



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

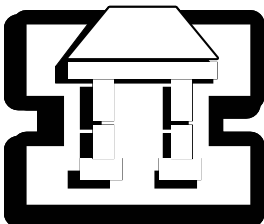
**LA ALIMENTACIÓN Y LAS EMOCIONES QUE DOMINAN EN
PERSONAS QUE PADECEN GASTRITIS**

TESIS EMPÍRICA

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A :
OSCAR OCTAVIO GARCIA VAZQUEZ**

**ASESOR:
LIC. ARCELIA DE LOURDES SOLÍS FLORES**

**DICTAMINADORES:
LIC. GERARDO ABEL CHAPARRO AGUILERA
LIC. IRMA HERRERA OBREGÓN**



TLALNEPANTLA, 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

Quiero dedicar esta trabajo a mi papá Martín, al cual agradezco su apoyo cariño y su amor por mi, de verdad papá te amo eres un ejemplo a seguir y gracias por enseñarme a sacar el coraje en las jugadas que te pone la vida y sobre todo por que nunca se me van a olvidar tus palabras, "Tu trabajo es estudiar" y aquí está el fruto gracias.

A mi mamá Graciela por sus desveladas, sus enseñanzas, y el trabajo incansable que siempre a hecho para hacer de mi una persona de provecho, de verdad mamá gracias por darme la vida, cuidarme y protegerme, siempre lo voy agradecer no tengo con que pagarlo te amo.

A mis hermanos que en todo momento me demuestra su apoyo, y su cariño cuando mas lo necesito, a ti Héctor porque pusiste de ejemplo que uno puede realizarse profesionalmente, salir adelante, de verdad que me ha ayudado tu ejemplo y ser un buen hermano mayor con quien puedo contar te Quiero Mucho, A ti Carlos porque siempre me has enseñado a ayudar a la gente sin esperar nada a cambio, eso lo he aprendido de ti, por que eso es humildad, Te quiero mucho, a ti Mayra porque eres una de las mujeres mas sabías que conozco y de carácter que puede con cualquier situación que se presente en la vida Te Quiero Mucho.

A mis sobrinos Rebeca, Andrés, Santiago, Paola y al pequeño que está por llegar, de verdad que ustedes son mi tesoro y los quiero mucho, esté trabajo es por ustedes para que algún día lo puedan leer y sentirse orgullosos de mí, y que este trabajo les pueda dejar una pequeña enseñanza de otra calidad de vida Los Quiero Mucho.

A mis abuelitos Cuca y Celestino, porque simplemente me dieron su amor, su enseñanza de vida y los abrazos cuando en verdad los necesitaba y los paseos que compartimos juntos, Los Quiero Mucho.

A mis amigos de toda la vida Oscar, Lenin, Enrique, Gustavo, Tele, nunca olvidare las travesuras, los desmadres, las desveladas que nos hicieron unirnos y apoyarnos en los momentos cuando mas nos necesitábamos, gran interés de este trabajo fue por descubrir ¿quién era? Y poder resolver juntos esa pregunta de verdad que los aprecio mucho.

A mis amigos de la FES Chayo, Marlen, Ana, Karina, Paty, Carina, Carlos, Charly, Alvaro, de verdad nunca se me va olvidar la amistad que hicimos en el primer años de la carrera y que todavía sigue perdurando, está amistad debe de ser para toda la vida, y gracias por escucharme, apoyarme y creer en mi, Los Quiero Mucho

Nunca Podré olvidar el último año de la carrera llegaron cuando mas necesitaba de unos amigos y lo hicieron como tal, de verdad mil gracias, A ti Paty, Lorena, Evelyn, Leila, David y Diego, porque me aguantaron, me dieron el avión pero sobre todo me dieron su verdadera amistad, los tengo muy presentes.

A Rosa, Rubí, Paola, Laura, porque compartimos momentos muy padres, y difíciles en la búsqueda de nuestra mejora personal, y conocimos la terapia corporal, y conocimos la amistad, nunca se me va olvidar el viaje a Puerto Vallarta Las quiero mucho.

Siempre estuvimos ahí, esperando encontrar el amor, solo basto una caricia para saber que te había encontrado, y fue como si nos conociéramos de muchos años, gracias por tu apoyo en esté trabajo fue fundamental tu amor Te Amo.

Al señor José González, es usted una buena persona, recuerdo lo que me dijo un día cuando le di las gracias por su apoyo, “el día que tu puedas has lo mismo con otra persona” lo tengo presente en mi corazón de antemano mil gracias.

A la persona que me ayudo a salir adelante en el momento más difícil de mi vida, agradezco a la vida por habernos encontrado en el camino, Mil gracias maestra Arcelia, por cada enseñanza, por abrirme los ojos, por saber que se puede disfrutar de la vida sin tanto castigo. Gracias por enseñarme a trabajar en el campo de la salud, y lo importante que es trabajar con el cuerpo en el aspecto orgánico, emocional y espiritual, usted siempre será mi maestra y la gran amiga a la que he encontrado, La Quiero Mucho

Gracias gran oso
Por darme la gracia de ser tu hijo
Que con tu luz y enseñanza
Me permite madurar en el camino.

Que con tres regalos otorgados,
Me permiten escribir con la pluma
Estos versos, que con la pulsera
Dada, adorna y apoya mi mano derecha
Para curar a mi gente
Junto con él apoyó del amuleto_protector
Que cuelga de mí y reposa en mi pecho,
En el centro de mi corazón.

De donde proviene mi nombre
El guerrero_blanco que observa
La luna con el brillo de mis ojos,
Que permiten admirar su belleza y
Magnitud de mi madre tierra.

Gracias gran padre_oso
Por ser tu enseñanza de luz.
Que con tu fortaleza y actitud,
Me dirigen al camino de curar
Con los tres animales que me acompañan

“Los labios de la sabiduría
permanecen cerrados, excepto
para el oído capaz de
comprender” El kybaleón

ÍNDICE

Resumen	9
Introducción	10
CAPÍTULO 1	
La Fragmentación del cuerpo	12
1.1 Modelo Multicausal	15
1.2 La desarticulación Mente – Cuerpo	18
1.3 La somatización en el cuerpo	20
1.4 La gastritis desde el punto de vista biomédico	22
1.4.1 La definición de gastritis	23
1.4.2 Gastritis aguda	24
1.4.3 Cuadro Clínico	26
1.4.4 Diagnostico	27
1.4.5 Tratamiento	27
1.4.6 Gastritis Crónica	28
1.4.7 Gastritis crónica: tipos A y B	29
1.4.8 Diagnostico	29
1.4.9 Tratamiento	30
1.5 Efectos farmacológicos	31
CAPÍTULO 2	
Relación órgano –emoción	54
2.1 Construcción de la enfermedad	54
2.1.2 La alimentación	55
2.1.3 El ambiente	56
2.2 El microcosmos	61
2.3 El estómago	64
2.4 La teoría de los 5 elementos	66

CAPÍTULO 3

La gastritis proceso natural o construcción social	70
3.1 Metodología	70
3.2 Resultados	72
3.2.1 Alimentación	72
3.2.2.1.-El tipo de alimentación antes de la enfermedad	77
3.2.1.2.-El tipo de alimentación después de la enfermedad	82
3.2.1.3.- Alimentos que le hacen daño	87
3.2.1.4 Cuantas veces come al día	91
3.2.1.5 Consumo de alcohol	94
3.2.1.6 Cuando toma alcohol porque lo hace y que siente	97
3.2.1.7 Consumo de cigarro	100
3.2.2 Familia	103
3.2.2.1. EXPRESIÓN de las emociones con los familiares	103
3.2.2.2.- Relación con el papá	111
3.2.2.3 Relación con la mamá	117
3.2.2.4. Relación con los hermanos	124
3.2.3 Infancia	136
3.2.3.1. Como consideran su niñez	136
3.2.3.2 Como era castigado y corregido	143
3.2.3.3 Quien los cuidaba, convivían mas y les daba de comer	146
3.2.4 Amigos	151
3.2.4.1 La convivencia con los amigos	151
3.2.4.2 Expresiones de las emociones con los amigos o noviazgos	156
3.2.5 Adolescencia	164
3.2.6 Pareja	170

3.2.6.1 Relación con su pareja (solteros)	170
3.2.6.2 Relación con la pareja e hijos (casados)	174
3.2.7 Enfermedad	179
3.2.7.1 Como vive con la enfermedad	179
3.2.7.2 Opinión de la enfermedad con respecto a lo religioso y su práctica	184
3.2.7.3 Porque considera que tiene gastritis	190
3.2.7.4 En que partes del cuerpo le dan los dolores y que síntomas presenta	195
3.2.7.5 Frecuencia de dolores	200
3.2.7.6 Los beneficios en la búsqueda de la salud	206
3.2.8 Emociones	211
3.2.8.1.-Emociones dominantes	211
3.2.8.2 Emociones que experimenta en el trabajo	219
3.2.9 Proyecto de vida	225
3.3 Vivienda	229
3.3.1 Materiales con los que esta construida y distribución del espacio	229
3.4 Interpretación de los datos	233
CAPITULO 4	
Conclusiones generales	258
Referencias	264
Anexos	

RESUMEN

En el presente trabajo, hago mención en el primer capítulo de la fragmentación mente- cuerpo lo cual ha dado como resultado el olvido del cuerpo y aumentado las posibilidades de generar una enfermedad crónica degenerativa en la situación actual que vivimos, la desarticulación entre lo que uno piensa racionalmente y la forma de tratar al cuerpo en cuestiones de enfermedad como lo menciona lo indica la medicina alópata, a dado como resultado observar al organismo como una maquina ya que es el conocimiento que rige en estos momentos. Es por esto que señalo la fragmentación del cuerpo, el modelo multicausal, la relación mente- cuerpo y influencia de las emociones en su vida diaria para general la somatización, al igual que describo la gastritis desde una perspectiva alópata y el tipo de medicamentos utilizados. En un segundo capítulo señalo la construcción de la enfermedad desde un perspectiva holística integrar, donde los elementos cultura, ambiente y geografía son determinantes para el desarrollo de la misma. En el tercer capítulo se muestra la metodología utilizada, así como los testimonios de las 20 personas entrevistadas para el presente trabajo, dando como resultado diferentes categorías y un cuadro de comparación donde se pueden observar las similitudes que presentas las personas al tener esta enfermedad, sin olvidar el proceso individual que nos menciona la teoría, y concluyendo con la propuesta desde una perspectiva alternativa sobre el cuidado y la relación órgano-emoción.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad uno de los grandes problemas que se viven es la prevención de la salud y el olvido del cuerpo, dando como resultado enfermedades degenerativas cada vez mas complejas y difícil de explicar, sin embargo el campo de la salud ha tenido que dar su mejor esfuerzo en tratar de entenderlas y dar posibles soluciones a estas, ya sea a base de medicamentos o a operaciones complicadas desde una perspectiva mecanicista del cuerpo, sin hondar en los problemas emocionales.

EL estilo de vida a cambiado en esta ciudad, el aire, la alimentación, el trabajo el estrés, la competitividad por un deber ser ha generado en el cuerpo un crucigrama de emociones afectándolo en su desempeño teniendo como fondo la salud integral. La sociedad actual es mercantilista, consumidora en exceso de productos contaminantes, pareciera ser que se quiere encontrar o llenar algo comprando el mejor automóvil, la mejor casa, la ropa de marca, queriendo olvidar las emociones que se experimentan en el diario vivir, enojo por el transito, tristeza por pelear con la familia, miedo hacer asaltado, preocupación o ansiedad por no vivir en las condiciones que uno quiere, la perdida de la alegría por la vida.

Apropiándose así de un estilo de vida cultural, enseñado de padres a hijos debido a que es el primer núcleo en el que uno se desenvuelve que es la familia, aprendiendo de ella sus valores, costumbres, vicios, emociones y la misma forma de vida, llevando esto ha generar las mismas enfermedades, las cuales no son heredadas, sino generadas por la misma forma de vida que uno aprende desde la infancia.

En la infancia la familia, enseña el alimentarse, el comportarse ante la sociedad, aprende las emociones y la forma en como se resuelven los problemas, es por esto que se pueden observar familias con la misma enfermedad teniendo un patrón de conducta similar entre los integrantes.

Debido a esto es que abordo la gastritis, ya que es una enfermedad muy recurrente en la actualidad y la forma en que la gente vive o la enfrenta, ya que

esta enfermedad afecta desde los niños, adolescentes y adultos, no hay edad para que se presente, solo se tiene que saber que si se presenta, el cuerpo esta mandando mensajes para cuidarlo. Lo que pretendo dar a conocer es como este tipo de enfermedad por común que parezca y que mucha gente no la toma en cuenta nos habla del tipo de alimentación que la persona ha lleva y que ha olvidado al cuerpo de nutrirlo sanamente. Los medicamentos son otro factor importante ya que por la misma racionalidad con la que uno vive al presentar los dolores de esta enfermedad no entendemos, ni hacemos caso al cuerpo, pareciera ser que lo tenemos dormido y preferimos seguir manteniéndolo de esa forma al consumir los medicamentos hecho con químicos que pueden afectar en otro momento a nuestro organismo.

Es por esto que en este trabajo hablo más de las emociones por que tienen un peso muy grande para el desarrollo de la enfermedad y hablar de emociones es experimentarlas, vivirlas. Identificarlas, hacer caso de nuestro cuerpo, cuidarlo, alimentarlo, iniciar con una nueva forma de vida, sin embargo esto lo va a dar el trabajo con el cuerpo y la alimentación que uno pueda brindarle al bajar la ansiedad con la que se vive, es por esto que al ser un trabajador de la salud, la psicología viene a conjugar una nueva forma de analizar las enfermedades, lo orgánico en conjunto con lo emocional trabajando sobre el cuerpo con terapias alternativas que lo ayuden a despertar y abrir una nueva conciencia de vivir y de prevenir la enfermedad.

CAPÍTULO 1

LA FRAGMENTACIÓN DEL CUERPO

Durante el transcurso de la historia el ser humano ha venido trabajando siempre con el concepto de salud- enfermedad, que aquejan a la gente, tratando de dar explicación a enfermedades desconocidas que poco a poco van tomando auge dentro de la historia cultural y social de las personas, se ha tratado de mantener un concepto de la salud desde un punto de vista fragmentado, capaz de darle explicación a lo científico y lo cuantificable, se ha mantenido dentro de una línea hermética, donde el propio interés es la concepción mecanicista del cuerpo, tratando de dar remedios por separado a cada órgano, hasta la lógica que le es permitido hablar o dar cuenta de eso, sin embargo, en esta época actual hemos visto que la salud de las personas se ha complejizado, dando como resultado enfermedades crónicas degenerativas cada vez más fuertes y más frecuentes como lo son la diabetes, el cáncer, hipertensión, colitis, etc.

Los índices de enfermedad han aumentado considerablemente, donde la lógica cartesiana, no ha podido dar más explicación y ha tratado de abrir un pequeño espacio a lo psicosomático, sin embargo, la medicina alópata tiene gran prestigio y reconocimiento en nuestra cultura y es la base de medicamentos que han tratado de controlar las enfermedades presentadas por la sociedad, sin embargo, han dejado una parte esencial, se ha olvidado de la esencia del cuerpo, de cuidar, alimentar, mantener y equilibrar tratando de articular la mente con el cuerpo, ha servido solamente para remediar o controlar el daño que ya hicimos en nuestro cuerpo, como ya mencioné a base de medicamentos que tienen efectos secundarios en el organismo por el químico con que se realizan este tipo de fármacos, o incluso someter al cuerpo a una operación quirúrgica, cortando o lastimando al órgano por no tener una educación de prevención de la salud.

Es por esta razón que trato de dar una explicación de lo que llamé fragmentación, la cual sigue rigiendo en nuestro días por el dominio del pensamiento racional al someter al cuerpo, al cual nos sigue enfrentando ha una cultura occidentalizada, donde la forma de dar explicación a las cosas ha venido a desequilibrar una visión natural de ver la vida. Hemos pretendido apoyarnos en la ciencia, donde los resultados obtenidos hasta el momento han sido un dominio del hombre sobre la naturaleza, lo cual ha traído como consecuencia el desequilibrio del planeta, como las mismas enfermedades para el ser humano.

¿Pero de dónde surge esta actitud de dominar la naturaleza? Berman 2001 menciona: Mientras el “Cómo” se hizo cada vez mas importante, “el Por qué” se hizo cada vez mas irreverente. Esto ha traído la misma consecuencia de darle una explicación a las cosas de todo lo que pasa en nuestro alrededor, cuando descartes empieza hablar de un “método científico”, el pensamiento y la actitud de darle mayor peso al cuidado del ambiente se rompe y desencadena esa visión de ver la vida y las cosas como un conjunto que está relacionado con el comportamiento de los que integramos el planeta, al romper esta visión la ciencia empieza a tener una visión fragmentada y dominio de las cosas, trayendo como consecuencia un dominio racional, donde el cuerpo queda indefenso y se empieza a utilizar “cómo” el medio de transporte y no el “Por qué” de su cuidado.

Después de pasar a esta actitud con la cual nos seguimos enfrentando, la ciencia viene a tomar posesión del conocimiento teniendo como fundador el pensamiento racional que viene y domina al cuerpo, encapsulándolo y educándolo, para no conocer el dolor, ni sufrimiento, debido a esta misma visión fragmentada del cuerpo.

Donde el cuerpo pasa a la función de máquina, dejándolo al descuido y como ya mencione, como el medio de transporte que sirve para alcanzar el propósito de la persona, donde lo racional domina y cae en el exceso de descuidar al cuerpo,

utilizándolo para el maltrato y teniendo como fin las consecuencias graves como las de una misma enfermedad.

Es importante hablar de esta visión que toma o tomamos las personas, cuando nos enfrentamos a esta actitud. Como ya mencione esta visión fragmentada de ver las cosas, no es mas que el resultado de tener la tecnología al alcance de nuestras manos, donde la ciencia y el método experimental han tenido dominio total y absoluto de nuestra vida y de nuestra persona, donde la gran consecuencia ha sido el caer en los excesos de sentirse superior a la naturaleza o destruirla con tecnología donde el fin ha sido una gran contaminación, una sobre población en las grandes ciudades, y donde el ser humano queda estancado en una cultura de competencia y mercantilización por la forma racional de observar las cosas como lo ha aprendido de generación en generación trayendo, con esto un deterioro ambiental y sobre todo un deterioro emocional de la misma persona, ya que al estar insertado en una cultura de dominio mercantil, el cuerpo ha venido hacer una imagen estética del individuo, vistiéndolo y dando una imagen de estereotipo en la gente, teniendo al exterior un cuerpo de consumo mercantil donde se deja ver la cultura racional con la que vivimos, una forma de ser materialista al tener las cosas, las cuales puedo referir como un automóvil, una casa, la ropa de marca, la cartera llena de dinero, donde el asunto de la competencia de la misma persona marca la visión fragmentada con la cual nos han enseñado a vivir, dejando de lado, el asunto interno, el cual no existe para la ciencia, el que no se puede medir, pero se puede sentir, donde el sentir no se puede medir, por la misma formación racional de ver las cosas, teniendo como vía de escape el sentir el cuerpo.

El cuerpo que la cultura de la misma gente no permite ver que lo interior, (emociones, tristeza, enojos, frustración, represión) tienen como vía de escape la enfermedad como construcción social de su misma actitud de la vida, donde al comprimir estas emociones lo racional, para no mostrarse en el exterior de la gente, lo interior empieza a trabajar, teniendo diferentes vía de escape en el cuerpo.

Pero sería importante hablar de un ¿Por qué? Como ya mencione, esta pregunta sea ha quedado estancada, transfiriéndola a un ¿Cómo?, la primera pregunta abre mas un panorama de ver la fragmentación un ¿Por qué? De las enfermedades con las cuales el ser humano a tratado de dar explicación, esta pregunta nos hace mención a la forma de vida que se lleva, la tecnología, la contaminación, la mercantilización, han influencia para un cultura de vida que la persona al apoderarse del discurso científico a tenido que darle validez a lo racional, teniendo como base en el caso de las enfermedades, la visión cartesiana donde la visión a confundido un ¿Por qué? De las enfermedades y transferido a un ¿Cómo? En donde solamente te hablan del daño de una enfermedad, en donde su discurso hablan del ¿Cómo se debe combatir? Y no del ¿Por qué? Se dio, es donde esta visión fragmentada no tiene dominio sobre una explicación de la enfermedad.

Por esta explicación en el siguiente apartado empiezo hablar sobre la visión del modelo multicausal para saber con que partes fragmentadas trabaja solamente, y que está dejando de lado.

1.1 MODELO MULTICAUSAL

¿Qué es el modelo multicausal? Empiezo con una pregunta tan lógica como una especie de burla, ya que este modelo es para señalar y dar cuenta que la manera con la cual vivimos esta presente y saber que hay una falta de armonía mente-cuerpo, sino que el cuerpo lo fragmenta el modelo médico por la misma cultura occidental donde el dominio raciocinio se viene a presentar con los diferentes especialistas que existen para cada órgano del cuerpo, corazón, hígado, piel, cerebro, por mencionar algunos, cabe mencionar que este modelo recoge diferentes factores, sin embargo deja de lado el aspecto psicológico de persona. García (2002) menciona: Este modelo propone que la aparición de las enfermedades no depende de un factor único, sino de múltiples factores de riesgos internos y externos; biológicos, físicos, químicos y hasta sociales.

Sin embargo, a pesar de tomar en cuenta diversos aspectos que pueden influir en la enfermedad, este modelo no puede explicar el proceso salud- enfermedad como fenómeno biológico del individuo; por tanto, el aspecto psicológico de la persona no es considerado.

