiferente, aja ya si en este caso se metiera conmigo, con mi mamá yo creo ya si hubiera problemas pero no, no, y no tengo ni, ni curiosidad por conocerlo ni nada, o sea no me nace.

Muchas gracias por compartir tu historia.

ANEXO 5

NOMBRE	EDAD	ESTADO CIVIL	RELIGIÓN	ESCOLARIDAD	OCUPACIÓN	TIEMPO LIBRE
Fernanda	26 años	Soltera	Católica	Trabajadora Social Industrial a Nivel Técnico	Empleada en fabrica de zapatos, satisfecha le agrada su trabajo	Basquetbol, leer y escuchar música
Felipe	22 años	Soltero	Creyente No en la iglesia	Técnico en Mantenimiento y Reparación de Equipo de Computo	Empleado es técnico en mantenimiento de equipo de computo se encuentra satisfecho con la actividad que realiza, sin embargo esta inconforme con el ambiente laboral	Conciertos, música y videos
Elena	37 años	Divorciada-Soltera	Católica	Licenciatura en Ingeniería en Computación	Empleada como administrador de red conforme y satisfecha con su ocupación	Cine, leer, nadar, ejercicio, correr
Sebastián	37 años	Casado	Católico	Bachillerato Trunco	Trabaja por su cuenta realiza reparación de sistemas hidráulicos, conforme con su trabajo le agrada	Nada
Ché	35 años	Separado Soltero	Creyente No en la iglesia	Licenciatura en Ciencias Políticas	Empleado, prestista en una imprenta por las mañanas y profesor adjunto en la carrera de ciencias políticas por las tardes, conforme con ambos trabajos, prefiere el de profesor adjunto	Ver televisión y ocuparse de sus padres
Ricardo	35 años	Unión Libre Antes Casado	Católico	Bachillerato Trunco	Empleado de seguridad en una empresa de autotransporte público conforme y satisfecho con la actividad que realiza, sin embargo con el ambiente laboral no esta conforme	Ver televisión y descansar
Sofía	36 años	Casada	Católica	Secundaria	Hogar	Tejer
Rafael	20 años	Soltero	Católico	Licenciatura en Derecho Sexto Cuatrimestre	Estudiante	Escuchar música, leer, jugar, salir a lugares culturales, ver programas culturales en la televisión
Karla	58 años	Casada Separada	Católica	Primaria Trunca Tercer Año	Hogar y arrendadora	Yoga, caminar y viajar
Yesenia	47 años	Divorciada Soltera	Católica	Secretariado Ejecutivo	Comerciante	Pintura y todo tipo de manualidades

CONDICIONES DEL NACIMIENTO	ENFERMEDAD NEONATAL	RELACIÓN EMOCIONAL PADRE	RELACIÓN EMOCIONAL MADRE	RELACIÓN EMOCIONAL HERMANOS	RELACIÓN EMOCIONAL AMIGOS
Normales, parto normal y vigilancia médica	Ninguna	Comunicación y confianza	No es reciproca, siente que existe preferencia hacia su hermano	Con hermano comunicación escasa, altercados ocasionalmente. Con hermana bastante comunicación, asume el papel de madre	Solidaria y compartida
Normales, Cesárea y vigilancia médica	No cuenta con información	Refiere quererlo, sin embargo no tiene comunicación ni confianza con él	Falta de comunicación y confianza	Con hermano no existe debido a que no lo conoce. Con una hermana no existe convivencia y con otra hermana existe poca convivencia y un cariño de hermanos	Entrega su amistad sin esperar nada a cambio. Refiere a una persona como su mejor amigo
Normales, parto natural y vigilancia médica	Ninguna	Buena convivencia a pesar de que esta separado de su mamá	Comunicación y convivencia distante	Buena relación y convivencia distante, comunicación en general	Buena solidaria y convivencia
Normales, parto natural, nacimiento asistido por partera	Ninguna	De respeto y apego, papel de mediador	Muy afectuosa, bastante apego	Con hermano poca comunicación y convivencia distante, con hermana mayor convivencia, buena relación	Brinda cariño, amor, apoyo y protección