Sin embargo es importante mencionar de donde surge esta concepción del cuerpo fragmentado y la utilización de él a través de una cultura de mercantilización que a la fecha sigue teniendo dominio sobre la cultura occidental donde la forma de concebir el cuerpo es como el funcionamiento de una máquina, donde el dominio de la ciencia y la tecnología han sido influenciados por un modelo cartesiano donde este fundador filósofo menciona: “La identificación de la existencia humana con el raciocinio puro, la idea de que el hombre puede saber todo lo que él es dado saber por vía de su razón, incluyó la suposición de que la mente y el cuerpo, sujeto y objeto, eran entidades radicalmente dispares. Al parecer, el pensar me separa del mundo que yo enfrento.” YO” percibo mi cuerpo y sus funciones, pero “yo” yo no soy mi cuerpo (berman 2001).

La misma ciencia a tomado como base esta doctrina y ha interpretado la concepción de la razón al sometimiento puro del cuerpo, donde el cuerpo ha estado al servicio del pensamiento racional en donde se puede categorizar varios ejemplos, el exceso de comida, la mejor prenda de vestir, el mejor auto, la mejor casa, lo va pidiendo una cultura racional que por medio de la misma ciencia, la gente se ha ido apropiando de este mismo discurso, donde el asunto material de las cosas toma auge en la razón de las personas y se convierte en la forma de competir unos con otros, cayendo en el chantaje de que la salud de las personas va estar determinado por el status quo que la misma gente tenga, aunque vaya de por medio una vida de frustración, negación y represión donde esta misma educación se convierta en un estilo de vida desgastante para la misma persona.

Por esta doctrina filosófica que ha venido a dominar en la ciencia y en la misma gente es que hago referencia a que el modelo médico jamás trabajará con lo

psicológico de la persona, siempre trabajara por separado esa parte, le dan demasiada importancia al síntoma físico del cuerpo, porque la educación que llevan los médicos en su formación no permite trabajar con aspectos psicológicos, ellos son educados solamente para ver el malestar físico y para recetar medicamentos farmacéuticos que lo que hacen es controlar sin pensar que ese fármaco puede afectar otra zona del cuerpo. Estos medicamentos que han venido a tomar posesión de la gente, comprando los medicamentos ha cualquier costo con el único afán de controlar la enfermedad, donde la mercantilización y comercialización de estos productos dejan un alto nivel de ganancias económicas para los laboratorios que los producen, sin importar que los compuestos de estos fármacos sean químicos de dosis muy severas para el cuerpo y que son esenciales para seguir desarrollando enfermedades, por las mismas dosis ingeridas por las personas. La medicina alópata se dedica a esto a recetar para adormecer al cuerpo, sin embargo, no solamente es la formación de ellos ni la concepción que tiene el cuerpo.

Su misma educación, no ha permitido que vean más haya de donde proviene el dolor, ni siquiera a preguntárselo están encerrados en una formación de ver al cuerpo como una máquina pensando que trabaja por separado cada órgano que nos constituye, pero los demás tampoco estamos capacitados para ver otra forma de curación, nos encerramos en este modelo, no estamos educados, ni nos educamos para ver al cuerpo como un conjunto que somos mente- cuerpo, creemos tanto en este modelo que nos ha llevado a tener enfermedades más severas, y que cada vez que aparecen a temprana edad (niños) la actitud que toma la gente sobre una enfermedad por cualquiera que sea es, siempre ir al médico y adormecerla con fármacos que controlen el dolor por un momento aunque después siga incrementando ese dolor o ese malestar debido a la forma dualista de ver las enfermedades. No somos capaces de ver que esa enfermedad puede ser provocada por algo psicológico que es lo fundamental para que se desarrolle una enfermedad, la visión cartesiana no permite darle vida a esta parte fundamental, ya que como menciona la doctrina “Esta escisión mente-cuerpo era

verdadera en toda percepción y conducta: en el acto de pensar uno se percibe a si mismo como una entidad separada”(berman 2001). Lo psicológico no puede intervenir en la enfermedad según la visión dualista, sin embargo al tratar de dar una explicación a una enfermedad no han podido decir que pasa, quedan estancados por que la misma forma de ver al cuerpo no ha permitido brindar el ¿por qué? Se desarrollo esta enfermedad, solamente lo han dejando y han abierto un pequeño espacio a lo psicosomático.

1. 2 LA DESARTICULACIÓN MENTE- CUERPO

Pero ¿Por qué empezar a trabajar con lo psicológico y lo corporal en conjunto?

La forma en que la actualidad se vive es la que he venido puntualizando, la fragmentación ha tenido que dejar de lado el cuerpo, donde se manifiestan las enfermedades, por está forma de ver las cosas, es que en este trabajo se empieza a proponer el trabajar en conjunto la mente con el cuerpo.

Es difícil aceptar que el desequilibrio del cuerpo con la mente cause una complicada forma de vida, la cual ha sido reflejada en las enfermedades por llamarlo así, sin embargo, en nuestro cuerpo y durante generaciones la forma cartesiana de vivir sigue tomando auge, por no ser capaz de decidir teniendo otra forma de vida, ya que estamos tan fragmentados que no trabajamos en armonía, por nuestra forma de pensar y de no sentir ya que está palabra no existe, debido a que jamás buscamos trabajar en conjunto, sino que idealizamos siempre la perfección. (López 2002) El pensamiento racional es el gran tirano del siglo XX y XXI, se mueve con una autonomía que da miedo a quienes sabemos que es sin duda un gran invasor del cerebro, sin duda es la herencia de Descartes, pero es un ente que ha crecido sin el cuerpo, aunque lo necesita, es una paradoja. No somos capaces de decidir nuestra forma de vivir, somos seres miedosos al cambio, para muchos es mejor seguir con la fragmentación que lleve al descuido del cuerpo y alimente más el cerebro, pero somos responsables de nuestra propia

elección aunque conlleve a seguir incrementando esa educación fragmentada. En la sociedad los efectos de separación del cuerpo y mente se reflejan en todos los aspectos de la vida, es decir, en las instituciones educativas, médicas o de salud, religiosas, laborales, económicas, y geográficas. Así mismo el cuerpo puede ser un instrumento de trabajo de distintos profesionales, donde se obtiene el reconocimiento (García 2002). Continuando con una línea directiva hacia la perfección de un papel, un reconocimiento de la sociedad del que se hable lo inteligente que sigue siendo el ser humano. Dejando de lado el desequilibrio que tiene el ser humano, lo importante es lo que indica el cerebro para el triunfo, la perfección al trabajar con máquina, donde te educan o te programan con una de ellas para vivir una vida desgastante emocionalmente que se encuentra en el cuerpo, donde no estamos educados o capacitados para trabajar con esa nueva forma de vida, sería empezar a trabajar con el cuerpo, teniendo conciencia que las emociones han sido reprimidas desde la historia de vida del individuo, que las emociones han somatizado en el cuerpo y han dominado en él, para desequilibrar los órganos llevando la emoción como una energía que perfora al órgano dándole construcción a la enfermedad.

Debido a conceptos mercantilista donde se vive con muchos sufrimientos por anhelar y desear lo que el otro tiene cayendo en un raciocinio donde mejorar la condición humana es a través de cosas materiales, debido a que la gente llena ese vacío emocional comprando objetos que lo hagan satisfacer sus deseos, donde uno mismo empieza a causar sus propias enfermedades, por evadir su misma condición emocional. Hemos reflejado salud, en vivir día a día sin que te duela nada físicamente, aunque psicológicamente o emocionalmente no lo estés, esto habla de una fragmentación en todos los aspectos, porque no estamos acostumbrados a expresar esa enfermedad emocional que nos aqueja y aparte saber que ese concepto de salud solo se maneja como algo físico, sin pensar que puede ser causado por algo emocional.

1. 3 LA SOMATIZACIÓN EN EL CUERPO

La somatización en el cuerpo, no es más que el resultado de la fragmentación de la que hemos estado hablando, ha venido a causar daño en nuestra vida diaria durante muchos tiempo, de generación en generación desde que se empezó a ver al cuerpo como una máquina, esto nos ha traído como consecuencia las enfermedades que hasta ahora conocemos, que cada vez se vuelven más complicadas y que se detectan o se desarrollarán cada vez más rápido en el individuo, ya que la medicina alópata no puede dar cuenta de eso. (López 2002) menciona que la clasificación de lo psicósomático se ha convertido en una nueva forma de etiquetar de la lógica cartesiana que no puede comprender el complejo proceso de la construcción individual. Rebasar la concepción de la analogía máquina cuerpo es sólo una posibilidad de lectura para no caer en estigmas y la negación de nuevas realidades corporales en nuestro tiempo, donde el mundo de la emociones ha ganado un espacio predominante en el cuerpo.

Ha sido tan marcada en nuestra educación tanto para hombres como en mujeres esa forma de reprimir el cuerpo en cuanto a las emociones que conocemos que no somos capaces de expresarlas, porque no tenemos la educación para ello, siempre hemos aprendido que al mostrar las emociones se cataloga a la persona en esta sociedad como débil sin darnos cuenta que todos esas emociones se acumulan en el interior del cuerpo y como no somos capaces de manejarlas , la exteriorizamos y le damos vida a una enfermedad.

La manifestación de las emociones no podrá ser interpretada con las herramientas de la causalidad; se hace necesario recurrir a la lógica de la construcción de un cuerpo como un microcosmos donde se puede hacer una lectura sin esa lente de la causalidad, Es decir, la frontera de las leyes universales enfrentan una nueva relación epistemológica ante las formas de explicarse los padecimientos y las nuevas sintomatologías que construyen los sujetos; las opciones y las formas de hacer de la vida un nuevo proceso de construcción corporal-social-espiritual no

son claras para muchos individuos; la cultura y los procesos de simbolización y significación le han dado otro giro a la construcción corporal (López 2002). Esto sería más claro de explicar si empezáramos a tener una nueva educación y una nueva forma de concebir al cuerpo en todos los aspectos no dándole vida a esa fragmentación que hemos permitido que nos domine, del cual hemos sido capaces de apropiarnos de esa forma de vida, aunque se busque la perfección y no la armonía del cuerpo, aunque esto nos siga llevando como consecuencia, diferentes enfermedades.

Debemos de tener otra visión y otra educación para empezar a cuidar al cuerpo, empezarle hacer más caso a lo que nos dicta el cuerpo, empezar a dejar de someterlo con tantas emociones que son causadas por la forma de pensar del individuo, ya que primero empiezan en el pensamiento racional de hombre, la manera en que vive, las cosas que hace aunque no este de acuerdo en el trabajo que realiza, que no tiene la libertad de elegir, la forma en que se alimenta, el estilo de vida, estas son algunas de las cosas que empiezan a desencadenar una nueva enfermedad en el cuerpo, empieza en el cerebro, y termina reflejándose en el cuerpo, en algún órgano del cuerpo, para después darle vida en el exterior, que es cuando se empieza a notar. Lo somático se hace un clicé o un nuevo refugio ante las limitaciones de los modelos médicos para poder explicar el proceso de lo corporal desde otra lógica, o romper con la fragmentación y aproximarse con un sentido más humanizado a los individuos.

La correlación entre enfermedad, afectos y emociones hoy en día no se discute mucho, lo que interesa es cuándo y cómo se da el proceso (López 2002).

Sin embargo, la somatización en el cuerpo va hacer diferente para cada persona, debido a la actitud con que enfrentan la vida, pero va a tener como base emociones dominantes en las cuales va estar centrada su vida, por este motivo es importante empezar a ver a la persona, desde un punto más humanizado y tratar de verla como única en el mundo, ya que en la construcción de la enfermedad

para cada persona es diferente desde como la construyó hasta como la está viviendo, por eso, en este trabajo se pretende dar otra visión de ver la construcción de la enfermedad llamada GASTRITIS, sin embargo es importante conocer que refiere el modelo medico sobre esta enfermedad, y que partes está dejando fuero, es por esto, que en el siguiente apartado se describe textualmente que información brinda el modelo Biomédico.

1. 4 LA GASTRITIS DESDE EL MODELO BIOMÉDICO

Antes de leer la información es importante saber que el modelo biomédico como hemos mencionado surge a partir de la dualidad cartesiana de ver las cosas, las cuales sirven para ver al cuerpo como una máquina capaz de responder a lo que mande el cerebro, Capra (1982) menciona. “ El cuerpo humano es considerado como una máquina que puede analizarse desde el punto de vista de sus partes; la enfermedad es el funcionamiento defectuoso de los mecanismos biológicos que se estudian desde el punto de vista de la biología celular y molecular; la tarea del médico es intervenir, física o químicamente, para corregir disfunciones de un mecanismo específico.

Basándome en lo que menciona Capra es importante conocer como es que atienden los médicos una enfermedad tan común como lo es la gastritis, sin embargo, es importante poner atención como hacen referencia a la enfermedad y como es que la empiezan a medicar, dejando de lado a la persona y generalizando las mismas recetas y medicamentos para todas ellas, llevándolo a un asunto mecanicista del cuerpo.

Al igual conocer que el punto de vista biomédico, jamás hace referencia a emociones que no son capaces de medir o cuantificar y donde la misma ciencia no permite hablar de ellas por los motivos ya señalados.

1. 4.1 LA DEFINICIÓN DE GASTRITIS

El término gastritis es una de los más vagos dentro de la gastroenterología, ya que el vulgo denomina así aun grupo de molestias vagas como regurgitación, náuseas, ardor epigástrico, agruras, borborismos y distensión abdominal y el médico no intenta aclarar la naturaleza del problema en lugar de dar por hecho lo que el paciente califica como gastritis. *Dispepsia* es otro término de uso común para este mismo cuadro.

La gastritis tiene una connotación diferente para el endoscopio, para el radiólogo y para el histopatólogo. De hecho sólo este último puede afirmar categóricamente que se trata de una inflamación de la mucosa gástrica.

De esta manera, aunque son muy frecuentes las alteraciones inflamatorias y de otro tipo de la mucosa del estómago, sobre todo en la edad adulta, ya que un porcentaje importante sufre cambios histológicos, muchos de ellos inflamatorios, no se puede establecer con ligereza este diagnóstico, que requiere siempre un estudio clínico minucioso y estudios para clínicos.

FORMAS CLINICAS

La gastritis puede ser aguda o crónica. También superficial o profunda. A la vez puede ser erosiva o no erosiva, grave o leve, hipertrófica o atrófica. En muchas ocasiones no se reconoce algún factor causal o etiológico. En otras existe una relación de quemadura o traumatismo, como las úlceras de estrés. Tal vez lo más frecuentes es su relación con la ingesta de medicamentos o de alcohol que irritan la mucosa gástrica, o que consumimos de manera crónica provocan erosiones y úlceras francas. Algunas veces se relaciona con la ingestión de cáusticos, también con infecciones, neoplasias, deficiencias de hierro y con estados de estrés y ansiedad. Se relacionan asimismo con enfermedades poco frecuentes como la

sarcoidosis y en ocasiones, también raras, existe un factor inmunológico.(Martí 1996).

1.4.2 GASTRITIS AGUDA

Gastritis corrosiva.- Este padecimiento resulta de la ingestión accidental o con fines de suicidio, de ácidos fuertes, dicloruro de mercurio, ácido carbónico o Lysol. La necrosis tisular puede causar oclusión. El tratamiento incluye la administración de un antídoto adecuado, lavado gástrico y tratamiento general de sostén para la conservación adecuada de vías aéreas y de la circulación sangre, se necesita cirugía de corrección.(marvin 1978)

Gastritis erosiva enteropática.- Es una rara entidad con clínica con múltiples erosiones en la mucosa gástrica que aparecen en ausencia desencadenantes conocidos. Estos pacientes pueden tener anorexia, náuseas, vómito y molestias abdominales alta mal definidas. Con menos frecuencia muestra signos de pérdida de sangre o de pérdida de peso. Para llegar al diagnóstico suele ser necesario hacer una endoscopia en la que observamos las erosiones, que pueden ser pocas o numerosas y que suelen localizarse en la cresta de los pliegues, aunque pueden encontrarse en cualquier zona de la mucosa gástrica. Se deben tomar biopsias gástricas para descartar otras alteraciones como un linfoma, un carcinoma o una enfermedad del estómago. La etiología es desconocida y no existen unos principios aceptados sobre recomendaciones terapéuticas específicas. (harrison 1994).

Gastritis Aguda.- La principal, y ciertamente la más espectacular es la *gastritis aguda hemorrágica*, también llamada la *gastritis aguda erosiva*. Estos términos reflejan la hemorragia que, procedente de la mucosa, se encuentran casi siempre en estos tipos de gastritis y la característica pérdida de la mucosa, erosiones y puntos sangrantes con extravasación hemática en la mucosa y en la luz del estómago. Las erosiones y los puntos sangrantes pueden localizarse en el

cuerpo o antro gástricos. A menudo están situados linealmente sobre las crestas de los pliegues gástricos.

La gastritis aguda erosiva puede ir acompañada de lesiones focales más profundas que representan úlceras agudas y que pueden afectar a todas las capas de la pared gástrica.

Etiología y patógenia.- Puede desarrollarse sin una explicación obvia, pero lo más probable es que lo haga en determinadas circunstancias clínicas específicas: Suele asociarse con enfermedades o por la administración de algunos fármacos.

La gastritis aguda erosiva se asocia a graves enfermedades, recibe el nombre de GASTRITIS POR ESTRÉS. No están dilucidadas las distintas contribuciones de todos los mecanismos responsables de la gastritis erosiva en los pacientes en estado crítico, los pacientes de gastritis pueden sufrir molestias epigástricas, anorexia, náuseas y vómitos. Estos síntomas se pueden deber a la estimulación de los nervios viscerales aferentes, que es independiente de las alteraciones de la mucosa gástricas.

Patógenia.- Se ha comprobado bien que hay gastritis aguda después de la ingestión de aspirina y alcohol, durante el tratamiento de agentes antitumorales, después de irradiación y congelación gástrica, como hecho terminal en la uremia por infecciones, intoxicación por alimentos con estafilococos, y como complicación de varias situaciones de tensión emocional en particular traumatismos intensos, operaciones o infecciones acompañadas de choque.

La aspirina, el etanol, los ácidos biliares, las enzimas pancreáticas y el etanol son agentes que afectan o inhiben la actividad ciclooxigenasa de la mucosa gástrica, reduciendo con ello la síntesis y, por tanto, los niveles en los tejidos de las prostaglandinas endógenas que parecen desempeñar un importante papel en la defensa de la mucosa. Es posible que la aspirina pueda lesionar la mucosa

gástrica de las paredes, inhibiendo la prostaciclina de dichas paredes o inhibiendo la síntesis de tromboxano por las plaquetas.

La lesión producida por el etanol se asocia sobre todo con hemorragias subepiteliales con edema adyacente y solo un moderado aumento de las células inflamatorias en la mucosa. La lesión celular se debe a las propiedades lipófilas del alcohol, a la interrupción de la barrera mucosa gástrica o a una lesión directa de los pequeños vasos sanguíneos de la mucosa. (Harrison 1994)

1.4.3 CUADRO CLÍNICO

Depende de la modalidad de la gastritis. En la forma erosiva aguda existe sangrado de múltiples puntos hemorrágicos en la mucosa, la cual causa hematemesis, alteraciones de la volemia e incluso estado de choque, además de dolor epigástrico, náuseas, vómito y hematemesis. La evolución es aguda, se observa en pacientes con septicemia, grandes operaciones, en los quemados o sometidos a estrés muy intenso. El cuadro siempre es muy grave y amerita tratamiento intensivo.

En las formas no erosivas de gastritis, agudas o crónicas, existe por lo general dolor o malestar epigástrico, náusea, sensación de plenitud posprandial o síntomas vagos que sugieren úlcera péptica. Las formas agudas causadas por medicamentos son similares aunque en esta se agregan retardo en el vaciamiento gástrico y reflujo gastroesfágico. El cuadro conocido como “resaca” representa clásicamente la gastritis alcohólica; además de esta la asociación con el sangrado por desgarro de la mucosa gastroesofática causada por el esfuerzo de vómito, es más común.

La presencia de hemorragias se presenta en las heces, o por el desarrollo de una anemia asintomática inexplicable y se presentan los dolores ya mencionados.

1.4.4 DIAGNOSTICO

Los datos clínicos son vagos y no permiten efectuar con propiedad este diagnóstico, aunque cuando hay antecedente franco de la ingestión de una sustancia irritante o corrosiva, junto con el dolor abdominal, la náusea el vómito y la hematemesis puede afirmarse la existencia de gastritis aguda, así como en pacientes reumáticos que ingieren medicación crónica o individuos alcohólicos se puede sospechar una gastritis crónica. Cuando el cuadro es dudosa se recurre a la endoscopia, la radiología y en caso necesario el estudio de histológico con biopsia.

Aunque la endoscopia y la radiología puede ser orientadoras, la única forma posible de precisar el diagnóstico de gastritis –inflamación de la mucosa gástrica es con el estudio histológico. (Martí 1996)

1.4.5 TRATAMIENTO

Depende de la causa, cuando puede precisarse, ya que es mas bien un grupo de precisiones vagas.

Se emplean antiácidos, antisecretores, dietas diversas y tranquilizantes, aunque la respuesta es muy variada, ya que depende del tiempo y la evolución y de la gravedad del caso.

La frecuencia de gastritis relacionada con la ingestión de aspirina y de anti inflamatorios no esteroideos obliga a considerar que la prevención resulta esencial en virtud de la gran cantidad de pacientes que requieren de dicho tipo de medicación. Entre las estrategias para ese objeto están diversas formas de utilización: capa entérica, efervescentes, combinados con antiácidos, disueltos y en mucha agua, ingeridos con alimentos o usando de manera concomitante los

bloqueadores de los receptores H2 por su efecto antisecretor a las prostaglandinas, por su efecto de “citoprotección”

En la forma erosiva aguda, con gran sangrado importante, es necesaria la hospitalización, los cuidados intensivos y en ocasiones la cirugía para ligar vasos, e inclusive reseca el estómago, ya que no cede la hemorragia. Se necesita también reponer la volemia con sangre y líquidos y atender el estado general.