Normales, parto natural y vigilancia médica	Ninguna	No existe comunicación sin embargo se preocupa por su bienestar	Muy afectiva, comunicación, confianza y apoyo	Básicamente es enfocada por la enfermedad de los padres, es distante existe poca comunicación y convivencia, en el caso de las hermanas por cuestiones de genero hay mayor distanciamiento	Existe una comunicación, más fluida, más dinámica y más recíproca
Normales, no cuenta con más información	No cuenta con información	Es distante, sin embargo ambos han tratado de acercarse, unirse y mejorar tanto la relación como la comunicación	Esta procurando acercarse más a ella y hacerle ver que lo que piensan sobre que es una persona conflictiva y que no sabe escuchar, no es verdad	Es distante, no existe confianza, ni comunicación, escasa convivencia	Comenta que en la actualidad no tiene amigos, únicamente "cuates" con los cuales procura tener una buena relación para evitar problemas
Normales, parto normal, nacimiento asistido por partera	Ninguna	Escasa comunicación, le da miedo exponerle sus pensamientos y sentimientos, existe convivencia	Es bonita, se llevan bien existe comunicación y convivencia	Buena relación, no convive mucho con ellos por el carácter que cada uno tiene, únicamente con su hermano que ocupa el tercer lugar es con quien mantiene buena comunicación	Comenta que no tiene amigos, menciona a una persona como su amistad con la cual mantiene una buena relación
Normales, Cesárea y vigilancia médica	Ninguna	No existe mucha comunicación, no platica con él, no le expresa sus sentimientos, cada quién se ocupa de sus actividades	Existe un vínculo de amor incondicional, existe apoyo, su madre lo consiente, es muy buena la relación, es detallista y expresiva	Buena relación, existe apoyo, comunicación, una relación de amistad y de cariño, lo toma como prototipo de que es una persona estudiada	Existe convivencia, apoyo y buena relación en general
Aparentemente normales parto natural asistido por partera	Ninguna	Refiere que su padre era muy cariñoso con ella	Menciona que a pesar de que en ocasiones le pegaba, su mamá era buena	Existe convivencia sin embargo la relación no es muy estrecha, con algunos la relación es más distante	Existe amabilidad, convivencia, comunicación, sin embargo ella pone algunas limitantes
Normales, parto natural nació en hospital pero no tuvo vigilancia médica	Ninguna	Es muy distante, poca convivencia, no existe comunicación	Existe poca convivencia y escasa comunicación	En general es distante, poca convivencia, con un hermano en particular con el que mantenía buena relación, luego de presentarse un problema la relación se distancio	Es una relación de mucha comunicación, confianza, apoyo y convivencia

RELACIÓN EMOCIONAL PAREJA	EMOCIONES QUE MÁS SE EXPRESAN EN LA FAMILIA	FORMAS DE CORREGIR EN LA INFANCIA	LUGAR QUE OCUPA EN LA FAMILIA	ETIQUETA O ESTIGMA FAMILIAR	TIPO DE ALIMENTACIÓN	ALIMENTO PREFERIDO
Se autodenomina como la activa, es decir, que es ella quién provoca los enojos	Tristeza, alegría y enojo	Gritos, indicaciones y golpes con poca frecuencia acompañados de una explicación posterior	Hija mayor de tres hermanos	Madre sustituta y neurótica	Verduras, pollo, leche café, pan, tortillas, fruta, frijoles, pescado, agua, refresco y embutidos	Caldo de Camarón
Inestable, celos, desconfianza, inseguridad por mantener la relación, agresión mutua	Enojo, tristeza y alegría	Siempre a golpes	Cuarto y último hijo	No se puede definir ya que no tuvo convivencia con sus hermanos	Pollo, huevo, leche, pan, refresco, agua, carne roja, frijoles, chicharrón, embutidos, arroz pasta	Chilaquiles, tacos dorados y "garnachería"
Muy buena, comunicación y confianza	Tristeza, enojo y alegría	Llamadas de atención de forma agresiva, gritos y a veces golpes	Hija mayor de cinco hermanos	La inquieta la aventada	Fruta, verdura, aguas de fruta (naturales), refresco, cerveza, carne roja, pollo, pescado, lácteos (leche, yogurt, quesos), arroz, pasta, carne de cerdo	Salmón
No es muy buena, es contradictoria, algunas actitudes de su pareja le generan enojo, sin embargo refiere querer mucho a su esposa	Alegría y enojo	Llamadas de atención con palabras altisonantes y en ocasiones golpes	Hijo mayor de tres hermanos	El delicado, el enojón	Carne roja, verdura, arroz, agua de frutas, agua natural, pasta, pollo, golosinas	Milanesas y pechugas empanizadas
Dependencia, celos, enojo, golpes, individualidad	Enojo y tristeza	A golpes	Penúltimo de nueve hermanos	El consentido y el rebelde	Huevo, leche, pollo, carne roja, verduras, fruta	Tacos, hamburguesas, hot dogs y tortas
Es recíproca, existe atención, amabilidad, respeto, cariño, amor, comunicación, comprensión es muy buena la relación	Enojo y tristeza	Regaños, llamadas de atención y golpes	Es el segundo mayor de seis hermanos	El problemático, el rebelde	Pan, yogurt, gelatina, fruta, embutidos, agua de sabor, leche, refresco, tortilla, pollo, carne roja, carne de cerdo y verduras	Albóndigas, lentejas y el espagueti
No muy buena, comenta que su esposo la hace mucho enojar en cuestiones como el hecho de que ingiere bebidas alcohólicas frecuentemente	Enojo	A golpes	Es la segunda mayor de cinco hermanos	La enojona	Hace 4 meses mantiene un régimen alimenticio más balanceado, anterior a este período toda su alimentación se basa en "chucherías" como taquitos, tortas, sándwich, hamburguesas y refresco	Verduras al vapor y quesadillas de queso
Es un vínculo de mucho cariño, él es detallista y expresivo con ella, trata de ser un buen novio, de aprender y conocer cosas nuevas	Enojo, alegría y cariño	Muchos regaños, regaños fuertes	El segundo de dos hermanos, es el menor	Enojón, explosivo y alegre	Mucha carne roja, mucho pollo, verdura, fruta, leche, jugos naturales, pan, tortilla, galletas, lácteos, embutidos	Caldo de pollo
Era humillante y agresiva	Tristeza, resentimiento, soberbia, enojo, envidia	Regaños, llamadas de atención y ocasionalmente golpes	El sexto de dieciocho hermanos, seis de ellos fallecieron y ocupa el cuarto lugar de los vivos	La triste y la aislada	Pescado, mucho pollo y carne de cerdo	Milanesas y chiles rellenos, refresco, agua
Era conflictiva de rencor y venganza	Enojo, resentimiento	En escasas ocasiones se le corrigió con golpes o regaños por parte de su mamá. Sus abuelos paternos quienes la criaron no la corrigieron nunca, fue muy consentida	Segunda mayor de cuatro hermanos	La inteligente	Huevo, embutidos, fruta, verdura, pollo, carne roja, tortilla, queso, carne de cerdo. Constantemente se ha sometido a dietas con el objetivo de bajar de peso	El pollo en mixiotes, pechuga rellena y ensaladas

SABOR PREFERIDO	ALIMENTO QUE RECHAZA	ALIMENTO PROBLEMA	ENFERMEDAD QUE PADECE	TRATAMIENTO ANTE LA ENFERMEDAD	ENFERMEDADES MÁS COMUNES	EMOCIONES QUE MÁS EXPÉRIMENTA	CONCEPCIÓN DEL ENOJO
Picante	Carne roja y huevo	Guayaba y tuna (la estríen)	Estreñimiento	Comer papaya, fibra, linaza, evita comer picante y comida muy condimentada	Gripa y estreñimiento	Alegría, enojo, tristeza y miedo	Cuando hay algo que no le agrada, que no tolera
Picante	Manitas de puerco y las verduras	Ninguno	No refiere	No refiere, únicamente argumentó que ocasionalmente utiliza analgésicos cuando llega a tener alguna molestia como la gripa.	Gripa	Ansiedad y enojo	Cuando ya no razona las cosas
Dulce	Antes coliflor, ahora no	El mole	Infecciones del estómago	Asiste al médico	Gripa e infecciones del estómago	Enojo y alegría	Es la reacción hacia un evento que vaya en prejuicio de su persona. Cuando existe un problema y no pueda solucionarlo.