1.5.1 GASTRITIS CRÓNICA

Gastritis Crónica.- Consta principalmente de células inflamatorias crónicas entre las que predominan los linfocitos y las células plásmicas. Puede haber un pequeño número de polifonucleares y eosinófilos, pero sin que lleguen a predominar: la gastritis crónica suele ser parcheada e irregular en su distribución.

Clasificación histológica.- Afecta al principio a las áreas superficiales y glandulares a la que puede seguir una importante reducción del número de glándulas y una metaplasia de la misma.

La *gastritis superficial* es la forma en la que existe inflamación de la lámina de la parte superficial de la mucosa con infiltración celular y edema que separan a las glándulas. Parece representar el estadio inicial del desarrollo de una gastritis crónica. Las células inflamatorias se limitan a la lámina propia de la mitad superior de la mucosa, respetando a las glándulas. Puede haber una disminución del moco en las células mucosas y del número de mitosis en las células de las glándulas.

El siguiente paso en el desarrollo cronológico de la gastritis crónica es *gastritis atrófica*, en la que el infiltrado inflamatorio se extiende a las porciones profundas de la mucosa. Hay distorsión y destrucción de las glándulas, que se acaban separando por el proceso inflamatorio, va seguida de la *atrofia gástrica* que suele comenzar en el antro y se extiende en el cuerpo y fondo del estómago.

A medida que la gastritis progresa, se producen alteraciones de la morfología de los elementos glandulares del estómago. Se utiliza el término **metaplasia intestinal** para describir la conversión de las glándulas parecidas a las del intestino delgado, que contienen células califormes.

1.4.7 GASTRITIS CRÓNICA TIPOS A Y B

Gastritis tipo A: Es la forma menos habitual y se caracteriza por la afectación del cuerpo y del fondo del estómago con una relativa conservación del antro. Es la forma que puede producir anemia perniciosa. Se han propuesto mecanismos inmunitarios de tipo celular como responsables de las lesiones de las células mucosas del estómago en la anemia perniciosa y las formas relacionadas de gastritis.

Gastritis tipo B: ES la forma más frecuente de gastritis crónica. En los jóvenes afecta el antro del estómago, mientras que en los adultos afecta todo el estómago. Se cree que tarda en manifestarse de 15 a 20 años. Este tipo de gastritis aumenta con la edad de la persona.

UN gran número de estudios realizados en diversas partes del mundo han establecido que *A. pylori* (Es un bacilo gramnegativo corto .2 a .5 um de longitud) en forma de espiral y microaerófilo) va acompañada de una disminución de la secreción ácida del estómago.

1.4.8 DIAGNOSTICO

La biopsia proporciona el medio más fiable para identificar y clasificar las gastritis. Hay que tener precaución al interpretar una sola toma de mucosa gástrica. La distribución parcheada e irregular de la gastritis puede dar lugar a importantes errores de muestreo. Se recomienda tomar varias biopsias siempre que sea inocuo y de las áreas sospechosas. Las formas menos frecuentes ya pertenecen

al campo del especialista: las gastritis crónicas de causa inmunitaria como la de la anemia perniciosa, las gastritis linfocíticas, las manifestaciones de padecimientos como el esprue o la enfermedad celiaca y las más frecuentes de tipo crónico que están relacionadas con la infección por *Helicobacter pylori*, mismas que se encuentran en dos grupos básicos: las que se establecen en todo el estómago respetando el antro que son de tipo autoinmunitario (tipo A) y las que involucran principalmente al antro (B) y las que corresponde con más frecuencia a la infección por *H. Pylori*, que puede ser demostrada fácilmente a través del estudio endoscópico y cuyo tratamiento muy eficiente es la combinación de amoxicilina, metronidazol e inhibidores de la bomba de protones.

1.4.9 TRATAMIENTO

La gastritis crónica de tipo A y B, con o sin atrofia de la mucosa, no necesitan un tratamiento específico. La única forma que necesita una terapéutica correcta es la anemia perniciosa.

Gastritis infecciosa.- Es una enfermedad mortal en la que existe una intensa inflamación de la pared gástrica. El tratamiento consiste en la administración intravenosa de los antibióticos adecuados y las medidas generales necesarias, como aporte de líquidos. El virus herpes simple puede producir erosiones gástricas. En algunos enfermos inmunodeprimidos se han encontrado inclusiones intranucleares típicas de citomegalovirus con cultivos positivos, lo que se han interpretado como manifestación de una infección diseminada por dicho virus.

Gastritis eosinofila.- Puede manifestarse como una afectación aislada del estómago por eosinófilos, en sangre periférica. La afectación del antro es más frecuente que la del cuerpo o el fondo del estómago. El síntoma más habitual es el dolor epigástrico que puede ir acompañado de náuseas y vómito. El tratamiento es a base de glucocorticoides. (Harrison 1994).

Algunos de los medicamentos que actúan sobre el aparato digestivo ya han sido estudiados. Los medicamentos parasimpaticolíticos y los analgésicos narcóticos hacen disminuir la motricidad intestinal y los parasimpaticomiméticos la aumentan. Es por esta razón que menciono algunos de los medicamentos que son utilizados frecuentemente en la gastritis, sin embargo estos medicamentos son conocidos como antiácidos, a continuación se describe que son los antiácidos:

Los antiácidos se dividen en 2 clases. Los antiácidos generales, de los que el bicarbonato de sodio es el único ejemplo común, pueden ser absorbidos y causar una alcalosis generalizada. Los antiácidos no generales más comúnmente usados forman ya sea productos insolubles en el intestino delgado un catión no absorbible.

1.5 EFECTOS FARMACOLÓGICOS

A. *Antiácidos generales*: El bicarbonato de sodio es el único antiácido general que se necesita considerar. Una fracción del bicarbonato de sodio reaccionado con el ácido clorhídrico liberando bióxido de carbono:

Ingerir bicarbonato de sodio es equivalente a ingerir sodio adicional sin cloruro adicional. El bicarbonato en el intestino es aumentado ya sea por (1) el ingerido y no neutralizado es el estómago o (2) por el ahorro de bicarbonato de las secreciones intestinales que de otra manera sería usado para neutralizar la mezcla ácida que llega al intestino. Puesto que es fácilmente absorbido, el bicarbonato de sodio es, un efecto, agregado al líquido extracelular. Una orina alcalina es excretada hasta que se eliminan el exceso de sodio.

La rápida acción, el efecto aparentemente benéfico de la distensión gaseosa, el alivio subjetivo proporcionado por el eructo inducido y su accesibilidad en la mayoría del carbonato como medicamento sin receta. La alcalosis generalizada es

usualmente de grado ligero aun después de dosis y la presencia de hipersecreción de rebote son las objeciones importantes de su uso.

El bicarbonato de sodio libremente soluble es capaz de neutralizar cantidad suficiente de ácido para elevar el pH en el antro y causar liberaciones de gástrica.

El incremento grandemente la secreción gástrica poco después de su admisión y la hipersecreción puede durar más que la presencia del bicarbonato en el contenido gástrico.

B. Antiácidos no generales:

1. Acción como antiácidos: Los antiácidos no generales reaccionan eliminando iones hidrógeno de la solución al pH ácido del contenido gástrico. Sin embargo, en el medio alcalino intestinal, el Ion hidrógeno es liberado de nuevo y el antiácido es regenerado a su nivel original insoluble o, como en el caso de los compuestos de magnesio, los productos de la reacción no son absorbidos aun cuando son ligeramente solubles (Mevers 1977).

El hidróxido de aluminio y el trisilicato no es regenerado, pero la reacción es, un efecto, reversible ya que el pH alcalino del intestino se forma carbonato de magnesio y se dispone de cloruro para la absorción.

Otro antiácido no general y tal vez el mejor agente único en uso el carbonato de calcio, que reacciona en el estómago como el bicarbonato de sodio pero que al pH 8.0 del intestino es precipitado de nuevo como CaCO_3 . El carbonato de calcio es lo suficientemente absorbido para la causar una hipercalcemia de grado menor. El actúa lentamente y causa un poco de hipersecreción de rebote debida aun incremento en la liberación de gástrica (García 1991).

Un último ejemplo es el óxido de magnesio, un polvo que en suspensión acuosa se hidrata y pasa a hidróxido de magnesio o leche de magnesia.

Algunos medicamentos mas utilizados en la gastritis son:

Ranitidina: Fórmula: Clorhidrato 168 mg, almidon de mail 86 mg, lactuosa230mg, polvinilpirrolido 14mg, esteretato de Mg 2mg, laca de recubrimiento.

Dosis c/d 12 h.

Omeorazol: Fórmula: Omeprazol 10mg o 20mg cápsula, una vez al día x 4 semanas.

Malos (antiácido) Fórmula: Comprimido 100ml contiene Hidróxido de aluminio, magnesio gel, Dosis 3 o 4 cucharadas por día 20 minutos a una hora después de comer, y de acostarse.

RANITIDINA

SOLO

ACLORAL. **antiulceroso. Solución inyectable, Tabletas**, LIOMONT.

ANISTAL. **antiulceroso. Grageas, Solución inyectable**, SILANES.

AZANTAC. **antiulceroso. Jarabe, Solución inyectable, Tabletas, Tabletas efervescentes**, GLAXOSMITHKLINE.

AZANTAC PEDIÁTRICO. **tratamiento del reflujo gastroesofágico pediátrico. Solución pediátrica**, GLAXOSMITHKLINE.

DINAXIN. **antiulceroso**. RAYERE.

GALIDRIN. **antiulceroso. Solución inyectable**, PROBIOMED.

GASTRIDIN. **antiulceroso. Grageas**, HEXAL.

IQFADINA. **antiulceroso. Tabletas**, IQFA.

RANIFUR. **antiulceroso, antagonista h2 selectivo. Solución inyectable, Tabletas**, IVAX.

RANISEN. **antiulceroso. Solución**, SENOSIAIN.

RANISEN. **antiulceroso. Comprimidos, Inyectable, Jarabe**, SENOSIAIN.

SERVIRADINE. **tratamiento de la úlcera péptica. Grageas**, NOVARTIS.

SON'S ULCEDIN. **antiulceroso. Solución inyectable**, QUÍMICA SON'S.

TIANAK. **para el tratamiento de la úlcera péptica. Tabletas**, WERMAR.

ULCEVIT. **tratamiento para la úlcera péptica. Grageas**, BRULUART.

ULSAVEN. **antiulceroso. Grageas**, COLLINS.

ULTRAN. **antiulceroso. Solución inyectable, Tabletas**, RANDALL

RANISEN

Solución

**Antagonista H₂ de acción selectiva
(Ranitidina)**

FORMA FARMACÉUTICA Y FORMULACIÓN:

Cada 100 ml de SOLUCIÓN contienen:

Clorhidrato de ranitidina equivalente a 4.0 g
de ranitidina

Vehículo, c.b.p.100 ml.

INDICACIONES TERAPÉUTICAS: RANISEN está indicado en el tratamiento de la enfermedad por reflujo gastroesofágico en pacientes pediátricos, prevención y tratamiento del sangrado gastrointestinal superior y prevención del síndrome por aspiración ácida (síndrome de Mendelson), gastritis erosiva causada por medicamentos que lesionan la mucosa, profilaxis y tratamiento de la úlcera gastrointestinal por estrés o por AINEs y en aquellos estados en donde se requiera un control efectivo de la secreción ácida.

FARMACOCINÉTICA Y FARMACODINAMIA: RANISEN es un antagonista de la histamina a nivel de los receptores H₂, que actúa por competencia uniéndose a ellos y no permitiendo la acción de la histamina por lo que la secreción de ácido clorhídrico se inhibe en forma poderosa. RANISEN inhibe la secreción ácida tanto basal como estimulada por pentagastrina, histamina y alimentos. Los alimentos no interfieren con su absorción. La biodisponibilidad es del 50% y su volumen de distribución es de 1.2 a 1.8 l/kg. De la dosis administrada es excretada por orina aproximadamente del 60-70% y un 26% por heces. Después de dosis repetidas la vida media de eliminación es de 2.1 a 3.1 horas.

CONTRAINDICACIONES: Hipersensibilidad a la sal.

PRECAUCIONES GENERALES: En caso de los pacientes con daño renal severo, la vida media de eliminación se ve incrementada por lo que se debe manejar con precaución. La respuesta sintomática a la terapia de RANISEN no excluye la presencia de cáncer gástrico.

REACCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS: No existen datos con la administración de solución pediátrica, sin embargo, a dosis altas en pacientes adultos se ha reportado, leucopenia, trombocitopenia, pancitopenia, agranulocitosis, bradicardia, bloqueo AV, artralgia, mialgia, pancreatitis aguda, hepatitis con y sin ictericia, cefalea, vértigo, mareo, depresión, confusión mental y alucinaciones.

INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS Y DE OTRO GÉNERO: RANISEN no interactúa con el sistema oxidativo hepático citocromo P-450, por lo que no interfiere con los fármacos que son metabolizados a través de esta vía. Dosis altas de sucralfato coadministrado con ranitidina puede reducir la absorción de ésta, por lo que se sugiere administrar ambas con un intervalo de 2 horas.

DOSIS Y VÍA DE ADMINISTRACIÓN: En pacientes con reflujo gastroesofágico y como tratamiento y profilaxis en las lesiones gastroduodenales inducidas por medicamentos la dosis recomendada es de 3 mg/kg de peso cada 8 ó 12 horas de

acuerdo a la severidad el cuadro durante 4 a 8 semanas y un máximo de 12 semanas, en la prevención del síndrome de Mendelson se recomienda 3 mg/kg de peso la noche anterior a la cirugía y 2 horas antes de la inducción anestésica.

MANIFESTACIONES Y MANEJO DE LA SOBREDOSIFICACIÓN O INGESTA ACCIDENTAL: Hasta el momento no hay información acerca de sobredosificación deliberada. Si esto llegase a suceder sólo debe darse tratamiento sintomático y de Reg. Núm. 205M2002, S. S. A.

AZANTAC®

Tabletas, tabletas efervescentes,
jarabe, solución inyectable

(Clorhidrato de ranitidina)

FORMA FARMACÉUTICA Y FORMULACIÓN:

Cada TABLETA contiene:

Clorhidrato de ranitidina
equivalente a ...150 y 300 mg
de ranitidina

Excipiente, c.b.p. 1 tableta.

Cada TABLETA EFERVESCENTE contiene:

Clorhidrato de ranitidina
equivalente a ...150 y 300 mg
de ranitidina

Excipiente, c.b.p. 1 tableta.

Cada 100 ml de JARABE contienen:

Clorhidrato de ranitidina equivalente a 1.5 g
de ranitidina

Vehículo, c.b.p. 100 ml.

Cada ampolleta de SOLUCIÓN INYECTABLE contiene:

Clorhidrato de ranitidina equivalente a 50 mg
de ranitidina

Vehículo, c.b.p. 2 ml.

INDICACIONES TERAPÉUTICAS:

- a) Úlceras duodenal y gástrica benigna, incluyendo las asociadas al uso de antiinflamatorios no esteroideos (AINEs).
- b) Prevención de úlceras duodenales asociadas con AINEs (incluyendo ácido acetilsalicílico), especialmente en pacientes con historia de enfermedad péptica ulcerosa.
- c) Úlcera duodenal asociada con infección por *Helicobacter pylori*.
- d) Úlceras postoperatorias.
- e) Esofagitis por reflujo.
- f) Como tratamiento sintomático en la enfermedad por reflujo gastroesofágico.
- g) Síndrome de Zollinger-Ellison.
- h) Dispepsia episódica crónica, con dolor retroesternal o epigástrico, relacionado con los alimentos o molestias al dormir, pero no asociadas con alguna de las condiciones antes mencionadas.
- i) Profilaxis de úlceras de estrés en pacientes graves.
- j) Profilaxis de hemorragia recurrente por úlcera péptica.
- k) Profilaxis del síndrome de Mendelson.

Las formulaciones deben emplearse de acuerdo con las indicaciones y condiciones clínicas de los pacientes, por ejemplo, el uso de AZANTAC® Inyectable no se justificaría en los incisos b, c y h.

FARMACOCINÉTICA Y FARMACODINAMIA:

Farmacocinética de la ranitidina: La biodisponibilidad de la ranitidina es consistentemente alrededor del 50%. Las concentraciones máximas en el plasma, normalmente en el rango de 300-550 ng/ml, se presentan de 2 a 3 horas después de la administración oral de una dosis de 150 mg. Las concentraciones de ranitidina en plasma son proporcionales a la dosis de 300 mg. La ranitidina no es extensamente metabolizada. La eliminación del fármaco es principalmente por secreción tubular. La vida media de eliminación es de 2 a 3 horas.

Farmacocinética de AZANTAC® Solución inyectable: La absorción de la ranitidina después de la inyección intramuscular es rápida y las concentraciones plasmáticas máximas son usualmente alcanzadas dentro de los 15 minutos de

administración. La ranitidina no es extensamente metabolizada. La eliminación del fármaco es principalmente por secreción tubular. La vida media de eliminación es de 2-3 horas.

En estudios de equilibrio con 150 mg de ranitidina ³H, el 93% de una dosis intravenosa fue excretada en orina y 5% en las heces; del 60-70% de una dosis oral fue excretada en la orina y el 26% en las heces.

Análisis de orina excretada en las primeras 24 horas después de la dosificación muestran que el 70% de la dosis intravenosa y un 35% de la dosis oral fue eliminada sin cambios. El metabolismo de la dosificación intravenosa; alrededor de un 6% de la dosis excretada en orina como de N-óxido, el 2% como S-óxido, el 2% como desmetil-ranitidina y el 1-2% como análogo del ácido furoico.

Farmacodinamia:

Farmacodinamia de la ranitidina: AZANTAC® es un antagonista de los receptores H₂ de la histamina. Inhibe la secreción basal y estimulada de ácido gástrico, reduciendo el volumen y el contenido de ácido y pepsina.

AZANTAC® tiene relativamente una larga duración de acción, de tal forma que una sola dosis de 150 mg por vía oral es capaz de suprimir la secreción ácida gástrica por 12 horas. La evidencia clínica muestra que la ranitidina combinada con amoxicilina y metronidazol erradican el *Helicobacter pylori* aproximadamente en el 90% de los pacientes. Esta terapia combinada ha mostrado reducir significativamente la recurrencia de la úlcera duodenal.

El *Helicobacter pylori* infecta al 95% de los pacientes con úlcera duodenal y al 80% de los pacientes con úlcera gástrica.

CONTRAINDICACIONES: Hipersensibilidad conocida a los componentes de la fórmula y úlcera gástrica maligna.

PRECAUCIONES GENERALES: La posibilidad de malignidad debe ser excluida antes del inicio del tratamiento en los pacientes con úlcera gástrica (especialmente en enfermos con dispepsia; adultos jóvenes y mayores), así como en aquellos cuyos síntomas dispépticos han cambiado recientemente, ya que el tratamiento con ranitidina puede enmascarar los síntomas de cáncer gástrico.

La ranitidina es excretada vía renal, por lo que los niveles plasmáticos se incrementan en pacientes con insuficiencia renal severa. La dosis debe ajustarse a lo indicado en el inciso de insuficiencia renal en dosis.

Se ha reportado bradicardia asociada a la administración rápida de AZANTAC® Inyectable, usualmente en pacientes con factores predisponentes a alteraciones del ritmo cardiaco. Las velocidades de administración recomendadas no deben ser

excedidas.

Se sugiere vigilancia continua en pacientes que reciben AINEs conjuntamente con ranitidina, especialmente en ancianos con historia de úlcera péptica. Hay escasos reportes en la precipitación de ataques agudos de porfiria por el uso de ranitidina, por lo que esta droga debe evitarse en pacientes con estos antecedentes.

Las tabletas de AZANTAC® efervescente no deben emplearse en pacientes fenilcetonúricos ya que contienen aspartame.

REACCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS: Se han reportado los siguientes eventos adversos en estudios clínicos y en tratamientos rutinarios con ranitidina, aunque su relación con ésta no se ha establecido en muchos casos. Cambios reversibles y transitorios en las pruebas de función hepática.

Ocasionalmente se han reportado hepatitis (hepatocelular, hepatocanalicular – también denominada– colestásica o mixta) con o sin ictericia, habitualmente reversibles. También se ha reportado raramente pancreatitis aguda. Estas reacciones usualmente son reversibles. Se han reportado raros casos de agranulocitosis o pancitopenia, y algunas veces incluso hipoplasia y/o aplasia medular.

Las reacciones de hipersensibilidad (urticaria, edema angioneurótico, fiebre, broncospasmo, hipotensión, choque anafiláctico y dolor en el pecho) han sido muy raramente observadas, posterior a la administración oral y parenteral de ranitidina. Las citadas reacciones han ocurrido ocasionalmente después de una sola dosis.

Como otros antagonistas de los receptores H₂, hay raros reportes de bradicardia y bloqueo AV.

En una pequeña proporción de pacientes se han reportado cefalea, algunas veces severas. También se ha reportado raramente confusión mental, depresión y alucinaciones reversibles, especialmente en pacientes graves y seniles. Además se han reportado muy raramente movimientos involuntarios reversibles.

Hay escasos reportes de visión borrosa reversible, sugestivos de cambios en la acomodación. Asimismo, se han reportado eritema cutáneo, incluyendo casos severos de eritema multiforme. Hay raros reportes de vasculitis y alopecia. También se ha reportado impotencia reversible.

Síntomas musculoesqueléticos como artralgia y mialgias han sido raramente reportados.

No se ha reportado interferencia significativa con las funciones endocrinológica ni gonadal. Hay algunos reportes de síntomas mamarios en hombres que reciben ranitidina.

INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS Y DE OTRO GÉNERO: A los niveles sanguíneos producidos por las dosis habituales de ranitidina no se inhibe al citocromo hepático P-450, asociado a la función mixta del sistema oxigenasa. La ranitidina en las dosis usuales no potencia la acción de drogas que son inactivadas por esta enzima; estas incluyen diazepam, lidocaína, difenilhidantoína, propranolol, teofilina y warfarina. No hay evidencia de interacciones entre la ranitidina con la amoxicilina y el metronidazol. Dosis altas de sucralfato (2 g) coadministrado con ranitidina, pueden reducir la absorción de ésta. Este efecto no ocurre si se administra después de un intervalo de 2 horas.

ALTERACIONES EN LOS RESULTADOS DE PRUEBAS DE LABORATORIO: El uso de dosis mayores de antagonistas de los receptores H₂, que las recomendadas se han asociado a elevaciones de las enzimas hepáticas cuando el tratamiento ha excedido los 5 días. Hay reportes de cambios en la biometría hemática (leucopenia y trombocitopenia) en algunos pacientes, usualmente reversibles.

PRECAUCIONES EN RELACIÓN CON EFECTOS DE CARCINOGENESIS, MUTAGÉNESIS, TERATOGÉNESIS Y SOBRE LA FERTILIDAD: AZANTAC® ha demostrado no tener efectos carcinogénicos, mutagénicos, teratogénicos ni sobre la capacidad reproductiva tanto en animales de laboratorio como en seres humanos.

DOSIS Y VÍA DE ADMINISTRACIÓN:

Formulaciones orales:

Adultos:

Úlceras duodenales y gástricas benignas:

Tratamiento en casos agudos: La dosis habitual para estas indicaciones es de 150 mg de ranitidina dos veces al día o 300 mg por la noche. En la mayoría de los casos de úlcera duodenal o de úlcera gástrica benigna el proceso de curación ocurre dentro de cuatro semanas, sin embargo, hay casos en los que este proceso se prolonga más de cuatro semanas.

En la úlcera duodenal, 300 mg dos veces al día por 4 semanas resulta en proporciones de curación más altas que en aquellos pacientes tratados con 150 mg dos veces al día o 300 mg por la noche, en el mismo periodo. El incremento en la dosis no se asocia con mayor incidencia de efectos indeseables.

Tratamiento de mantenimiento: Para el tratamiento a largo plazo de las úlceras duodenal y gástrica benigna, la dosis usual es de 150 mg por la noche. El tabaquismo está asociado a una mayor tasa de recurrencia de las úlceras duodenales, lo que se debe informar al paciente para que deje de fumar. Los

pacientes que no cumplan lo anterior deben recibir una dosis de 300 mg por la noche como terapia de mantenimiento, esta dosis proporciona un beneficio terapéutico adicional al régimen de 150 mg.

Úlcera péptica asociada con AINEs:

Tratamiento de la fase aguda: El tratamiento de las úlceras secundarias y/o asociadas a los AINEs, suele requerir de 150 mg dos veces al día o 300 mg por la noche, por 8 a 12 semanas.

Profilaxis: Para la prevención de úlceras duodenales asociadas al uso de AINEs, puede recomendarse 150 mg dos veces al día, concomitantemente con los AINEs.

Úlcera duodenal asociada con infección por *Helicobacter pylori*: AZANTAC® 300 mg por la noche o 150 mg dos veces al día con 750 mg de amoxicilina oral tres veces al día y metronidazol 500 mg cada 8 horas por dos semanas. El tratamiento subsecuente con AZANTAC® debe continuarse por las siguientes dos semanas. Esta dosis reduce significativamente la recurrencia de la úlcera duodenal.

Úlceras postoperatorias: La dosis regular para estas úlceras es de 150 mg dos veces al día. La mayoría de los casos cicatrizan a las 4 semanas, pero hay algunos que tardan más de este lapso.

Reflujo gastroesofágico:

Tratamiento del reflujo agudo: En las esofagitis por reflujo se recomienda una dosis de 150 mg dos veces al día o de 300 mg de AZANTAC® por la noche, se administra por un periodo de 8 semanas, o si se necesita hasta por 12 semanas. En pacientes con esofagitis de moderada a severa, la dosis de ranitidina puede elevarse a 150 mg cuatro veces al día, hasta por 12 semanas.

Tratamiento de mantenimiento de la esofagitis por reflujo: Para el tratamiento a largo plazo de la esofagitis por reflujo, los adultos deben recibir la dosis de 150 mg dos veces al día.

Alivio de síntomas en el reflujo gastroesofágico: Para el alivio de los síntomas por reflujo esofágico, el régimen recomendado es de 150 mg dos veces al día por dos semanas. Este régimen debe continuarse hasta por dos semanas en aquellos pacientes en quienes la respuesta es inadecuada.

Síndrome de Zollinger-Ellison: La dosis inicial en estos casos de 150 mg tres veces al día, puede elevarse si es necesario.

Dosis de hasta 6 g al día han sido bien toleradas.

Dispepsia episódica crónica: La dosis regular para esta indicación es de 150 mg dos veces al día. Los pacientes que no respondan a esta dosis o muestren recidivas a corto plazo, deben ser investigados para descartar otras patologías.

Profilaxis de hemorragias por úlceras de estrés en pacientes graves o profilaxis de hemorragias recurrentes en pacientes con sangrados por úlceras pépticas: En pacientes gravemente enfermos la dosis recomendada es de 150 mg dos veces al día, la formulación inyectable puede ser sustituida por la formulación oral, cuando esta vía sea útil.

Profilaxis del síndrome de Mendelson: Para evitar broncoaspiración ácida, se deben administrar 150 mg 2 horas antes de la aplicación de la anestesia y preferentemente 150 mg en la tarde previa a la cirugía.

Alternativamente puede emplearse la formulación inyectable. En las pacientes obstétricas en labor, la dosis recomendada es de 150 mg cada 6 horas, pero si se utiliza anestesia general, no se recomienda la adición de ningún antiácido.

Dosis en pediatría: La dosis oral recomendada para el tratamiento de la úlcera péptica en niños es de 2 a 4 mg/kg, dos veces al día, hasta un máximo de 300 mg de ranitidina al día.

Insuficiencia renal: Acumulación de ranitidina con resultados de concentración de plasma elevados se presentará en pacientes con insuficiencia renal severa (-reducción de la depuración de creatinina a menos de 50 ml/min). Se recomienda que la dosis diaria de ranitidina en tales pacientes sea de 150 mg.

En pacientes con diálisis continua ambulatoria o hemodiálisis crónica, la ranitidina (150 mg) debe ser administrada inmediatamente después de la diálisis.

Formulación inyectable:

Adultos: AZANTAC® Solución inyectable puede ser administrado como:

- Una lenta (alrededor de 2 minutos) infusión intravenosa de 50 mg, diluida a un volumen de 20 ml, cada 6 a 8 horas.
- Una infusión intravenosa intermitente de 25 mg/hora durante 2 horas, repetida en intervalos de 6 a 8 horas.
- Una inyección intramuscular de 50 mg cada 6 a 8 horas.

En la profilaxis de la hemorragia del tubo digestivo alto por estrés en pacientes gravemente enfermos: Es recomendable una dosis principal de 50 mg vía intravenosa lenta, seguida de una infusión continua de 0.125-0.250 mg/kg/h.

En la profilaxis de hemorragia por úlcera de estrés en pacientes gravemente enfermos o profilaxis de hemorragia recurrente en pacientes con hemorragia por úlcera péptica: Parenteral donde la administración puede ser continuada hasta que la alimentación oral comience. Los pacientes considerados todavía en riesgo pueden ser tratados después con AZANTAC® Tabletas, 150 mg dos veces al día.

Para la profilaxis del síndrome de Mendelson: 50 mg por infusión intramuscular o inyección intravenosa lenta de 45 a 60 minutos antes de la inducción a la anestesia general.

Niños: El uso de la formulación inyectable en niños no ha sido evaluado.

Insuficiencia renal: Puede presentarse acúmulo de ranitidina en pacientes con daño renal severo (reducción de la depuración de creatinina a menos de 50 ml/min). A estos pacientes se les recomienda la dosis de 25 mg de AZANTAC® Inyectable.

MANIFESTACIONES Y MANEJO DE LA SOBREDOSIFICACIÓN O INGESTA ACCIDENTAL: La ranitidina es muy específica en su acción y no se deben esperar problemas después de la sobredosis con AZANTAC®. Se debe proporcionar el tratamiento sintomático y de sostén cuando se requiera. AZANTAC® puede ser eliminado por diálisis peritoneal y hemodiálisis.

PRESENTACIONES:

AZANTAC® Caja con 10 y 30 **tabletas** de 300 mg.

AZANTAC® Caja con 20 y 60 **tabletas** de 150 mg.

AZANTAC® **Inyectable**. Caja con 5 ampolletas 2 ml, 50 mg c/u.

AZANTAC® **Jarabe**. Frasco con 200 ml con 150 mg/10 ml.

AZANTAC® Efervescente. Tubo con 10 **tabletas efervescentes** de 300 mg.

AZANTAC® Efervescente. Tubo con 15 **tabletas efervescentes** de 150 mg.

RECOMENDACIONES SOBRE ALMACENAMIENTO: Consérvese a temperatura ambiente (15°C-30°C). Protéjase de la luz. Las ampolletas de AZANTAC® no deben esterilizarse en autoclave.

LEYENDAS DE PROTECCIÓN:

Literatura exclusiva para médicos. Su venta requiere receta médica. No se deje al alcance de los niños.

Para mayor información, consulte al Centro de Información Médica, a los teléfonos 01-800 70-518-00/01-800 70-648-00 desde el interior, o al 5728-5281/5728-5257 en el D. F.

Tabletas efervescentes.

Hecho en Francia por:

Laboratories Glaxo

Tabletas, solución inyectable y jarabe

Hecho en México y distribuido por:

GLAXOSMITHKLINE MÉXICO, S. A. de C. V.

Regs. Núms. 12M83, 72M83, 213M88 y 280M91, S. S. A.

MAGNESIO, HIDRÓXIDO DE-

COMBINADOS

DITOPAX . *ANTIÁCIDO Y ANTIFLATULENTO*. Aluminio, hidróxido de, simeticona, Tabletas masticables, **SCHERING-PLOUGH**.

DITOPAX . *ANTIÁCIDO Y ANTIFLATULENTO*. simeticona, Suspensión, **SCHERING-PLOUGH**.

DITOPAX-F . *ANTIÁCIDO Y ANTIFLATULENTO*. Aluminio, hidróxido de, calcio, carbonato de, simeticona, Tabletas masticables, **SCHERING-PLOUGH**.

DITOPAX-F. *ANTIÁCIDO Y ANTIFLATULENTO*. Aluminio, hidróxido de, calcio, carbonato de, simeticona, Suspensión, **SCHERING-PLOUGH**.

ESPRADEN . *PROCINÉTICO GÁSTRICO, DEMULCENTE, ANTIFLATULENTO Y ANTIÁCIDO*. aluminio, hidróxido de, dimeticona, metoclopramida, Tabletas, **DEGORT'S**.

ESPRADEN . *PROCINÉTICO GÁSTRICO, DEMULCENTE, ANTIFLATULENTO Y ANTIÁCIDO*. aluminio, hidróxido de, dimeticona, metoclopramida, Suspensión, **DEGORT'S**.

GELAN PLUS. *ANTIÁCIDO, ANTIFLATULENTO, CON BAJO CONTENIDO DE SODIO*. aluminio, hidróxido de, dimeticona, Suspensión, **CHINOIN**.

NOAX 3. *ANTIÁCIDO-ANTIFLATULENTO DE ALTA CONCENTRACIÓN*. aluminio, gel de hidróxido de, simeticona, Gel, **A.F.**

PRAMIGEL. *PROCINÉTICO GÁSTRICO, ANTIEMÉTICO, DEMULCENTE, ANTIFLATULENTO*. aluminio, gel de hidróxido de, dimeticona, metoclopramida, Comprimidos, Suspensión, **CARNOT**.

Pramigel*

Comprimidos y suspensión

Procinético gástrico, antiemético,
demulcente, antiflatulento,
antiácido neutralizante

(Metoclopramida, hidróxido de
aluminio y magnesio y dimeticona)

FORMA FARMACÉUTICA Y FORMULACIÓN:

Cada	Cada 10 ml de COMPRIMIDO contiene:	SUSPENSIÓN contienen:
Monoclorhidrato de metoclopramida	10 mg	6.6 mg
Gel de hidróxido de aluminio desecado	200 mg	370 mg
Hidróxido de magnesio	200 mg	400 mg
Dimeticona	50 mg	50 mg

INDICACIONES TERAPÉUTICAS:

PRAMIGEL* **procinético gástrico, demulcente, antiflatulento y antiácido neutralizante indicado en:** Gastritis, úlcera gastroduodenal, hernia hiatal, esofagitis, dispepsias, aerofagia, meteorismo, aerocolia, excesos de alimentación acompañados de hiperacidez gástrica y en hiperclorhidria y otros trastornos que responden favorablemente a la administración de un procinético gástrico asociado a un antiácido combinado.

También está indicado en el tratamiento de dispepsias inespecíficas en niños y adultos.

Es útil igualmente en el tratamiento de migraña y cefaleas.

FARMACOCINÉTICA Y FARMACODINAMIA: La metoclopramida es un antagonista de la dopamina, que tiene propiedades procinéticas gástricas y antieméticas.

Las propiedades procinéticas gástricas se deben tanto al antagonismo de los receptores gástricos a la dopamina, como al aumento de liberación de acetilcolina.

Ejerce sus efectos antieméticos en la zona de disparo de los quimiorreceptores en el piso del IV ventrículo y en el centro cerebral del vómito.

Es fácilmente absorbida por la vía digestiva, alcanzando la máxima concentración hemática a los 45-90 minutos si se la administra por vía oral.

De la dosis administrada, un 98% se elimina por vía renal y una cantidad mínima pasa a bilis, pero se reabsorbe en intestino.

La mayor parte de la eliminación se produce durante las primeras 6 horas.

Los antiácidos hidróxido de aluminio e hidróxido de magnesio de acción rápida contenidos en PRAMIGEL* Comprimidos y Suspensión elevan el pH del contenido gástrico, reduciendo la concentración ácida del jugo gástrico. Además, al disminuir suficientemente el ácido, estos antiácidos tienen la propiedad de inactivar irreversiblemente la acción proteolítica de la pepsina.

La fórmula equilibrada de los antiácidos da como resultado un producto libre virtualmente de efectos constipantes o laxantes, y demostrando las características terapéuticas de los fármacos individuales.

La dimeticona, un agente antiespumante, no sistémico (fisiológicamente inerte y no absorbible).

Actúa alterando la elasticidad de las interfases de las burbujas adheridas a las mucosas en el aparato gastrointestinal.

El cambio en tensión superficial de las burbujas pequeñas permite que se rompan y luego se unan.

Esta forma gaseosa es eliminada más fácilmente del tracto gastrointestinal en forma de flatos.

CONTRAINDICACIONES: Hipersensibilidad a cualquiera de los componentes de la fórmula, hemorragia gastrointestinal, oclusión intestinal, pancreatitis o apendicitis aguda y otras condiciones en las que el aumento de la motilidad gastrointestinal sea peligrosa.

RESTRICCIONES DE USO DURANTE EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA: Embarazo y lactancia a menos que, a juicio del médico, los beneficios potenciales para la paciente superen los riesgos potenciales para el recién nacido.

REACCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS: En pacientes sensibles los primeros días de tratamiento y/o a dosis elevadas: somnolencia y laxitud.

Infrecuentemente o a dosis elevadas puede presentarse: Insomnio, mareos, síntomas extrapiramidales leves, ginecomastia y urticaria, que desaparecen al ajustar la dosis o al suspender su administración.

INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS Y DE OTRO GÉNERO: Potencialización con psicotrópicos, antihistamínicos, barbitúricos y alcohol.

ALTERACIONES EN LOS RESULTADOS DE PRUEBAS DE LABORATORIO: La metoclopramida puede aumentar las concentraciones de aldosterona y prolactina sérica e interferir con los resultados de las pruebas de gonadorelina y de función hepática.

PRECAUCIONES EN RELACIÓN CON EFECTOS DE CARCINOGENESIS, MUTAGÉNESIS, TERATOGÉNESIS Y SOBRE LA FERTILIDAD: En roedores se ha observado un aumento de neoplasias mamarias tras la administración crónica de metoclopramida y de otros neurolépticos estimulantes de la prolactina; sin embargo, la evidencia disponible es muy limitada para ser concluyente.

Estudios de reproducción, en ratones, ratas y conejos con niveles de 12 hasta 25 veces las dosis humanas no han demostrado deterioro de la fertilidad o daño sobre el feto debido a metoclopramida; sin embargo, no hay estudios bien controlados en mujeres embarazadas, por lo que debe ser utilizado durante el embarazo sólo si es necesario y bajo responsabilidad médica.

DOSIS Y VÍA DE ADMINISTRACIÓN: Oral.

PRAMIGEL* Suspensión: En niños se recomienda no exceder de 0.5 mg/kg por día de metoclopramida.

Lactantes y niños hasta los 3 años: ¼ de cucharadita a ½ cucharadita (1 mg a 2.5 mg) 3 veces al día.

De 3 a 6 años: ½ a 1 cucharadita (2.5 a 5 mg) 3 veces al día.

De 6 a 12 años: 1 a 2 cucharaditas (5 a 10 mg) 3 veces al día.

Mayores de 12 años y adultos: 2 a 3 cucharaditas (10 a 15 mg) 3 veces al día.

Después de los alimentos principales.

PRAMIGEL* Comprimidos:

De 6 a 12 años: ½ comprimido (5 mg) 3 veces al día.

Mayores de 12 años y adultos: ½ a 1 comprimido (5 a 10 mg) 3 veces al día. Después de los alimentos principales.

MANIFESTACIONES Y MANEJO DE LA SOBREDOSIFICACIÓN O INGESTA ACCIDENTAL: Somnolencia, desorientación y reacciones extrapiramidales, que son autolimitadas y desaparecen al suspender la medicación o ajustar la dosis o con la aplicación de 50 mg de difenhidramina.

PRESENTACIONES:

Frasco con 20 **comprimidos**.

Frasco con 180 ml de **suspensión**.

RECOMENDACIONES SOBRE ALMACENAMIENTO: Consérvese en lugar fresco y seco.

LEYENDAS DE PROTECCIÓN:

Literatura exclusiva para médicos. Su venta requiere receta médica. No se deje al alcance de los niños.

LABORATORIOS CARNOT®

Productos Científicos®, S. A. de C. V.

Regs. Núms. 87632 y 88438, S. S. A.

IEAR-24195/96

DITOPAX®

Tabletas masticables

(Simeticona, aluminio y magnesio)

FORMA FARMACÉUTICA Y FORMULACIÓN:

Cada TABLETA contiene:

Simeticona..... 25 mg

Hidróxido de aluminio carbonato
de magnesio gel co-precipitado 282 mg

Hidróxido de magnesio 85 mg

Excipiente, c.b.p. 1 tableta.

Cada tableta contiene una concentración máxima de sodio que varía de 10 a 12 mg.

INDICACIONES TERAPÉUTICAS: DITOPAX® Tabletas se recomienda para usar en trastornos gastrointestinales que responden favorablemente a la administración de un antiácido y/o agente antiflatulento. Estos trastornos incluyen afecciones gastrointestinales funcionales causadas por aerofagia, meteorismo, excesos en la alimentación o intolerancia a alimentos y medicamentos.

DITOPAX® Tabletas también puede ser útil en el tratamiento de la dispepsia asociada con el embarazo.

Los trastornos gastrointestinales funcionales que pueden acompañar a enfermedad gastrointestinal orgánica, como esofagitis, hernia hiatal, gastritis aguda y crónica, úlcera gástrica y péptica, y colecistitis crónica, pueden aliviarse con la administración de DITOPAX® Tabletas.

En el caso de estos trastornos gastrointestinales orgánicos, estos productos pueden usarse concomitantemente con otros medicamentos prescritos específicamente.

DITOPAX® ha demostrado también ser útil para reducir las molestias gastrointestinales causadas por gas atrapado, y para disminuir la incidencia de íleo paralítico durante el periodo postoperatorio de la cirugía abdominal y pélvica.

FARMACOCINÉTICA Y FARMACODINAMIA: DITOPAX® Tabletas tiene una combinación de antiácidos (hidróxido de aluminio, carbonato de magnesio e hidróxido de magnesio) con un agente antiespumante (simeticona), es un enfoque doble para el tratamiento de los síntomas gastrointestinales. Los antiácidos de acción rápida contenidos en DITOPAX® Tabletas elevan el pH del contenido gástrico. Además, al disminuir lo suficiente el ácido, estos antiácidos tienen la propiedad de inactivar irreversiblemente la acción proteolítica de la pepsina.

La fórmula equilibrada de los antiácidos da como resultado un producto libre virtualmente de efectos constipantes o laxantes, demostrando, a la vez, las características saludables de los componentes individuales.

La simeticona es un agente antiespumante, no sistémico, fisiológicamente inerte, que funciona alterando la elasticidad de las interfases de las burbujas adheridas a las mucosas en el aparato gastrointestinal. El cambio en tensión superficial de las burbujas pequeñas permite que se rompan y luego se unan. Esta forma gaseosa es eliminada más fácilmente del tracto gastrointestinal.

CONTRAINDICACIONES: Hipersensibilidad a los componentes de la fórmula, litiasis renal, aclorhidria.

PRECAUCIONES GENERALES: El hidróxido de aluminio puede causar hiperalbuminemia en pacientes con insuficiencia renal crónica. En pacientes con ingestión dietética inadecuada de fósforo, el hidróxido de aluminio puede causar deficiencia de fósforo.

RESTRICCIONES DE USO DURANTE EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA: No se han reportado a la fecha.

REACCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS: El uso prolongado de antiácidos puede causar constipación o diarrea. En presencia de insuficiencia renal grave, el hidróxido de magnesio y otras sales de magnesio pueden causar hipermagnesemia caracterizada por hipotensión, náuseas, vómito, depresión respiratoria, cambios cardiovasculares, depresión mental y coma.

INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS Y DE OTRO GÉNERO: Los productos DITOPAX® no deben administrarse durante un curso terapéutico en que se administren antibióticos que contengan cualquier forma de tetraciclina.

ALTERACIONES EN LOS RESULTADOS DE PRUEBAS DE LABORATORIO: No se han reportado.

PRECAUCIONES EN RELACIÓN CON EFECTOS DE CARCINOGENESIS, MUTAGÉNESIS, TERATOGENESIS Y SOBRE LA FERTILIDAD: No se han reportado.

DOSIS Y VÍA DE ADMINISTRACIÓN: Oral.

Dos tabletas, bien masticadas después o entre las comidas y al acostarse. Debido a que los pacientes con úlcera péptica, varían mucho en cuanto a producción de ácido, tiempo de vaciamiento gástrico y hábitos dietéticos, la dosis y programa posológico pueden variar.

MANIFESTACIONES Y MANEJO DE LA SOBREDOSIFICACIÓN O INGESTA ACCIDENTAL: No se han reportado.

PRESENTACIÓN: Caja con 50 **tabletas** masticables. Sabor naranja-limón.

RECOMENDACIONES SOBRE ALMACENAMIENTO: Consérvese a temperatura ambiente a no más de 25°C.

LEYENDAS DE PROTECCIÓN:

Literatura exclusiva para médicos.
No se deje al alcance de los niños

Si requiere mayor información, solicítela a la Dirección Médica al 5728-4422.

SCHERING-PLOUGH

Reg. Núm. 82812, S. S. A. VI

IEAR-307649/6RM2000

TUMS

Tabletas masticables

(Carbonato de calcio)

FORMA FARMACÉUTICA Y FORMULACIÓN:

Cada TABLETA contiene:

Carbonato de calcio . 500 mg

Excipiente, c.b.p. 1 tableta.

INDICACIONES TERAPÉUTICAS: Como fuente complementaria de calcio, TUMS está indicado en estados que incrementan la demanda metabólica de calcio, como el crecimiento, el embarazo y la lactancia y para el tratamiento o prevención de deficiencia de calcio.

Las condiciones que pueden estar asociadas con deficiencia de calcio incluyen osteoporosis, osteoporosis perimenopáusica, menopausia, hipoparatiroidismo, deficiencia de vitamina D, raquitismo, osteomalacia y tetania. Cada tableta de 500 mg proporciona 200 mg de calcio elemental y no más de 2 mg de sodio.

TUMS también está indicado como antiácido eficaz en el tratamiento de la acidez estomacal, y síntomas asociados como agruras e indigestión.

Sus características de bajo contenido de sodio hace que TUMS pueden ser utilizado por aquellas personas sometidas a dietas bajas en sal.

FARMACOCINÉTICA Y FARMACODINAMIA: El calcio es esencial para mantener la funcionalidad integral de los sistemas nervioso, muscular y esquelético y de la membrana celular y la permeabilidad capilar.

Es un importante activador en muchas reacciones enzimáticas y es esencial en

varios procesos fisiológicos como la transmisión de los impulsos nerviosos, la contracción de los músculos cardíaco, liso y esquelético, función renal, respiración y coagulación sanguínea. También interviene en la regulación de la liberación y almacenamiento de neurotransmisores y hormonas, la captación y unión de aminoácidos, absorción de vitamina B12 y la secreción de gastrina.

El calcio es absorbido del tracto gastrointestinal por transporte activo y difusión pasiva. El grado de absorción depende de un gran número de factores. Para que ocurra la absorción el calcio debe estar en una forma ionizada soluble. La vitamina D es requerida para la absorción del calcio e incrementa la capacidad de los mecanismos de absorción.

La biodisponibilidad del calcio ingerido oralmente de los suplementos, depende del pH intestinal, la presencia o ausencia de alimento y la dosis. Se absorbe en el intestino delgado del 25 al 35% del calcio administrado oralmente: la absorción del calcio disminuye en la ausencia de alimento.

La absorción del calcio varía con la edad, siendo la más alta durante la infancia (aproximadamente 60%); declinando hacia la prepubertad 28% y elevándose otra vez durante la pubertad al 34%, la absorción permanece en adultos alrededor del 25%. Con la edad declina anualmente en un rango de 0.21% tanto en el hombre como en la mujer. La absorción de calcio aumenta cuando existe deficiencia de calcio.

El carbonato de calcio es un antiácido gástrico de acción local que proporciona una rápida, potente y prolongada neutralización del ácido estomacal al reaccionar con el ácido clorhídrico y producir cloruro de calcio, el cual posteriormente se reconvierte a sales de calcio insolubles en el tracto intestinal.

Por ser un compuesto insoluble, únicamente se solubiliza a medida que reacciona, lo que explica por qué sus efectos que inicialmente son rápidos, se prolonguen.

El exceso de carbonato de calcio no se disuelve, evitando así una alcalosis por elevación del pH.

Debido a la reconversión de la sal insoluble, la pequeña porción que se absorbe es excretada por riñón.

Distribución: Una vez absorbido el calcio primero entra en el fluido extracelular y es después incorporado rápidamente al tejido esquelético. Los huesos contienen el 99% del calcio del cuerpo y el restante 1% está distribuido igualmente entre los fluidos intra y extracelulares. La concentración total de calcio en el suero es de 4.5-5.2 mEq/l, pero solamente el calcio ionizado es fisiológicamente activo. Aproximadamente el 45% del suero del calcio está unido a las proteínas del plasma.

Eliminación: El calcio es excretado principalmente en las heces, como calcio no absorbido (aproximadamente 85%). Solamente pequeñas cantidades de calcio son excretadas en la orina (aproximadamente 15%).

CONTRAINDICACIONES: Hipersensibilidad a alguno de los componentes de la fórmula. Hipercalcemia, hipercalciuria grave, insuficiencia renal grave.

PRECAUCIONES GENERALES: En caso de dolor abdominal o si persisten las molestias, consulte a su médico. Debe administrarse con precaución en pacientes con enfermedad renal o cardíaca. Como antiácido no debe tomarse la dosis máxima de este medicamento por más de dos semanas, si no es bajo vigilancia médica.

Para TUMS sabores surtidos: Este producto contiene los colorantes azul Núm. 1 y amarillo Núm. 5 que pueden provocar reacciones alérgicas.

RESTRICCIONES DE USO DURANTE EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA: No se han reportado inconvenientes a la fecha con el uso de este producto durante el embarazo y la lactancia.

REACCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS: La dosis excesiva de calcio raramente puede producir elevación de calcio en la sangre: hipercalcemia. La hipercalcemia puede ser asintomática o manifestarse como constipación, anorexia, náusea, vómito, debilidad, sequedad de boca, confusión mental, siendo evidente según el grado en que se incrementa.

El uso prolongado de este producto puede asociarse con trastornos metabólicos serios (alcalosis metabólica-síndrome leche- álcali). Adicionalmente no se ha reportado ninguna reacción secundaria o adversa a este medicamento.

INTERACCIONES MEDICAMENTOSAS Y DE OTRO GÉNERO: Las sales de calcio no deben administrarse concomitantemente con tetraciclinas porque forman quelatos ocasionando una disminución en la absorción de éstas y reducción de su acción antibiótica.

Tampoco deben administrarse a pacientes bajo tratamiento con dosis altas de vitamina D o con glucósidos cardíacos.

ALTERACIONES EN LOS RESULTADOS DE PRUEBAS DE LABORATORIO: Este medicamento no presenta alteraciones a las pruebas de laboratorio.

PRECAUCIONES EN RELACIÓN CON EFECTOS DE CARCINOGENESIS, MUTAGENESIS, TERATOGENESIS Y SOBRE LA FERTILIDAD: No se han reportado efectos nocivos de carcinogénesis, mutagénesis o sobre la fertilidad producidos por carbonato de calcio.

DOSIS Y VÍA DE ADMINISTRACIÓN: Oral, mastíquese.

Como fuente complementaria de calcio: Administrar después de las comidas.

Niños de 4 a 8 años: 1 tableta al día.

Niños y adolescentes de 10 a 20 años: 3 tabletas al día.

Adultos: 2 tabletas al día.

Mujeres en etapa de embarazo o lactancia, posmenopausia y hombres y mujeres mayores de 65 años: 3 tabletas al día. La dosis recomendada cubre los requerimientos diarios mínimos de calcio.

Como antiácido:

Adultos y niños mayores de 12 años: 1 ó 2 tabletas cuando se presenten los síntomas, la dosis puede repetirse cada 1 ó 2 horas en caso de que fuera necesario hasta un máximo de 12 tabletas en 24 horas.

MANIFESTACIONES Y MANEJO DE LA SOBREDOSIFICACIÓN O INGESTA ACCIDENTAL:

Síntomas: Reacciones gastrointestinales y sólo en pacientes que también reciben altas dosis de vitamina D, signos y síntomas de hipercalcemia, náusea, vómito, constipación, dolor abdominal, somnolencia, etc.

Tratamiento: Usualmente la hipercalcemia es controlada por retiro del medicamento y en hipercalcemia grave, puede requerir manejo específico, infusión intravenosa de solución del cloruro de sodio, diuresis forzada.

Cabe destacar que estos medicamento que señalo son importantes para controlar la gastritis desde el punto de vista medico, sin embargo, tienen una repercusión para el cuerpo, debido a que van a causar un efecto secundario que puede reflejarse con el abuso excesivo del medicamento en otro órgano que no sea el estómago, ya que es el órgano donde se produce la enfermedad.

Hago énfasis en los medicamentos porque se va ha retomar en el análisis y las conclusiones del trabajo gracias a la ayuda de las personas entrevistadas

CAPÍTULO 2

RELACIÓN ORGANO-EMOCIÓN

2. 1.- CONSTRUCCIÓN DE LA ENFERMEDAD

Después de hablar de la fragmentación de la que somos parte, me gustaría empezar hablar de el ¿Por qué? el interés sobre este trabajo y sobre la enfermedad GASTRITIS, tal parece que por medio de la fragmentación, la gastritis es y ha sido un síntoma y una enfermedad de las mas recurrentes en las personas en la actualidad, la cual se ha hecho un estilo de vida y donde la preocupación y el mayor interés brindado a ella es la automedicación debido a que por medio de la comercialización de fármacos, la gente no da la mayor importancia ya que un fármaco puede ser útil para calmar el dolor, sin cambiar un estilo de vida, la forma de acostumbrarse ha vivir con está enfermedad no es mas que la rutina con la que la gente vive y enfrenta la enfermedad.

La gastritis es de mi interés debido a que con este trabajo se pretende dar una visión holística integral de ver la enfermedad como un proceso de construcción personal y sobre todo el exceso en el cual vivimos, tal pareciera que está enfermedad que se ha vuelto tan común en la población no se le da la importancia adecuada de cuidar al cuerpo. La sociedad actual remarca mucho la fragmentación debido a que conocen la información brindada por la visión alópata, donde el consumo de alcohol y tabaco son factores esenciales para el desarrollo de la enfermedad al igual que la mala alimentación, donde el consumo y la base que tiene la persona que padece Gastritis, son grasas y picante (irritantes), pero aquí es donde remarco la importancia de las emociones, la cultura y el ambiente que no toca la visión alópata para extender la visión de la enfermedad y abrir otras propuestas para el ámbito de la salud - enfermedad.

Se tiene que empezar a tocar estos puntos donde no se debe de seguir viendo al cuerpo y a la enfermedad como un mal funcionamiento de una máquina, es importante empezar a aclarar que la enfermedad para esta visión holística integrar es la construcción de la enfermedad, es por esto que se debe hacer énfasis en que la enfermedad es un proceso personal donde la conjugación de varios elementos pueden ser fundamentales para el desarrollo de esta.

En este capítulo empezare a desglosar como es que hablo de la construcción de la enfermedad.

2.1.2 LA ALIMENTACIÓN

Una base fundamental para que se desarrolle la Gastritis es **la alimentación** pero todo indica que la gente no siente el cuerpo, la racionalidad con la que se vive actualmente es la que ha hecho que el consumo de comida rápida ocupe la base de la alimentación de la población mexicana.

El consumo de comida rápida ha sido a través de antojitos mexicanos los cuales a través de harinas y grasas tiene el dominio de contribuir a la enfermedad, ya que la razón y el cerebro se han vuelto consumidores excesivos de comida chatarra, donde las grasas (Tortas, gorditas, quesadillas, tamales) se vuelven la base que proporciona la energía para mantener al cerebro en funcionamiento y permita seguir siendo el consumidor que la mercantilización a generado, donde parece que el cerebro manda el consumo de este tipo de comida en exceso, olvidando que al estómago le cueste trabajo digerir este tipo de alimentos, pero sobre todo las grandes cantidades que se le proporcionan al cuerpo, ya que el indica seguir consumiendo aunque el cuerpo este satisfecho.

A través del discurso social el comer carne se ha vuelto un lujo aunque se impregne al cuerpo de mucha toxica y provoque un mayor esfuerzo del cuerpo por sacarla o digerirla, donde el consumo de comida rápida se debe a la indisciplina

que uno tiene para comer, la elección de consumir todo una serie de alimentos Fritos, y con demasiados conservadores como lo son la enlatada, refrigerada o hasta congelada, donde se come hasta llenarse y no para alimentarse cambia el significado de un mejor cuidado del cuerpo, ya que a través de la comida el cuerpo va a recibir los nutrientes que se le puedan brindar para un mejor desempeño y fortalecimiento de sus órganos **(cita)**

2.1.3 EL AMBIENTE

La forma rutinaria hace que se desencadenen una serie de emociones que pueden contribuir al consumo de ciertos alimentos que son dañinos para el cuerpo. Esto no es mas que el circulo vicioso donde uno se desarrolla, ya que en la ciudad uno tiene una forma de vida acelerada, donde la selva urbana es producto de comida chatarra en puestos ambulantes o restaurantes de comida rápida como lo son las cadenas americanas que dominan el país, donde toman mas prestigio y la gente se vuelve una vez mas consumir de estos servicios sin importar la higiene con la cual se procesen estos alimentos o solamente para llenar un vacío que haga cualquier tipo de comida, pero no es mas que el reflejo que ha dado la desarticulación de la mente con el cuerpo, donde trae como resultado la mala alimentación y el hábito de vida que no permite tomar tiempo para alimentarse de una manera sana.

Sin embargo cabe resaltar que con esta propuesta se quiere dar a conocer que la alimentación, así como el tipo de sabores que la persona elige va estar regida por emociones dominantes en su persona a través de su proceso individual.

Sin embargo, a través de la educación dada de una **sociedad** materializada, nos hemos permitido ser victimas de nuestro propio cerebro y ambiente, al ser racionalistas hemos permitido ser materiales, prácticos, tratando de tener una vida mejor como objetos de valor o cosas superficiales, creyendo siempre que esto va servir para una vida mejor, sin embargo, lo que esta forma de pensar nos ha

Llevado es a experimentar diferentes emociones, las cuales al no tener la educación para poder expresarlas, se han quedado en el cuerpo guardadas, reprimidas, estancadas por no poder trabajarlas, ni sentir lo que el cuerpo le esta pidiendo. Hay que recordar que cuando uno busca vivir mejor se ha dado la significación de que debe ser materialmente. Por ser racionales uno se vuelve obsesivo, preocupado por tener las cosas que uno desea, le causa frustración si no lo consigue, o hasta coraje por no obtenerlo o simplemente por tener la idea vaga de llenar el vacío que le provoca la cultura mercantilizada, donde se requiere el mejor automóvil, sin importar a que precio se tenga que conseguir, donde la mejor casa y la tecnología permitan ser reconocidos en la sociedad, donde esté forma de vida haya llevado a la gente ha aumentar sus presiones sociales, económicas, queriendo estar al nivel de una sociedad utópica.

Toda esta forma de ver las cosas, pareciera indicar que no es más que el estrés, donde está palabra ha venido a cerrar solamente los síntomas físicos, donde los factores ajenos afectan al cuerpo, pero no hay emociones precisas.

Sin embargo, retomo esta forma de ver que el aire que se respira y como se respira, la angustia, la frustración, la tristeza, el enojo, no es mas que la forma en que uno enfrenta los problemas y son el resultado de una civilización avanzada, que a traído el retroceso de ver al ser humano como una conjugación del medio del cual es parte, y verlo como la maquina pensante capaz de destruir y dominar la naturaleza, donde el hábito vida y la educación llevada solo trae consigo una frustración del ser humano por no ser capaz de ver, que la geografía en las grandes ciudades, donde el trafico, la contaminación, la mercantilización, brinda una forma de ver las cosas desde donde lo dicta lo racional ha dado como resultado el deterioro del cuerpo.

Al no darse cuenta que el aire que se respira es una alteración para el cuerpo, donde no se permite la buena oxigenación para el, donde los grandes edificios y la tierra tapada con concreto, permitan un sobre calentamiento en las grandes

ciudades, donde la sobre población permita una mayor competición de la misma gente, y empiecen a manifestarse todas las emociones por los estilos de vida dadas por una sociedad competitiva al igual que al ser aprendidas por la educación dada por la familia, ha sido que el reflejo de una enfermedad, no sea coincidencia del padecimiento de los padres a los hijos, sino de la misma educación dada por una sociedad, a base de no mostrar emociones que el mismo ambiente familiar no muestra, al igual que el mismo ambiente brindado por una sociedad mercantilizada donde el más fuerte, domina al débil, donde el resultado que se tiene de esto o la interpretación brindada significa que al mostrar emociones pero sobre todo de debilidad, es síntoma de fragilidad de la persona, es por esto que la familia juega un papel importante dentro de la educación que se tiene del cuerpo y la forma en que se reprime las emociones, es por esto que nos percatamos que Gastritis es una de las enfermedades mas recurrentes en las personas o hasta en familias completas, es como ya mencione una de las enfermedades que presentan todo tipo de persona desde niños hasta personas mayores, lo que pretendo dar a conocer es como este tipo de enfermedad por común que parezca y que mucha gente no la toma en cuenta nos habla del tipo o de la forma en como nos vamos acoplando a la manera de vivir dentro de una sociedad que pasa su discurso de competencia a cada integrante de la familia, donde se vuelca a una educación reprimida del cuerpo, donde se resuelva todo con el dominio de la razón.

Cabe resaltar que el proceso o la construcción de la enfermedad como ya mencione , va ha estar dictado por la educación de la familia, el medio ambiente donde se desarrolle, la represión del cuerpo por la razón, la alimentación y la forma en como enfrente la vida el individuo, también señalar que como menciona (López 2000), "El significado de un cuerpo no es el mismo estándar para la generalidad de la población, Las culturas tienen sus propios símbolos y al ser socializados se dan los sincretismos corporales en la vida ordinaria y la representación simbólica sobre las formas de hacer uso del cuerpo, incluso un poco más allá, en las formas del placer y las maneras de alimentarse o de

castigarse". Es por que uno aprende a comportarse como la familia, a tener la emoción dominante de ella. Buscar los deseos que los padres anhelan de los hijos, y sobre todo el estilo de vida de enfrentar los problemas. También señalar que este proceso a pesar de tener un cargo cultural como lo es la familia y social con su discurso de poder de competencia, cabe resaltar que también se tiene opción de poder cambiar el rumbo de la historia familiar, ya que también la misma sociedad te da bases para poder elegir como pretendes vivir o cambiar lo que se cree que no se puede cambiar, es por esto que se abre apertura al trabajo corporal, para trabajar con lo racional de la persona escuchando al cuerpo.

Es por esto que retomo a la enfermedad Gastritis ya que es como mencione algo tan común en la gente que no se atreve a enfrentarla y prefiere calmarla con químicos que a la larga pueden traer como consecuencia enfermedades mas severas como lo puede ser una úlcera estomacal, o hasta un cáncer de estómago, ya que esto va a depender como enfrenta la gente sus emociones y como es su estilo de vida.

La RANITIDINA, que mas que calmar el dolor, se puede volver una dependencia hacia al medicamento tomándolo en dosis mas frecuentes y fuertes, llevando al cuerpo a adormecerlo, para no ver otra posibilidad de aliviar el problema, con este escrito se pretender ver que la forma en que uno controla las enfermedades es con medicamentos y seguir viendo al cuerpo como máquina, por la educación heredada, de una ciencia racional estancada en no poder dar solución a la problemática.

Hablar de emociones es experimentarlas, vivirlas, identificarlas, hacer caso de nuestro cuerpo, cuidarlo, alimentarlo, tener otra forma de vida, sin embargo esto la va a dar el trabajo sobre el cuerpo y la alimentación que uno le brinde.

Como he mencionado la concepción de lo corporal, debe ir en conjunto con la comprensión del trabajo psicológico, ya que no son partes ni formas separadas, poder brindar una nueva forma de ver y tratar las enfermedades, empezar a

trabajar con un microcosmos, donde se tomen todos los factores externos, como lo son el ambiente, como se respira, como se come, como se educa, por señalar algunas pero también en el interior del cuerpo, la parte y el complemento de lo externo ya que a través de lo internos, podemos ver que emociones existen o dominan en la persona, donde el trabajo corporal va a permitir conocer a la persona las emociones que son dominantes para ellas y como resuelven los problemas a los que se enfrentan, sin embargo me parece importante señalar que el cuerpo no engaña y va a traer como consecuencia el buscar el equilibrio del exterior y el interior, el cual va ser reflejado en este como menciona (Weisz 1998) Ante una intensa actividad interna del cuerpo se reduce la actividad externa; este fenómeno sugiere la producción de un lenguaje interno que inhibe la capacidad de atender los mensajes externo, donde el significado va hacer que dependiendo de las emociones que sienta el cuerpo en el interior y la armonía con la que se encuentre va hacer el reflejo al exterior, es por esta razón que en el trabajo corporal se trabaja desde la raíz a fondo para permitir al cuerpo liberar las emociones que en algún momento de la vida del individuo fueron aprendidas y que rigen con el contribuyendo a una enfermedad,

El trabajo corporal será el fruto de buscar articular la mente con el cuerpo, donde la persona va a tratar de escuchar mas al cuerpo, brindando la decisión para cambiar la forma de vida, además que va equilibrar al cerebro y deje de ser el consumir excesivo, permitiendo trabajar en conjunto al cuerpo.