Dulce	Leche, verduras, habas y ejotes	Jaiba, mariscos en la niñez y adolescencia	Cálculos renales	Medicamento naturista: jarabe a base de yema de golondrina. Medicamento alópata: Para dilatar el uretero	Gripa e infecciones del estómago	Enojo y alegría	Cuando hay abusos e injusticias
Dulce y agrio	Manitas de puerco, patitas de pollo, mojarra por la apariencia	Carne de puerco y chicharrón	Hipertensión	toma Captopril, un dulce o una coca-cola, toma dormital para poder dormir	Gripas, anginas, resfriados e hipertensión	Enojo y tristeza	Un estado de ánimo momentáneo, una actitud irracional, una explosión momentánea
Dulce	Verduras y avena	Ninguno	No refiere	No refiere	Gripa y tos	Alegría, enojo, tristeza	Llenarse de alguna tensión
Picante	El huevo y los embutidos	Carne de res	Colesterol alto	La hierba del sapo	Gripe, infección en la garganta	Tristeza, ansiedad, enojo	Cualquier cosa en la que no este de acuerdo, que no le parezca por mínima que sea
Dulce	El huevo, chiles rellenos, calabacitas y todo lo que a la vista no le agrade	Los tacos	Infecciones del estómago	Inyecciones intravenosas aplicadas por su hermano que es médico	Gripe, tos, infección de estómago	Enojo, alegría, cariño	Es una forma de representar tu furia, es una inconformidad que tiene uno con algunas cosas
Agridulce y dulce	Cecina, chorizo, bolillo	Ninguno	Corazón crecido (se le inflamó), vejiga caída, alteración nerviosa por falta de oxigenación, colesterol alto y bronquitis asmática	Asiste al médico alópata y homeópata, hace uso de algunos remedios naturistas	Infecciones de la garganta y oído	Enojo y tristeza	Que no se respeten las reglas, cuando no esta de acuerdo con las ideas de otras personas
Dulce	Cebolla, ajo, hígado	Carne roja y los caldos en general	Estreñimiento, padecía cálculos biliares, le retiraron la vesícula biliar	Come fruta como papaya, higo, chicozapote principalmente por las noches	Gripas y obesidad, dolor de cabeza	Enojo y alegría, en la época de su matrimonio el rencor	Cuando no se siente complacida con lo que ella quiere, puesto que desea que todo se haga a su manera

EXPRESIÓN DEL ENOJO	LUGAR DEL ENOJO	FRECUENCIA DEL ENOJO	SIGNIFICADO DE ALIMENTO	MEDIO AMBIENTE	QUE ES MADERA	QUE ES FUEGO
Dice las cosas tal y como ella piensa que lo son, palabras altisonantes, caras, gestos, voltea la cara no hace caso, gritos, manoteos, avienta y rompe cosas	Estómago	Diariamente y los más explosivos cada ocho o quince días	Son los alimentos que adquirimos para tener un buen rendimiento en el día	El medio en el que te desarrollas, te desenvuelves, tu familia, tu trabajo y tus amigos	Es un elemento que se puede transformar para darle un uso (muebles, utensilios, etc)	Es un elemento de mucho cuidado, lo asocia a la destrucción
Responde de mala gana, en el rostro se le ve la cara de enojado principalmente en los ojos, alza la voz, golpea la pared con puño, se ríe de su propio enojo, en ocasiones guarda su enojo	Se le reseca la boca, juega con la lengua, tensión muscular, presiona los dientes	Una vez por semana	Es algo que el cuerpo mismo pide para seguir funcionando	Es el aire, los árboles, el agua, todo lo que tiene que ver con ambiente, la vida	No le encuentra significado	Sirve para cocinar
Llora al sentirse impotente, alza la voz, dice palabras altisonantes	Estómago	Cuatro o cinco veces al mes	Es algo que se necesita para proveernos de energía, para poder llevar a cabo las actividades físicas e intelectuales	Trata de adaptarse a el, aunque hay cosas como la contaminación, la basura y la violencia que no le agradan y cosas que le agradan como el planeta, el país donde nació y su familia	Es algo por lo que se puede obtener calor y generar fuego	Es una sensación de bienestar, lo relaciona con el calor humano
Palabras altisonantes, alza la voz y dependiendo de la situación agrede físicamente a la persona. Golpea la pared y algunas veces guarda su enojo	Boca del estómago, argumenta sentir una especie de energía que quiere salir de su cuerpo	Diario por lo menos dos o tres veces al día	Es importante para vivir, considera que no lleva una adecuada alimentación, come lo que le gusta y lo que se le antoja	Es un ambiente que le genera miedo por sus seres queridos	Le agrada el aroma, la considera relajante y le produce armonía	Es peligro, le aterrorizaría verse involucrado en un incendio
Levanta la voz, trata de imponer su punto de vista y realiza ademanes, en ocasiones guarda su enojo	Dolor de cabeza	No define cantidad	Lo ve como la gasolina del carro, parte esencial de la vida del hombre, si uno no se alimenta no puede vivir	Cree que es adecuado y propicio para un sano desenvolvimiento, tanto en el trabajo, en la casa o en el lugar donde uno se encuentre	Parte de la naturaleza, los árboles, la vida finalmente	Destrucción
Lo manifiesta con palabras sin la intención de molestar u ofender a alguien, levanta la voz	Dolor de cabeza y dolor de espalda en ocasiones	En casa diariamente, una vez y en el trabajo varias veces	Es algo importante que nos mantiene vivos, es básico porque da energía necesaria para desempeñar el trabajo, las actividades que se hacen diariamente	Es todo lo que existe en relación a la vida en general tanto para el ser humano como para los animales	Piensa en un bosque, un lugar lleno de árboles, un espacio abierto donde se puede sentir bien, libre	Es algo básico pero peligroso, es necesario para distintas actividades, dándole un mal uso puede ocasionar algún daño
Con gritos, golpes, habla fuerte y en su semblante se le nota	Cuando es muy intenso el enojo su cuerpo tiembla	Diariamente	"Es el comer sano, para estar sano"	Lo percibe como algo sucio, como algo contaminado	No esta de acuerdo con la tala de árboles porque nos protegen de la contaminación. Es necesaria para darle un uso	Le provoca miedo, siente que se quema, lo relaciona con el infierno
Con gritos, alza la voz, golpea y utiliza palabras altisonantes	Estómago y dolor de cabeza	Una vez a la semana	Es indispensable, ya que se encuentran proteínas y cosas elementales que el cuerpo necesita, sin la comida el ser humano no podría vivir	Es vida, una forma que Dios creo para que el hombre se pueda desenvolver, es indispensable cuando es sano	Es un producto de los árboles que sirve para darle un uso, es algo indispensable para el ser humano	Es una llama, lo relaciona con el infierno
Con palabras altisonantes, alza la voz y frunce el seño	En un enojo fuerte que tuvo sintió una amenaza de infarto, temblor de manos y mareo	No define cantidad argumenta que es frecuentemente	Es lo más hermoso y si es más sabrosa es más hermosa, dejar de comer es tristeza	Es una maravilla, le agrada bastante el sol por la luz que proyecta, el aire cuando huele a hierbas	Es algo que ya terminado y barnizado es un lujo	Le provoca miedo
Se pone a la "defensiva", reclama, grita, utiliza palabras altisonantes y se desespera	El cuerpo y las manos le tiemblan y lo siente en la cabeza	Dos veces a la semana	Es lo principal para no debilitarse, mantiene las defensas del cuerpo, lo relaciona con el estado de animo	Estar a gusto con tu entorno y con la gente	Algo que utiliza para darle un uso	No le agrada verlo, es algo que utiliza para darle un uso. Puede utilizarse para alumbrar

QUE ES METAL	QUE ES TIERRA	QUE ES AGUA	QUE ES AIRE	SIGNIFICADO DE ENFERMEDAD
Es un elemento que se puede transformar para darle un uso (para las artes y bisutería)	Un pedacito de tierra donde te puedes establecer, donde puedes hacer tu porvenir, donde todos estamos parados	Es un elemento muy importante, sirve para todo, sin el agua no hay vida, hay que cuidarla	Es importante ya que sin el no se respira, no existe oxigenación en los cuerpos	Es el virus que ataca al organismo
Es una materia prima importante	Es vida, si no hay tierra no hay verduras, los animales no comen	Es más importante que la comida debido a que el cuerpo contiene un alto porcentaje de agua	Es importante para vivir y para respirar	Es cuando el cuerpo se siente mal, no tiene un concepto
Es algo frío, algo que no tiene vida, carente de calor	Es algo fértil donde puede haber o generarse vida	Es la principal fuente que el cuerpo requiere para estar vivo, sin el agua no concibe la vida, le produce tranquilidad, bienestar o sed	Sirve para percibir olores, le produce una sensación de bienestar y frescura	Cuando no estas en tus optimas condiciones, cuando no te sientes al cien por ciento para realizar tus actividades
Lo considera parte de su modo de vida, debido a que en su trabajo se encuentra en constante contacto con él	Es agradable para él, para su persona, ha convivido bastante con ella, no le produce incomodidad o molestia alguna	Es esencial para la vida, si no tuviéramos agua el cuerpo no existiría, el contacto con ella es gratificante, placentero y confortante para su cuerpo y para su mente. Debido a su problema renal no puede tomar otra cosa que no sea agua	Es esencial para la vida, lo relaciona con los deportes (Futbol, Gimnasia) debido a que esta en contacto con el, lo asocia con la emoción que le produce el volar	No le significa mucho en su persona, sin embargo, en sus seres queridos es algo muy doloroso y preocupante