Lo corporal va a trabajar desde raíz donde se pueda ver como un microcosmos que trabaja con armonía con la que se mueve el planeta, y donde el lenguaje del cuerpo emociones, sentimientos podrán empezar a liberarse, el trabajo con uno mismo va ayudar a entender lo psicológico y los mensajes corporales, con esta propuesta es con la que pretendo complementar la visión que se tiene de las enfermedades, saber y dar a conocer que las emociones son esenciales para un crecimiento personal.

Las emociones son el complemento perfecto para el desarrollo de la enfermedad, pero es como ya mencione con el trabajo corporal donde se podrá trabajar desde fondo la construcción social de la enfermedad.

2.2 EI MICROCOSMOS

El microcosmos es lo que llevamos cada uno de los seres humanos, por lo que vimos, estamos integrados, y somos parte de este planeta, el microcosmos es nuestro propio cuerpo, al que hemos logrado fragmentar con nuestro propios pensamientos racionales, como menciona Durán:

El cuerpo integrado, en unidad, será nuestra vía para enseñarnos como ingresar a los nuevos caminos de la vida que necesitamos construir, de tal manera que prevalezca los valores del cosmos y la naturaleza en el ser humano. En este sentido, nos referimos a un cuerpo vivido, el que posee lo real en sí y puede, sobre todo ser cultivado, Desde los orígenes de la tierra y los hombres, dicha relación fue establecida en un constante de articulación y cooperación para la supervivencia.

Es por esto que debemos de empezar a ver la vida con Alegría, a dar serenidad a la cabeza escuchando al Corazón como lo brinda un atardecer en verano, donde uno pueda empezar a realizar sus proyectos, empiece a asentar sus proyectos de vida, donde el Rojo de la pasión brote por la sangre purificada a través del Intestino delgado dada de los alimentos que nos proporciona la misma naturaleza, como los son las frutas y las verduras, donde sea el guía de adsorber los nutrientes que proporcionen a los órganos el equilibrio que necesitan, al igual que al contacto con uno mismo se fundan como la propiedad que tiene el Fuego, para seguir proviendo el calor que nos brinda el sol para la producción de los alimentos que proporciona la misma madre Tierra y que siga fortaleciendo al cuerpo a través de lo dulce como suele ser la vida y el amor a los demás, volverse obsesión por cosechar los proyectos al final del verano, donde el órgano bazo (Durán 2004)

“traiga el recuerdo y la reflexión ya que provienen de el y confiera el poder de la intención, por tal motivo se dice que atesora la mente, donde la cooperación va hacer fundamental con los demás órganos” , ya que mantiene la sangre en las venas y las arterias, las cuales son la conexión para los demás órganos como lo es el estómago, que va a almacenar y trabajar con los nutrientes brindados del exterior, es donde a través de esta conjugación, la tierra y los alimentos van a proporcionar las herramientas hechas de Metal que permitan desarrollar el intelecto y la capacidad de reflexión, ya que en la tierra se encuentra los metales, los cuales a su vez se van a brindar con el apoyo del exterior dado por la respiración que realizan los Pulmones, la oxigenación de la sangre va hacer permitida por está misma y va dejar salir a las toxinas que dañan al cuerpo por medio de la respiración y el apoyo del intestino Grueso por medio de la secreción, como si se liberara la Tristeza y depresión que le causa ver las cosas del exterior dejando la mente en Blanco y permita ver otras formas de solucionarlos problemas como a veces cree teñirlo el otoño, donde congela la piel y no permite una buena oxigenación, dejando así los poros tapados y no liberar la intoxicación (tristeza), unos pulmones sanos van a permitir dejar entrar lo nuevo (oxígeno) y expulsar lo añejo(bióxido de carbono) como lo es el miedo que va hacer dado y otorgado por un riñón débil capaz de no consumir agua el liquido vital de la vida como menciona (Durán 2004) El riñón se presenta como un eslabón que con el cosmos se articula en nuestra cadena de la existencia, esto es, que se constituye como el órgano que atesora la energía vital adquirida y, con ello , nos pone en contacto directo con la energía cósmica para apoyar nuestra regeneración continua. Es la fuente de la imaginación que nos permite crear las nociones de espacio y tiempo viviendo el aquí y el ahora.

La energía del riñón permite ver nuestros orígenes ancestrales y mirar hacia delante; vislumbrar nuestro futuro. Por estos motivos y también porque purifica la sangre reconociendo lo bueno y lo innecesario o, incluso, dañino para el cuerpo, es de suma importancia en la vida del ser humano. Cuando la energía del riñón es abundante, la vida sexual y reproductora es vigorosa y duradera.

El mal funcionamiento de los riñones dificulta al hombre y a la mujer a distinguir entre lo bueno y lo malo en sus vidas, les afecta el juicio. Cuando eso sucede ambos se debaten el temor o, en casos extremos, en la paranoia. EL riñón impulsa al ser humano a una insaciable búsqueda de la verdad, nos ayuda a expresar nuestras aspiraciones y nuestros propósitos, regula el miedo y el valor.

Este órgano genera los elementos estructurales del cuerpo (la médula ósea, el cerebro y la medula espinal, hueso, dientes, sangre y cabello y regula el crecimiento físico. Se acopla con la vejiga y se asocia con la audición. Todos los órganos dependen del riñón para ser humedecidos, regenerados, estimulados y calentados. El riñón estimula la función del soma y la psique.

La energía del agua, al correr ésta sobre la superficie de la tierra y al filtrarse, permite el crecimiento de la Madera, la cual va hacer dominada por el Coraje para expulsar al miedo, donde el hígado va estar regido por el almacenamiento de la sangre, la cual va a nutrir a los tendones y los ligamentos los ojos, para observar la visión de una nueva vida que permita impulsar el coraje por tomar una nueva decisión de enfrentar la vida, proporcionado por la vesícula biliar para la toma de nuevas decisiones, y darle un nuevo sentido de alegría a la vida.

Después de conocer lo que menciona Durán cabe resaltar en este trabajo que la forma en que se pueda leer, va a permitir al cuerpo vibrar aunque lo racional niegue aceptar está condición de vida donde el ser humano es el microcosmos de un macrocosmos, donde la actividad interna va hacer fundamental (cuerpo) como lo es externa (racional) por llamarlo de alguna manera, donde el complemento de lo psicológico y lo corporal permitan trabajar mas a fondo las enfermedades y se rompa el esquema fragmentado donde se vive.

Por esto, me gustaría apoyarme en estos autores, donde mencionan la función del estómago, cabe resaltar que retomo al estómago, por que es donde somatiza la gastritis aunque no sea la raíz del problema.

2. 3 EL ESTÓMAGO

El estómago, recibe todas las impresiones que vienen del exterior, lo que hay que digerir. La capacidad de recibir exige apertura, pasividad y capacidad de entrega.

En virtud de estas propiedades, el estómago representa el polo femenino. Mientras que el principio masculino está caracterizado por la facultad de irradiar y por la actividad (elemento fuego), el principio femenino engloba la capacidad de aceptación, la abnegación, la sensibilidad y la facultad de recibir y guardar (elemento agua). Lo que representa el elemento femenino en el terreno psíquico es la sensibilidad, el mundo de la percepción. Si un individuo reprime en la mente la capacidad de sentir, esta función pasa por el cuerpo, y el estómago, además de los alimentos, tiene que admitir y digerir los sentimientos. En este caso, no es que el amor pase por el estómago sino que sentimos un peso en el estómago que mas tarde o mas temprano se manifestará como adiposidad.

Además de la facultad para recibir, en el estómago hallamos otra función, correspondiente ésta al polo masculino: producción de ácidos. Los ácidos atacan corroen, descomponen: son inequívocamente agresivos. Una persona que sufre un disgusto dirá. "estoy amargado". Si la persona no consigue vencer este furor concientemente o transmutarlo en agresión y se traga el mal humor, o traga bilis, su agresividad y su amargura se somatizan en ácidos estomacales. EL estómago reacciona produciendo un ácido agresivo con el que pretende modificar y digerir unos sentimientos, no materiales, empresa difícil y molesta que nos recuerda que no es conveniente tragarse el mal humor ni obligar al estómago a digerirlo. EL ácido jugo gástrico aumenta porque quiere imponerse.

Pero esto acarrea más problemas al enfermo del estómago, que carece de la capacidad de enfrentarse conscientemente con su mal humor y su agresividad, para resolver de modo responsable conflictos y problemas. EL enfermo del estómago o no exterioriza su agresividad (se la traga) o de muestra una agresividad exagerada, pero ni un extremo ni el otro le ayudan a resolver el problema el problema realmente, ya que carece de confianza y de seguridad en si mismo, sentimientos indispensables para que el individuo resuelva su problema, carencia a la que aludimos al tratar del tema en dientes-encías. Todo el mundo sabe que el alimento mal masticado es difícilmente tolerable para el estómago excitado y con excesos de ácidos. Pero la masticación es agresión. Y cuando falta una buena masticación el estómago tiene que trabajar más y producir más ácidos.

El enfermo del estómago es una persona que rehúye conflictos. Inconscientemente, añora la placidez niñez. Su estómago pide papilla. Y el enfermo del estómago se alimenta de cosas que han sido tamizadas por el pasapurés y que, por lo tanto, han demostrado ser inofensivas. Puede haber grumos. Los problemas se han quedado en el tamiz. EL enfermo del estómago no tolera los alimentos crudos, por bastos, primitivos y peligrosos. Antes de que el se atreva con los alimentos, éstos tienen que ser sometidos al agresivo proceso de la coacción. El pan integral es indigestivo, porque aún contienen muchos problemas.

Todos los alimentos sabrosos, el alcohol, el café, la nicotina, y los dulces representan un estímulo excesivo para el enfermo del estómago. La vida y la comida tienen que estar exentas de desafíos. El ácido gástrico produce una sensación de opresión que impide registrar nuevas impresiones.

La ingestión de medicamentos antiácidos suele provocar eructos, con el consiguiente alivio, ya que eructar es una manifestación agresiva hacia el exterior. Con esto uno ha hecho disminuir un poco la presión. La terapia que suele aplicar la medicina académica (Por ejemplo valium) refleja la misma relación: el medicamento interrumpe químicamente la unión entre la mente y el sistema

vegetativo (llamado desacoplamiento psicovegetativo); pasó que, en casos graves, se realiza también quirúrgicamente extirpado al enfermo de úlcera ciertas ramas nerviosas encargadas de la producción de ácidos (vagotomía). En ambos tratamientos prescritos por la medicina académica se corta la unión sentimiento-estómago, a fin de que el estómago no tenga que seguir dirigiendo somáticamente los sentimientos. EL estómago es desconectado de los estímulos exteriores. La estrecha relación existente entre la mente y la secreción gástrica es bien conocida desde los experimentos de Pavlov. (Por el procedimiento de hacer sonar una campana en el momento de poner la comida a los perros, Pavlov consiguió crear en los animales un reflejo condicionado, de manera que al cabo de algún tiempo bastado el sonido de la campana para desencadenar la secreción gástrica que normalmente provocó la visión de la comida.)

La actividad básica de proyectar los sentimientos y la agresividad no hacia fuera sino dentro, contra uno mismo, provoca finalmente la úlcera de estómago. La úlcera es una llaga que se forma en la pared del estómago (Dethelsen y Rudiger 2002).

2.4 LA TEORIA DE LOS CINCO ELEMENTOS.

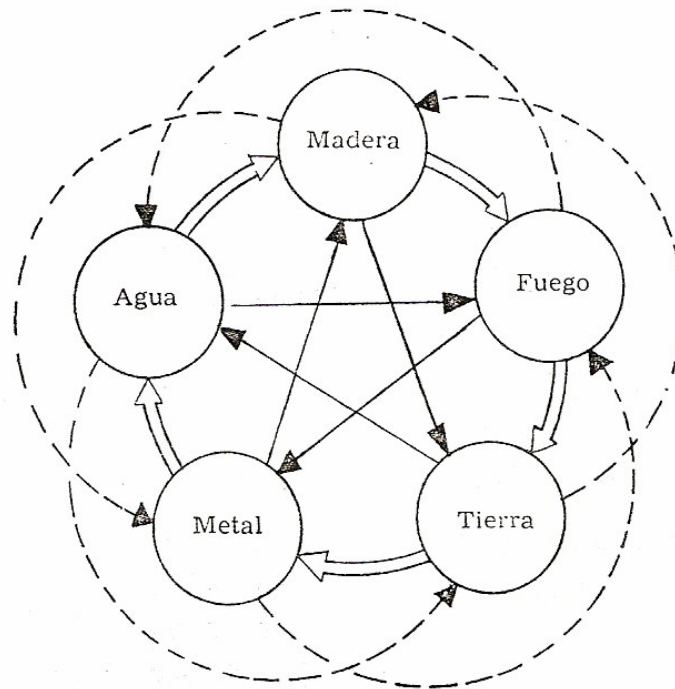
La medicina tradicional china usa esta teoría para clasificar en diversas categorías los fenómenos naturales, la mayoría de los órganos, tejidos y emociones humanas; e interpreta las relaciones entre la fisiopatología del cuerpo humano y el medio natural, aplicando a cada una de estas clasificaciones las leyes de intergeneración, interdominancia, exceso de dominancia y contra-dominancia de los cinco elementos; esto constituye la guía de la práctica médica (citado en Campos).

Estas relaciones de las menciona (Campos 2002) en la definición sostiene que la madera, el fuego, la tierra, el metal y el agua son elementos básicos que constituyen el mundo material. Entre ellos existe una relación de intergeneración e

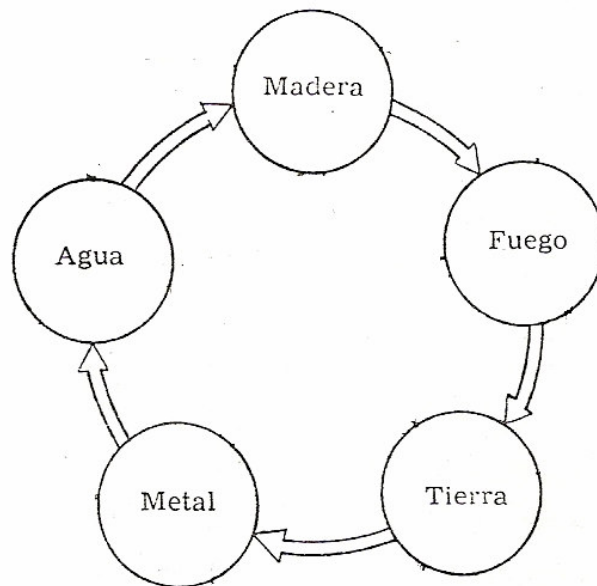
interinhibición que determina su estado constante cambio y movimiento. Mediante la teoría de los cinco elementos se explica principalmente la relación de intergeneración, interdominancia, exceso de dominancia y contradominancia.

La intergeneracional implica promover el crecimiento. EL Orden de la generación es: la madera genera el fuego, el fuego genera la tierra, la tierra genera el metal, el metal genera el agua, y el agua genera la madera estableciendo un círculo que continua repitiéndose en forma indefinida. La interdominancia implica control mutuo e inhibiéndose mutua. La interdominancia significa que cada elemento puede ser a la vez dominante y dominado siguiendo el mismo orden de la intergeneración: la madera domina la tierra, la tierra domina al agua, el agua domina el fuego, el fuego domina el metal, y el metal domina la madera.

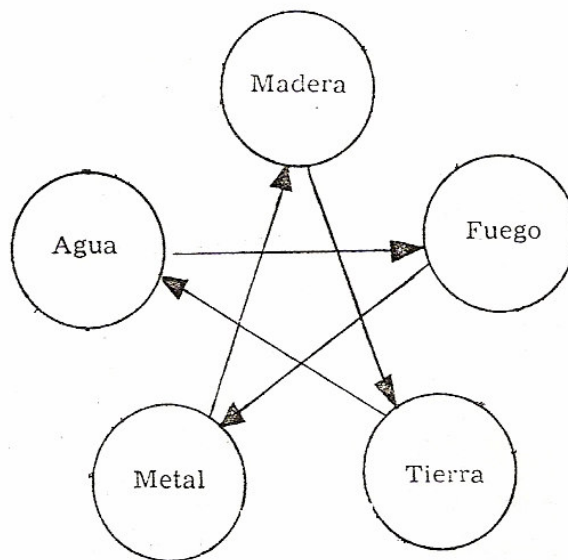
Teoría de los cinco elementos:



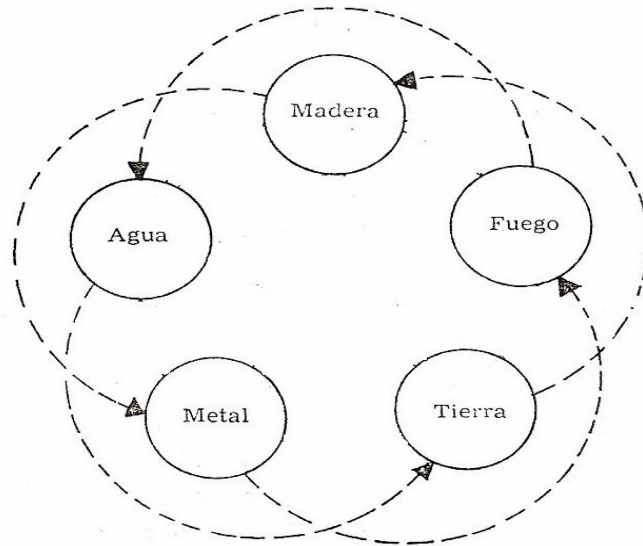
Primera orden de generación.



Segunda relación de interdominancia.



Tercera relación de contradominancia.



CAPITULO 3

La gastritis proceso natural o construcción social

3.1 METODOLOGÍA

Personas: Las personas que contribuyeron al presente trabajo se encuentran entre la edad de 20 a 50 años de edad, las cuales 15 de ellas son gente que vive en la delegación Álvaro Obregón en la colonia Olivar del Conde. Las 5 personas restantes son personas que habitan en diferentes puntos del Estado de México, con lo son Naucalpan, Atizapan de Zaragoza, Coyotepec, Ixtapaluca y una persona mas de Iztapalapa.

Instrumentos: Se utilizó grabadora, papel, pluma, y una entrevista semiestructurada sobre la historia de vida de la persona.

La entrevista semiestructurada llamada "HISTORIA DE VIDA" plantea la posibilidad de preguntas a la persona sobre los momentos que han marcado su vida como lo son desde sus expresiones de emociones, hasta su desarrollo de vida, Embarazó, Infancia, Adolescencia y Adultes.

La historia de vida plantea la posibilidad de conocer a la personas, preguntando las cosas que han pasado en su vida, es recopilar todos los datos de cada historia personal para la construcción de la enfermedad, es importante destacar la historia de la persona, ya que cada una de ellas que es única y favorece al entendimiento de la enfermedad.

La subjetividad con la que cada participante compartió su historia de vida en este trabajo fue y es trascendente para un mejor entendimiento de las enfermedades en este caso la gastritis.

Puntos antes de la entrevista

- Posibles temas a tratar con la persona
- Tener comunicación con la persona para acordar el día y la fecha
- Comentarle en que consiste la entrevista y con fin se va a usar la grabadora

Desarrollo de la entrevista

- Entablar una buena relación con la persona, explicando el motivo de la entrevista y conseguir su confianza del entrevistado para tener mejores datos sobre la persona y que ella misma pueda expresar lo que siente en el momento de las preguntas.
- No tomar ninguna actitud de asombro o juicios de ningún tipo para que la persona pueda fluir a la hora de sus respuestas
- Empezar por preguntas que le resulten cómodas a la persona para que ellos puedan hablar con facilidad.
- Desde el inicio hasta el final de la entrevista el entrevistador debe de tomar una actitud de respeto, referido al tratar de escuchar y poner atención en lo que la persona está diciendo y los movimientos y gestos que la gente pueda mostrar para recopilar una mayor información.

Temas que toca la historia de vida

- Historia del embarazo
- Infancia
- Adolescencia
- Edad adulta
- Relación con la familia
- Tipo de alimentación
- Opinión con respecto a la enfermedad

- Lugar de residencia

3.2 RESULTADOS

Los resultados que se obtuvieron en el siguiente trabajo se van a presentar de dos formas una es por categorías donde considero los puntos más importantes para el desarrollo de la enfermedad y uso de base los discursos que las personas otorgaron para el trabajo. La segunda de ellas es un cuadro de categorías donde ayuda a hacer mas evidentes los resultados y las comparaciones o asimilaciones de las personas con gastritis.

En el siguiente apartado se muestran las categorías mencionadas como los son: la familia, alimentación, adolescencia, expresión de las emociones, enfermedad, trabajo, proyecto de vida y uso de medicamentos. A continuación se muestra la primera categoría y la importancia de los testimonios de las 20 personas entrevistadas.

1. ALIMENTACION:

La alimentación va hacer fundamental para que se desarrolle la enfermedad gastritis, debido al mal habito alimenticio que uno empieza a formar desde la infancia y hace que uno mismo empieza a preferir alimentos en altos consumo de grasa y en exceso como lo es la carne y los sabores como el picante, y empiece a rechazar los nutritivos como lo son las verduras las cuales no contiene un sabor de agrado para la persona, al mismo tiempo que se observa también los alimentos que rechazan las personas y provocan algún síntoma de la enfermedad y que siguen consumiendo este tipo de alimentos.

En este trabajo fue imprescindible para conocer como es que la persona se ha nutrido ya que la alimentación va hacer fundamental para que siga desarrollando la gastritis y pueda traer consideraciones más severas. A

continuación se presentan las siguientes sub. Categorías en las cuales se presentan los testimonios de las personas entrevistadas

- El tipo de alimentación antes de la enfermedad
- El tipo de alimentación después de la enfermedad
- Alimentos que le hacen daño

2. FAMILIA

La familia es fundamental en el sentido emocional y afectivo, debido a que, es donde la gente empieza a aprender las emociones que dominan en su persona y el malestar que les provoca estar mal con la gente que los rodea y que los quiere, es por esto que en esta categoría se muestra la relación con el papá debido a un motivo como lo es el fallecimiento y que no pueden estar cerca de sus hijos, o por el mismo trabajo del padre están ausentes de casa y hacen que la convivencia con los hijos sea alejada, es donde se remarca mas el factor emoción, porque va a traer como consecuencia el distanciamiento con el padre y la falta de comunicación con él.

En la siguiente sub. Categoría se muestra a la madre estricta o seca, donde la relación va ir ligada a que con ella convivían el mayor tiempo y donde estaban los roles o discusiones frecuentes porque ella era la que siempre estaba en casa el mayor tiempo y esto provocaba conflictos y mas marcada en la infancia y adolescencia.

La siguiente subcategoría con los hermanos vemos que la relación con ellos es buena porque están alejados o casi no se ven, pero no demuestran algún

sentimiento afectivo que los haga sentir mejor, y haga que la comunicación con ellos sea mas alejada y no se demuestren el apoyo que se pueden brindar.

La expresión de las emociones va hacer fundamental para desarrollar la gastritis porque la mayoría muestra enojo con un familiar ya sea padre, madre o hermano, siempre va hacer alejada, respetando la vida de cada quien para no discutir, o no pueda contar sus problemas para no generar un conflicto mayor dentro de la familia y provoque un mayor distanciamiento.

- Ausencia del papá
 - a) por fallecimiento
 - b) por trabajo

- Relación con la mamá
 - a) mamá ausente
 - b) mamá

- Relación con los hermanos

- Expresión de las emociones con los familiares

3. AMIGOS

La convivencia con los amigos va hacer fundamental para poder demostrar sus sentimientos y problemas, este circulo va hacer de gran importancia para la gente, por la forma en como consideran a un amigo, el cual va ha estar con ellos en las buenas o en las malas y van a poder contar sus cosas sin necesidad de ser juzgados y puedan demostrar sus sentimientos de enojo o tristeza que puedan acumular dentro de su familia o en el mismo trabajo y con su pareja, es el grupo donde esta permitido hablar de todo.

Al igual la adolescencia va a hacer una etapa fundamental, porque es donde empiezan a perder el sentido de la vida, es la etapa donde una se pierde y comienza a involucrase en diferentes situaciones que lo van a marcar el resto de su vida.

- Convivencia con los amigos
- Expresiones de las emociones con los amigos o noviazgo
- **Adolescencia**

4. PAREJA

La relación de pareja en las solteras mujeres va hacer de mas compromiso de querer demostrar a su pareja cuanto lo quiere y expresan sus sentimientos de apoyarlo de darle comprensión, sin embargo también demuestran un mayor enojo cuando se refieren a su pareja.

La relación de pareja en los solteros hombres se observa que cuesta trabajo mantener una relación o centrarse en un compromiso con la persona por la forma de demostrar sus sentimientos o emociones por la forma en como fue educado en la familia y trae como consecuencia peleas, enojos o discusiones.

La relación con los casados es mas conflictiva porque discuten por los niños, por no ponerse de acuerdo en las situaciones de la casa y llegan a gritos y hasta ser mas vengativos en la relación como lo dice en el testimonio una entrevistada.

- Relación con la pareja
 - a) solteros
 - b) casados

5. ENFERMEDAD

La enfermedad es algo que les molesta y les causa enojo, saben que no es un castigo divino y consideran que es por la mala alimentación que tienen gastritis olvidando el sentido emocional, sin embargo siguen consumiendo los mismos alimentos, siguen llevando el mismo estilo vida y no toman en cuenta la enfermedad, se pueden cuidar por etapas pero vuelven a consumir los mismo alimentos, esto sin mencionar que nunca cuidan la parte emocional en los grupos que se desarrollan, trabajo, familia, amigos,

- como vive con la enfermedad
- opinión de la enfermedad con respecto a lo religioso y su práctica
- Por que considera que tiene gastritis

6. MEDICAMENTACION

La medicamentación es otro factor que puede desarrollar la gastritis al estar consumiendo por mucho tiempo el mismo medicamento, además de que puede traer ciertas consecuencias orgánicas, una cosa que también se tiene que resaltar es que la misma gente se automedica y ya sabe que tomar para la gastritis, aunque le calme solo por un momento el dolor y no quieren cambiar el tipo de alimentación.

7. INFANCIA

La etapa de la infancia es fundamental conocerla porque es donde uno aprende a consumir ciertos alimentos y recuerdan las carencias o alegrías que hubo en esa etapa a nivel emocional, donde la mayoría de las personas consideran su infancia triste y falta de carencias, las cuales van a seguir presentando en su vida,

8. VIVIENDA

La zona geográfica y el tipo de vivienda que la gente tenga va hacer de gran importancia para el espacio donde uno se desarrolle, debido a que un espacio pequeño provoca mayor conflicto y sobre todo si en el mismo espacio viven una gran cantidad de personas con las que se tenga que convivir y sobre todo la familia para evitar discusiones.

- Número de personas que habitan la casa

9. PROYECTO DE VIDA

El proyecto de vida va es algo que la gente no planea, sabe que tiene que salir adelante, hacerse de sus cosas materiales, pero no se prepara para una mejor calidad de vida.

3.2.1 ALIMENTACION

3.2.2.1.-El tipo de alimentación antes de la enfermedad

1. “a veces verduras, a veces carne... cosas así, sopas”

&&&&&&

1 “ Bisteces, la carne de puerco con chile lo normal”

&&&&&&

3 “ la que actualmente llevo, le agregamos un poco mas de verduras y esté chicharrón aprensado..... caldo de pollo carne, frijoles, sopa y pescado”

&&&&&&

5 “lo que me han comentado es eso, atole era lo que consumía, ya que recuerde eran verduras, ya que te digo económicamente fuimos muy abajo, y te digo teníamos que comer lo que nos daba haya la tierra..... lo que son nopales, ejotes, lo que son frijoles, elotes..... a caray.... No recordé, pero si comíamos dos veces, hasta donde recuerdo que fue la secundaria, me llevaba mi torta no, lo que pasa es que con los horarios, estoy confundido, porque en la primaria estuve en el turno de la tarde, entonces en la mañana tomaba té o un café con un pan, es lo que yo desayunaba, en la tarde comía algo, lo que hubiera hecho mi mamá de comer, y ya este, en la noche un pan con algo de tomar, té o café por que la leche no me cayó bien, cuando estaba en el turno de la tarde, pero en la secundaria ya entre al turno de la mañana y en la mañana no me entró nunca nada en el estómago, nada, no, soportaba nada en las mañanas, y hasta el, a la hora del descanso en la escuela, era que llevaba unas tortas era lo que comía, regresando, hacia una comida nada más, y al otro día la misma rutina”.

&&&&&&

6 “ahora ya no desayuno, ya no, has de cuenta cuando iba a la escuela, desayunabas normal, pero desde que estoy con Diana ya no desayuno no me da hambre, cuando me voy trabajar, no me da hambre hasta el mediodía, porque como algo, a veces al mediodía o hasta la comida, que vendría siendo hasta las dos de la tarde.”

&&&&&&

7 “yo me acuerdo que, en la sopa, frijoles, tortillas remojada, pan con leche..... si, es la tortilla, o ya traía que un bote de frijoles cocidos de allá, ya se traía una cubeta con sopa o algo y ya nos daba”.

&&&&&&

8 “leche, pan, fruta, yogures, verduras”.

&&&&&&

9 “ de todos, siento que las verduras, nunca fueron muy de mi agrado, de niña si era, (guacala) bueno si consumía..... en las mañanas leche y pan (guacala)..... porque la leche me provocaba náuseas, en la mañana, en la mañana no se me antoja nada así como que, leche y pan y a veces me querían dar huevo, ya con la leche era más que suficiente, en la tarde era la sopa, carne dependiendo, a lo que hicieran y la coca que no podía faltar..... yo creo que de toda mi vida, sino es coca pues pepsi no”.

&&&&&&

10 “pues de todo, verduras, pero más, carne, pero era de todo..... Pues en las mañanas, un café con pan y en las tardes un guisado porque luego me iba en escuela y ya no comía nada”.

&&&&&&

11 “Yo comía, cuando me iba a la escuela comía tres veces al día, desayunábamos, ella y yo solas, nada más, los que comíamos era mi mamá, mi hermana la mayor, mi abuelita y yo, y a veces mi papá..... Carne rojo, o

sea bisteces, empanizados, con chile, con diferente forma, guisada, pero muchas carne rojo, de res, carne de puerco, pollo, en minoría la carne de puerco, y pescado también un poco, casi de todo, pero verduras”.

&&&&&&

12 “pues, yo me acuerdo que eran de todo tipo verduras, carne, comía de todo”

&&&&&&

13 “Pura leche, combinada con la que le daban en el seguro, las latas esas que dan, NAN, o no se que sea, las papillitas, no me daba mucho gerber, así como fui creciendo me fue dando cosas mas enteras, fruta picada, mi papá, de mas chiquita quería que comiera chile, mi mamá me le decía “que no se que” me daba huevo con chile y yo llorando no..... No me acuerdo, solo me acuerdo cuando iba en el kínder, pues, comía como tres veces al día, en la mañana, antes de irme, me tomaba un vaso de leche, es lo que siempre tomaba, antes de ir al escuela, a veces mi mamá me daba huevo tibio, lo vomitaba y... que más... a veces me daba licuado con huevo, y tampoco me gustaba, y de ahí, en la escuela, me ponía sándwich y fruto, y cuando llegaba a la casa comía bien y en la noche... no me acuerdo que me daban”

&&&&&&

14 “la comida, siempre fue igual, por ejemplo, yo me doy cuenta con los bebés, que nacen, hacia siempre ha sido con todos, por ejemplo, empiezan que por la papilla, caldo de frijoles, o pollo pero la mayoría de las veces siempre carne y verduras, no siempre aceptadas verdad, entonces siempre este, siempre fue la mayoría de veces carne, aparte por ejemplo a mi papá si no le das carne se enoja, y a mi abuelito igual, el papá de mi mamá, mucha tortilla y pan”.

&&&&&&

15 “mi mamá me ha dicho que, mi abuelita tenía una forma muy extraña de cuidar a los hijos, ella después de los dos años y medio o tres te daban otro alimento mientras tenía que tomar atole..... lo más que me daban según mi mamá, era caldo de pollo así como te digo casi agua, y una tortilla y ya, verduras a veces, un poco de manzana rayada..... antes no lo cuidaba, cuando tenía 19 años segundo año de la carrera, no lo cuidaba, me mal pasaba, cuando me enojaba me atragantaba, Limón, picante, siento que lo cuido no como me gustaría, que sería ideal pero lo cuido un poco más”.

&&&&&&

16 “de todo comía..... leche, fruta, pan, mi hermana la grande hacía huevos con guisado y no lo comíamos..... igual, en la sopa, guisado, frijoles, en la merienda igual, siempre hacían ellas huevos rancheros”

&&&&&&

17 “pues mira, siempre me gustó la fruta desde chica, mi papá nos compraba mucho, me fascina la uva, el mango, la sandía, la papaya, el plátano, me gusta mucho el chico zapote, la naranja, de comida que yo recuerde comíamos verdura, mi mamá siempre hacía la verdura como sudada, precocida, comía Papa calabaza, coliflor, espinacas, y eso porque Teresa siempre decía vamos a comer esto, torta de papas, no comíamos mucha carne, una vez a la semana, una vez a la quincena, y que también por la situación económica, pero ya después comimos un montón de carne a mi familia le fascina, entonces sí come mucha carne”.

&&&&&&

18 “lo que compone la comida, sopa, arroz, guisado..... pues carne..... sigue siendo la carne..... lo que era café y pan.... sopa, arroz, guisado”

&&&&&&

19 “yo me acuerdo que comían de todo, hasta que llegue a la edad de ocho años, que por un enojo de mi madre, ya no pude comer lo que son las quesadillas, me hizo enojar mucho, lloré mucho, y ella me hizo una composición de comida que eran chicharrón con frijoles y yo no lo quise, y me dijo te voy a ser una quesadilla, no se si fue por el enojo que sentía que empecé a cambiar mi régimen de alimentación, de no comer nada de grasa, en gorditas, garnachas, el sabor que me dejaba la comida con las lágrimas y además sabía horrible, garnachas ya no..... comían de todo, y que me acuerde pues hacia mis tres comidas al día, cuando empecé a trabajar en la calle, a veces desayunaba y sino comía hasta en la tarde, los garnachas no por el exceso de aceite, tacos era lo que generalmente tragaba y entre comidas que el elote, que las galletas, mucho refresco, siempre he tomado un chingo de refresco, mucha coca, no recuerdo pero mi mamá me dice que desde bebé que tenía yo como dos años..... en el desayuno siempre hemos acostumbrado un café si piezas de pan en el desayuno, en la comida nunca hemos acostumbrado la sopa de entrada, siempre es de lleno el guisado, que podría ser carne de res, no se, bisteces, pero nunca acostumbre lo que es la pasta,

&&&&&&

20 “en la mañana era leche, un vaso de leche hervida, en la tarde era comida, sopa, guisado y en la noche igual”

3.2.1.2.-El tipo de alimentación después de la enfermedad

1 “si me dijeron, que tenía que moderar el exceso de picante, y de grasa por si me afectaba mucho, ya eran constante los dolores.....De hecho, si sigo comiendo chile, refresco, todas esas cosas pero ya no tanto en exceso, si las comes, pero si siento el dolor las dejo y ya, y me tomo algo y antes no.”

&&&&&&

3 “Qué eh hecho para evitarlo, pues nada. Se me antoja esto y me lo como, sabiendo que, a la hora o a las dos, ya tengo el dolor, no me he cuidado, así que.. no comas esto, que te va a dolor, no me importa que me duela, me lo como.... lo regular me tomo un café con leche y un pan..... este.. pues sopa y guisado.... Pues vuelvo a repetir un café con pan, y uno o dos tacos”

&&&&&&

4 “Un café y un pan.... Este, sopa de espagueti y pescado empanizado..... Un café y un pan..... Antes no comía, nada mas comía, antes que me casara, comía nada mas una vez, y te empiezan a salir como manchas y luego dicen es que te va dar anemia, y si no comes, ya como mejor de cómo antes comía.....”

&&&&&&

5 “Es levantarme en las mañanas y comer, un par de panes con te y atole, en las tardes ir a comer, a la uno de la tarde es mi comida y de ahí hasta la salida, a las 7 a las 8 como algo”

&&&&&&

6 “este,..... en la mañana ponle tú desayunábamos un pan con leche, en la tarde, un bistec asado y sopa o arroz o mole verde, en la noche leche y pan nada más antes no lo cuidó, antes de que me diera la gastritis..... siempre he llevado ese tipo de comida, de hecho yo que desde que me junte con Diana tengo preocupación, a lo mejor podría ser que también eso me afecte”

&&&&&&

7 “desde chicos, bueno ya ahorita tratamos de tener una alimentación más balanceada porque ya, que claro llegan las malas rachas y ahora sí lo que sea, tomamos que él cereal, que el pan, que el huevo, atunes, jamón, queso, salchichas..... horita me comí un plato de cereal, tres sándwiches con jamón y queso y esté mi vaso de leche..... cuando yo me siento muy mal de mi estómago, no como comida que les preparó ellos, por ejemplo me compre mi pan porque me arden mucho el estómago, desde ayer prácticamente no estoy comiendo los sándwiches el cereal y la leche.....de hecho ya la estoy cambiando porque con estos ardores y luego así me produce como náusea y a veces le provoca dolor, pero cuando me provoca dolor dijo yo no voy a comer nada, pero lo sigo comiendo, siento que ya disminuyó por ejemplo, yo no hago chiles rellenos, ya no hago pechugas empanizadas, bisteces rellenos, trató de disminuir la grasa, por ejemplo hago pescado y lo hago en el papel aluminio, de no utilizó el aceite, y lo que sí me gusta mucho son los chilaquiles pero consumen mucha grasa y el picantes trato de ya no hacerlo constantemente”

&&&&&&

8 “un vaso de leche, cuando hay pan, pan, sino la pura leche o un licuado, unos huevos, o una sopa..... como tacos, tortas, quesadillas, pambazos.....no lo hago así, de llevar al 100% un ritmo de comida bien, o sea, trató de frecuentar un yogurt una gelatina un postre para que me cuide un poquito más el estómago”

&&&&&&

9 “en la mañana depende a qué hora me levante de temprano, lo que yo acostumbro, mi café y mi pan, y si hay algo de comer, pero sí tengo hambre, en el hospital dependiendo de las cosas que hagan, porque luego son cosas que no me

gustan..... en el hospital como es una dieta muy Balanceada, y albóndigas, con medio bolillo, con una tasa de café, algún postre que puede ser una rebanada de até, una alegría, dependiendo de lo que tengan o una naranja, en lo que nos dan de cenar a nosotros haya..... si en el hospital del IMSS, en trauma, llegué al hospital, estoy en urgencias, vi a mis pacientes estuve tomando agua de naranja, entre lo que me subía a cenar a las 6:30 más o menos, dieron albóndigas, yo no comí, yo pedí un huarache con una pechuga asada, eso fue lo que cene a las 6:30, tome mi agua que llevaba de 1 litro, y fue lo único que comí, y ya baje a seguirle, a seguir trabajando”

&&&&&&

12 “pues hora si que nosotros comemos lo que o almorzamos lo que queda de la comida si, ya en la tarde mi señora prepara lo de la comida eso es lo que comemos, ya en la noche últimamente ahorita me como una torta o un vaso de leche con pan, si porque estaba yo en un horario de comida de dos a tres de la tarde y ya comía con eso y este, te vuelvo a repetir un vaso de leche con pan o una torta, hasta el otro día..... consumo dos comidas, desayuno que gracias a Dios a la hora que sea a los cinco de la mañana salgo bien almorzado y ya como a las dos de la tarde ya salgo a comer, hay veces que llegó a tu pobre casa, llego ceno, constantemente cuando tengo trabajo uno o dos meses, cuando no nada más almuerzo en las mañanas y ya en la tarde como a las cuatro de la tarde es cuando estoy comiendo hago dos comidas”

&&&&&&

14 ”este, nunca he comido dos veces al día, el desayuno por ejemplo siempre un pan con leche, café ahora, leche antes por que me obligaban a tomar leche, pan, a veces arroz con chilaquiles, para él desayuno, en la comida siempre ha sido más carne, ahora un poco mas de carne, y de cenar un poco más de carne..... sigo igual, es que si los sigo consumiendo aunque me

arda el estómago..... sigo igual, antes y ahora sigo comiendo lo mismo, cuando siento que me estoy muriendo pues como algunos téis o me pongo a respirar para calmar los dolores, pero no cuido mi alimentación por la gastritis no”

&&&&&&

15 “actualmente, híjole dos veces o veces una (risas), desayuno un jugo de zanahoria con espinacas, en la mañana, y fruta, de comida una ensalada de verduras verde oscura ya sea brócoli espinaca o acelga, zanahorias, ejotes, calabaza, depende si mi mamá hizo carne, no como carne pura verdura, sólo cuando hace tortas de huazontle, hongos así”

&&&&&&

16 “ los mismos, carne, tortilla, refresco y picante, lo mismo no llevo ninguna dieta normal”

&&&&&&

17 “yo no como mucho carne, si me gusta porque sí me gusta, pero trato de no comer la mucho, si se puede trato de comer dos veces por semana verdura, si se puede, como en mi casa no la comen, yo voy el super y compro pequeños ramitos, trató lo mejor que me alcance para 15 días, y cuando no tengo dinero que a veces no me salen consultas, no tengo dinero, no la compra, porque ni modo que les pida a mis papás, agua, si la tomo, antes tomaba agua de muchísimos sabores, ahora ya no ya tomo mucho refresco, desde que entré a la Universidad ya tomo mucho refresco, siempre he tomado café desde que era pequeña, siempre mi mamá nos acostumbró que en la noche debes ser tú café un pan, y en las mañanas un café y un pan, aunque, comas una fruta, hasta la fecha sigo tomando mi café y mi pan, pero nunca café negro porque cuando tomo café negro siempre me viene el dolor”

&&&&&&&

19 “lo que pasa es que la gastritis, la tengo como desde los 11 años y comía de todo, nadie se dio cuenta que era gastritis lo que tenía, por ejemplo me iba a la secundaria y me desayunaba un licuado o X. oh mi café con mi pan, y me regresaba y mi mamá se enojaba y me regañaba porque me regresaba, y mi mamá se enojaba porque decía que me estaba haciendo el tonto y no quería ir escuela, después se empezó a dar cuenta que eran dolores muy cañones, y que se acostumbraba el doctor en mi casa, pero unos dolores de estómago te los curabas con un té o una pastilla, pero me daban una pastilla era peor, y me decía te voy a dar té y me daba unos de ajeno y ya después de el dolor me tenía, iba a la plantita y me comía el ajeno y no me lo quitaba, me lo calmaba un poco pero no me lo quitaba, eso fue a los 11 o 12 años..... si, nunca he dejado de consumirlos, siempre he comido lo mismo, nada más que cuando es la dieta, pero no ha cambiado mi régimen alimenticio”

&&&&&&&

20 “ sigue siendo lo mismo no lo he cambiado..... la comida de la hora lo mismo, antes tomaba más café, ahora ya no”

3.2.1.3.- Alimentos que le hacen daño

1 “pues si, yo que recuerde, siempre he comido chile en exceso, sino, no me sabe la comida”.