Dureza, algo duro, un mineral	El espacio físico donde se mueve, donde vive	Es vida	Es vida	Piensa que es un aspecto hereditario, comenta que sus enfermedades también pueden deberse al tipo de alimentación que recibió en los primeros años de su vida
Es la representación de algo fuerte, no invencible pero si fuerte	Sin la tierra no habría vida, tiene un significado importante porque de ella pueden salir los árboles que dan oxígeno, la tierra provee de alimentos, recursos naturales	Tiene un significado de pureza, de tranquilidad y de vida	Es como su madre ya que sin el nadie viviría, es algo muy esencial para él en lo personal	El descuido de su propio organismo en ciertos aspectos
Es importante para darle un uso (las herramientas para trabajar)	La tierra nos alimenta	Es vida, sin ella no hubiera vida	Es indispensable para vivir	Es fea, cualquier enfermedad es fea, sin embargo, cuando llega es bien recibida
Es un material que utiliza el hombre, le da un uso. Un elemento de la tabla periódica	El planeta donde vivimos es una extensión de tierra, de arena donde te puedes desenvolver	Es vida, es indispensable en muchas formas, en ríos lagos, lagunas	Es necesario para existir, gracias a él podemos respirar	Algún virus o bacteria que entra al cuerpo y descompone alguna parte del mismo, se representa con síntomas. Menciona que existen enfermedades psicológicas
Le interesa como un elemento para su uso principalmente en joyería y artesanía	Es maravillosa, al sembrar una semilla nace una planta y eso le alegra. Es la madre tierra	Son caricias de Dios que ella siente al bañarse	Siente bonito respirar un día más, cuando lo ingiere siente paz y tranquilidad y le quita la sed	Es lo más triste que puede haber
Es un material al cual le otorga un uso, le agrada a la vista para adornar su cuerpo, lo puede transformar	Algo que utiliza para darle un uso, le agrada el contacto con ella	Algo que utiliza para darle un uso, la disfruta y se divierte con ella	Es necesario para respirar, y sirve para refrescar el cuerpo	Es algo malo que impide el que uno este bien, que este a todo lo que uno da

ACTITUD ANTE LA ENFERMEDAD	QUE ES EL CUERPO	SEXUALIDAD
Es muy "quejumbrosa" se queja por todo, le afecta llover del dolor	Es su físico, su cabello, sus manos, sus pies, sus órganos y sus cinco sentidos	Satisfecha
No hace caso y trata de olvidarla realizando otras actividades	Es materia, semejante a los animales solo que con inteligencia	Insatisfecho
Guarda reposo	Algo maravilloso que cuando la maquinaria esta funcionando perfectamente te da la posibilidad de hacer lo que se quiera, le facina la forma en como todo esta interrelacionado espera poder explotarlo y disfrutarlo hasta donde más pueda	Satisfecha
Se aguanta el dolor, para evitar que la gente lo vea y se preocupe por el, cuando algún ser querido se encuentra enfermo le produce impotencia la cual a su vez le provoca enojo	Es algo grande, que se tiene que cuidar, en su caso lo cuida por mantenerse sano por el bienestar de sus hijas	Con su esposa insatisfecho, con su pareja extramarital satisfecho
Solicita un momento para restablecerse	Es el "bagazo del alma" es algo momentáneo, prestado, trata de cuidarlo porque finalmente es el que cubre al alma	satisfecho
Procura no hacerle caso como si no estuviera enfermo	Es lo más esencial, se nos presta, se debe cuidar, es caduco, sus funciones van disminuyendo. Hace la semejanza con un artículo que mientras más se cuida más dura	satisfecho
Quiere que todo mundo se entere de que esta enfermo, le gusta que la "chiqueen" y es muy "quejumbrosa"	Es algo por lo que le tiene que dar gracias a Dios, no esta conforme con su cuerpo	Insatisfecha
Se siente impotente por no encontrarse bien, siente desesperación y no le dan ganas de hacer nada	una cavidad compuesta de muchos órganos, que se puede mover, desplazar, brincar, cuidarse, pensar y sentir	Satisfecho
Quisiera que se preocuparan por ella, aunque nadie lo hace, se siente triste y le baja el autoestima	No piensa en eso, no se ha preguntado que es el cuerpo, solo menciona que es la vida	Insatisfecha, aberración ante el aspecto sexual
Se desespera y realiza actividades para que se le olvide la enfermedad	Es algo que si no le gusta debe aceptar y tratar de embellecerlo, le otorga un sentido estético	Satisfecha