&&&&&&&

2 “A bueno, ahorita ya me empieza hacer daño por consumirlo, en grandes cantidades el picante..... No, en la comida no es tanto, a menos que este así, muy

picosa y muy grasosa, si es como cuando el estómago empieza a rebotarse, pero no me dan los dolores tan fuertes”

&&&&&&

3 “guacamole, o picoso, un caldo con bastante salsa, me irrita y de rato ya siento, la raya en el estomago (hace mención con su mano, tocando el estomago, y subiendo por el esófago) y aparte me tomo un refresco y pues igual no”

&&&&&

4 “La carne de puerco..... tengo mis muelas destapadas, se me cayó la amalgama, como carne de puerco y luego, luego se me inflaman Yo siento que cuando como picante, o cuando comes longaniza y es cuando me dan los dolores..... de hecho casi no comemos picante, pero hay veces que si se me antoja el picante, pero si sabes que después debes de tomar una pastilla, evitas el picante”

&&&&&&

5 “Este, lo que es el picante rojo, que sea chile seco, el mole por ejemplo, me pega bastante, un chile seco, me golpea, lo que es el cigarro, café y la coca cola, son los productos que yo se que, si los consumo en la noche ya no voy a poder dormir, empiezan las molestias..... El café ya no lo tomo, por lo mismo que me tomo un vaso de café, y empiezan las agruras, y empiezan las agruras, a lo mejor no al momento, pero si al irme acostar, es algo que, si algo me molesta es que ya al dormir empiecen esos malestares”

&&&&&&

6 "no, todo me lo como, pero me da has de cuenta, cuando como mucho picante, como picante y repito el picante pero, me dan agruras, cuando como longaniza me dan muchas agruras, este, cuando como y fumo me dan agruras, ó sea que diario, diario fumo esté, cuando tomo coca y fumo cuando siento el ardor se puede decirse..... en algún alimento que me haga daño, cuando como piña y me dan agruras, cuando tomo café, cuando.. es algo muy caliente"

&&&&&&

7 "El jitomate, el chile, la piña, el limón, la mayoría de los alimentos, si llevan mucha grasa también"

&&&&&&

8 "jugo de naranja y y Chile, es cuando me da mas fuerte"

&&&&&&

9 "lo condimentado, me provocan mucha acidez..... cuando son muy condimentados, o cuando tienen mucha grasa o todos los cítricos hay una pasta de dientes que es la Colgate que tiene un enjuague bucal es horrible, me duele el estómago de lo que siento, no se si es tan fuerte que hasta me hace vomitar parece que me comí algo que me hace daño"

&&&&&&

10 "si, el huevo, carnes rojas..... todo eso hace daño pero a mí no es la salsa, el exceso de salsa..... de repente, lo que dejó es la salsa, pero lo sigo consumiendo..... diario, pero no me da siempre el dolor"

&&&&&&

11 "Si, la longaniza, me hace mucho daño, el huevo"

&&&&&&

13 "Al principio, cuando era niña, no me hacía daño nada, yo no sentía que me hiciera daño nada, yo no sentía que me hiciera daño nada, pero ya, cuando entre a la prepa, empecé a comer cosas con picante y me dolía el estómago"

&&&&&&

14 "El picante y las grasas"

&&&&&&

15 "todo lo picante, refresco, todo lo de vinagre, si considero que hacía daño grasas también me hacen daño, porque cada vez que consumía esos alimentos tenía la crisis de gastritis"

&&&&&&

16 "si, si como carne se me hinchan las piernas, en la cara, las manos, con sal si,con la sal, con embutidos, que por eso no debo de comer frituras y es lo que más me gusta..... con el cigarro y con el picante"

&&&&&&

17 "por ejemplo él chile, el limón en exceso me hace daño, igual que el café, que el café no me gusta pero me hace daño, el refresco es algo muy chistoso porque no me hace mucho daño, ahorita si estoy tomando mucho refresco me he dado cuenta, la calabaza también cuando es medio crudas me hace daño, cuando mi

mamá las hace rellenos de queso capeadas me hacen daño me gustan mucho pero me hacen daño y más siglas como en la noche y también la sandía, me hacen daño y no empieza a doler la boca del estómago..... el tequila, no es alimento pero también me hace daño cuando me lo tomo, que otra cosa,. La sandía es una de las que también de cómo y me viene el dolor nada más creo”

&&&&&&

18 “pues si, todo me hace daño más cuando como carne..... por ejemplo nada más es cuando como carne o salsa roja por decirlo así, es cuando me dan ni, cuando consumo más de salsa”

&&&&&&

19 “no, no sabía ni qué era, me comían mis papas con un buen de salsa, las bañaba en salsa, nunca hubo problema, eran esporádicos los dolores..... los frijoles no los puedo comer porque, si somos frijoles ya estuvo en nombre la acabe con el dolor de estómago”

&&&&&&

20 “la comida de ahora es..... grasas, picante, este..... verduras casi no aunque sí me gustan pero no me las como..... la leche, el café, la carne de puerco aunque no la he dejado de comer”

3.2.1.4 Cuantas veces come al día

1 “por lo que se, yo era muy comelona, comía a todas las casas que iba, todo lo que me daban me lo comía.....yo me acuerdo que íbamos a la primaria, y desayunábamos muy poco, a lo mejor un vaso de café, unas tortillas, pan , no se, y ya en la tarde veníamos y ya estaba la comida, y comíamos y la cena nada

mas.....1 “Normalmente dos veces.....normalmente como y ceno.....porque en el desayuno no me da hambre, luego me da flojera, solo no me dan ganas de comer.....no solo porque estoy con mi hija pero le doy de comer y ya, digo ya comió mi hija y con eso basta, yo ahorita no tengo hambre, hasta el rato como”

&&&&&&

3 “ tres veces al día..... mas chatarra últimamente, en comer continuamente chicharrón y gorditas, menos verduras”

&&&&&&

4 “ 3 o 4, pero ahora nada mas 2 o 3.....porque luego resiento mal por el picante o el irritante.....

&&&&&&

5 “ 3 comidas al día,en la mañana algún pan, con algún té o atole, en la tarde, sopa guisada, y en la noche el mismo guisado que se haya en la tarde”

6 “ dos veces..... tacos de carnitas, gorditas, puras garnachas, como y ceno.....”

&&&&&&

7 “ Dos veces al día, desayuno y comida, en el desayuno varea, puede ser comida de lo que hago del día anterior, ya sea carne o chile y frijoles con sopa, varea, varea”

&&&&&&

8 “ tres veces al día, En la mañana es sopa, guisado, en la tarde es puro guisado y en la noche es leche con pan”

&&&&&&

9 “antes comía tres veces, desayuno, comida, y cena.....ahora dos que tipo de comida, pura comida que me llena, las garnachas en el hospital y en la casa lo que haya hecho mi mamá, carne, o lo que haga..... mi desayuno como tal sería un café con pan, en el hospital, bueno serian tres comidas, en la mañana es un café con un pan en la tarde una torta o tacos o lo que encuentre de comer y en la cena lo que mi mamá prepare de comer, ya sea sopa, carne o pollo.

&&&&&&

13 “ Cundo iba a la escuela, un vaso de leche, sándwich y si llevaba dinero algo en la escuela, gorditas o quesadillas, y ya en la noche, en mi casa bien, sopa, guisado, pollo, pechugas empanizadas, carne, actualmente, cereal con leche, almuerzo guisado y tortillas, como a las 5 plato de sopa y un pedazo de pollo, en la cena pan y leche, dependiendo del hambre que tenga”

&&&&&&

14 “ Al día dos, el desayuno café con pan o fruta yogurt y eso, y la comida, ya como lo que es verduras o carne o sopa y ya”

&&&&&&

16 “ lo que es almuerzo y comida porque me levanto un poco tarde, ya lo tomo como comida y cena verdad..... Café, pan, algo de comida y tortilla y en la comida lo que es guisado, comida, tortilla, agua, refresco”

&&&&&&&

17 “Normalmente tres, en las mañanas, leche, cereal pan, en la comida pollo, carne, sopa de verduras o de pasta, en la cena leche y pan.

&&&&&&&

20 “sigo comiendo dos por lo mismo del trabajo”

3.2.1.5 Consumo de alcohol

1 “Antes de que me casara consumía, pero ahora con mi hija ya no, una o dos veces en los dos años que tiene mi hija”

&&&&&&&

2 “Debes en cuando consumo alcohol, ahora que entre a la escuela otra vez es como cada 15 días”

&&&&&&&

3 “Si, me gusta beber, no fumo, bueno fumo esporádicamente, no me llama la atención como el beber.....

cada cuanto bebo, pues si me dieran, viernes, sábado y domingo lo haría, pero si nada más me dan el sábado, pues el sábado, igual y pidiera beber diario”

&&&&&&&

4 “Pues,...casi cerveza es la que, cuando tomo es la cerveza..... Ahorita, cada quince días? (risas)”

&&&&&&

5 “en bebidas alcohólicas, te podría decir que si soy adicto al tequila o al mezcal, también me golpea mucho, cuando me excedo en esas bebidas también siento las molestias..... esta entre un promedio de 15 días, porque hay veces que en un mes no lo hago, pero al siguiente cada 8 días, es variado, dependiendo con los amigos con los que estés de trabajo, en donde dicen “vamos a tomarnos una cerveza” y pues orare vamos”

&&&&&&

6 “cada ocho días..... me siento a gusto, me satisface el tomar”

&&&&&&

7 “buenos si, pero es muy raro..... si acaso yo me llego a tomar una cuba, en cumpleaños o reuniones, aunque haya reuniones es una o dos”

&&&&&

8 “no, ahorita ya no tomo..... tiene... año y medio.....antes cada ocho días..... había veces que hasta los domingos”

&&&&&&

10 “ahorita estoy jurado, pero antes si no siempre..... Una vez a la semana”

&&&&&&

12 “ahorita lo mío es lo de la gastritis, te vuelvo a repetir no sé a qué se deba, yo era un tipo de los que se la pasaba tomando cada ocho días, cada 15 días hasta un límite nada más, pero después de un tiempo de 2 o tres meses me empieza arder el estómago y comienzo con el ardor de estómago, es cuando siento que ya estoy mal”

&&&&&&&

13 “ si antes cada 8 días y mínimo 2 caguamas, y actualmente una caguama cada 15 días”

&&&&&&&

14 “el alcohol es menos, sólo cuando tengo ganas de tomar, si tomo, pero casi no”

&&&&&&&

15 “Alcohol de vez en cuando”

&&&&&&&

16 “no, de vez en cuando..... no ahorita ya tiene dos años que no, salvo poco, pero cuando llego a ir a una fiesta si tomo unas cuatro o cinco cubas que le llaman”

&&&&&&&

17 “hace dos años, tomaba mucho, con mis amigas como acabamos de salir de la escuela cada viernes nos íbamos a tomar, o cualquier ocasión que tuviéramos nos íbamos a tomar, siempre cerveza, hubo un tiempo en que tome tequila, casi siempre tomaba cerveza, ahora en una fiesta, pero que estemos celebrando algo,

dos veces, cada tres meses, tomó una copa y ya, por ejemplo ayer me tome dos copitas y me llegó la sensación y ya, pero ya no pasa nada, las crisis, yo le llamo a un dolor que no me deja dormir y me han dado unos tres veces, en la secundaria, en el CCH, y la otra en la Universidad, la última vez si me dieron ganas, como la sensación de vómito, que no vómito pero si tengo las náuseas”

&&&&&&&

18 cada ocho días más o menos..... fin de semana, ya sea viernes o sábado cualquier día..... seis cervezas

&&&&&&&

19 “ya no es muy seguido, pero antes si tomaba muchísimo..... huy no, tomaba muchísimo, yo creo que desde los 18 años que empecé a tomar yo creo que diario estaba en estado de ebriedad, del vino nunca lo he dejado, la cerveza es la que me encanta..... no se, cada ocho días pero no es de ponerme hasta atrás, me tomo dos o tres cervezas y ya nada más”

&&&&&&&

20 “una vez a la semana”

3.2.1.6 Cuando toma alcohol porque lo hace y que siente

1 “ No simplemente por el hecho de estar en una reunión o en una fiesta y por el hecho de que todos tomaban, yo decía pues también tomo.....pues el momento de estar ahí, de que te sintieras bien no, de que estuvieras bien ahí en la fiesta y pues si todos tomaban, yo también tomaba,por sentirme alegre en el momento, porque triste no, por pasármela bien en la fiesta donde yo

estaba.....te sientes mas relajada.....mas a gusto, triste no, por estar tomando”

&&&&&&

2 “ Hay días que se me antoja.....a veces me siento triste por eso.....me siento bien, pero ya cuando te emborrachas te sientes mal al siguiente día”

&&&&&&

3 “ Me motiva el sentirme bien con los compañeros y poderme expresar de mis penas y de mis alegrías, me siento bien, porque se que me puedo emborrachar bien en confianza, y no tengo limitaciones, tengo limitaciones cuando no conozco el lugar, porque no vaya hacer que la vaya a regar”

&&&&&&

5 “ El alcohol te transforma, bueno a mi me transformaba, me ponía mas loco..... me sentía contento con el alcohol, mas suelto y mas contento,..... Cuando uno es borracho es borracho, cualquier cosa que lo entristezca o lo alegre es motivo suficiente para ingerir alcohol

&&&&&&

6 “ pues por gusto, pienso yo, porque cuando llego y hay alguien tomando, pues yo también, a lo mejor por sentirme alegre, por estar conviviendo con las personas, me siento mareado (risas) no, me siento mas alegre, pero cuando tomo también me da la gastritis, me duele el estómago, me arde el estómago.

&&&&&&

7 “ Casi siempre es por cuestiones de fiestas (risas) por la convivencia si “

&&&&&&&

8” Por alegría, si por sentirme a gusto”

&&&&&&&

9 “ Es muy rara vez, pero me desinhibe (risas) serian dos pero muy ocasionalmente en fiestas y a menos de que tenga muchas ganas, porque menos no,.....a veces hasta medio año que no tengo fiestas.....es cuando me siento alegre para consumir alcohol, si alegre”

&&&&&&&

13 “ Porque me gusta, no tomaba por que me sintiera mal, era parte de mi desmadre y diversión”

&&&&&&&

14 “ Regularmente cuando consumo alcohol así en las fiesta es poquito, si acaso dos cubas y ya porque aparte me emborracho rápido porque casi no tomo, cuando estoy en una fiesta no degusta tomar porque no me gusta hacer ridículos, entonces mas bien cuando tomo, cuando tengo ganas de tomar, tomar, tomar, así bien ponerme peda, y eso una vez al año o dos, es con mi familia y amigos de mucha confianza y es cuando me siento triste, que me ponga bien peda si”

&&&&&&&

20 “porque me siento a gusto”

&&&&&&&

3.2.1.7 Consumo de cigarro

1 “El cigarro si, no lo puedo dejar, mi esposo se enoja, pero si fumo un cigarro después de cada comida, o cuando se puede”

&&&&&&&

2 “Si consumo pero es raro, nada mas cuando tomo, 3 o 4 cigarros nada mas”

&&&&&&&

3 “ casi solo cuando tomo, uno o dos y eso a veces”

4 “Compro una caja diaria”

&&&&&&&

5 “Lo que es cigarro, no soy adicto al cigarro, a lo mejor hoy me puedo fumar un cigarro después de la comida, este, con eso tengo para que dos tres días no pruebe el cigarro, hasta días sin fumar, si me llegó a fumar dos cajas de cigarro al año es mucho, por lo mismo que no lo soporto, me afecta, entonces no, no soy adicto al cigarro”

&&&&&&&

6 “Diario..... esté, como 10 o 12..... cuando estoy preocupado, cuando pasa un accidente o este, o tengo algún problema”

&&&&&&&

7 “lo que sí fumo de ley, es acabando de desayunar, de comer y en la noche, me tomo mi café o mi té”

&&&&&&&

8 “alrededor de una cajetilla diaria..... hubo una temporada como de los 18 los 20, que aumentó el vicio del cigarro, me fumaba hasta dos cajetillas y media..... del cigarro que tengo que bajarle, le comentaba que me fumaba dos cajetillas al día, pero yo le estoy bajando, de hecho ahora me fumo cajetilla, pero nada más me fumo medio cigarro y lo tiro”

&&&&&&&

9 “el cigarro de plano que se me antoje mucho, pero es también otro factor el que me provoca dolor”

&&&&&&&

10 “no, cuando fumaba si, pero ya deje de fumar”

&&&&&&&

12 “cuando fumo aproximadamente me fumo una cajetilla y media, luego lo dejó como ahorita que ya tiene dos meses y luego tres o cuatro cigarros varía, de una cajetilla a tres o cuatro cigarros al día”

&&&&&&&

13 “ Si antes en la escuela 2 en la prepa, después 2 al día y ya en fiestas o reuniones como 10 cigarros”

&&&&&&&

14 “es que mira, toda la semana no fumo hasta el fin de semana, entre sábado y domingo, y cuando estoy con los amigos como nueve cigarros en cada fiesta”

&&&&&&&

15 “tabaco no”

&&&&&&&

16 “viene siendo una cajetilla al día, y tengo 14 años fumando”

&&&&&&&

17 “ahorita yo no consumo tanto cigarro, más que uno o dos, dos o tres al mes, como tres al mes, pero antes me podía acabar hasta una cajetilla a la semana, empecé a fumar en él CCH, tendría como 18 años y de ahí me la seguí hasta por terminando la carrera yo creo, una cajetilla en la semana, fueron cuatro años más o menos, cuando estoy muy estresada o muy ansiosa fumo mucho, y eso es lo que hace que calme mi ansiedad o mi nerviosismo”

&&&&&&&

18 “los fines de semana cuando tomo”

&&&&&&&

19 “a los 18 años empecé a fumar, como todo de puro cotorreo, para ver qué se siente y todo eso, pero hay gente que no controla y se puede fumar dos cigarros al día, yo soy de los que empecé a fumar y soy de las personas que me fumo tres cajetillas el día..... a la edad en que comencé me fumaba una cajetilla diaria, y de que empezó a avanzar tendrá como unos cinco años, que son tres cajetillas al día”

&&&&&&

20 “si, del diario de cuatro a seis”

&&&&&&

3.2.2 FAMILIA

3.2.2.1. Expresión de las emociones con los familiares

1 “yo siento que bien, lo normal, de pues te ves, un rato, todos trabajan, un rato y ya, cada quien se va para su casa.....Pues mucho, no hay así, si nos llevamos bien, pero de hecho somos de los que, si ves que hay una pelea, pues no te metas, cosas así, no interfieres mucho cada quien con su vida.....No, me la guardo para mi, me la reservo”

&&&&&&

3 “mi mamá, mi hermana, mi cuñado, actualmente mi esposa, una hija.... Es como te dije en la segunda o tercer pregunta, casi al principio, pues es por lo que yo viví en mi infancia, este, no lo he podido sacar y eso es lo que me hace ser, ser así con la gente, me heriste, así lo dejo pero lo cargo, se queda grabado en mi cerebro, el momento, pues casi no la fecha, pero con claridad, de volverlo a contar

tal como tú... Pues te digo, las relaciones son muy secas, te digo, cada quien en su casa, y pues a ver vénganse vamos hacer una comida o algo, muy, muy, ¡ya me voy, voy ir a comer! , sin embargo pudiéramos cambiarlo, por decir, que te parece si comemos juntos o vamos a dar una vuelta al parque o no al parque, ir a la plaza a caminar juntos, pero no (tose).”

&&&&&&

4 “Furia, por que ahora siento que este, porque me tiene confianza no, porque voy a mi casa y nadie me dice “hay pues se enojaron o esta Chela o mi mamá o algo así, y sin embargo viene mi mamá y me dice, luego hasta se pone a llorar y todo, así como que me siento bien porque finalmente me tiene al tanto no.... las abrazo. Por ejemplo, a papá, a mi mamá, como que hay veces que si, yo creo que por ejemplo por lo mismo de Enrique, así como que me costaba mucho trabajo decirle, “ya me voy a trabajar, decirle hay que dios te bendiga” como que hay veces que no te nace decirlo, por ejemplo, con mi papá siempre, hay te quiero mucho, estas bien guapo, siempre lo abrazó, le doy besos, igual con Enrique, si me nace decirle, te Quiero, aunque sea de relajo, lo dices en serio, como que necesitas decirlo no, “yo te quiero mucho gordito aunque tu no me quieras, así como cotorreando, con Javier es menos, somos así como que abiertos, por ejemplo antes de novios pues si, te quiero mucho te extraño, así como que cuando ya eres pareja, así como que una vez al año sale un te quiero, o cuídate, o te amo o así, pero no sale mucho, raramente, como que no..... Pues igual te tienes que reservar no, o callar, dices una broma o algo, y dices, “ya se ofendió no” no se , o ya te dijeron cállate o así no digas, o como que te no te sientes libre, te restringen, debes de decir ciertas cosas

&&&&&&

5 “Actualmente, no somos una familia muy comunicativa créeme, no somos de los que llegamos a platicar de “me fue así, o me fue así” no, yo por ejemplo, llego,

ceno, vemos noticias y no tenemos una comunicación muy abierta, se podría decir con lo que son mis papás, mis hermanos ya se casaron, están todos afuera, cada quien esta en su casa, yo estoy viviendo con uno que no es casado, somos los solteros, estamos viviendo los dos con mis papás, entonces yo siempre, este, le confié algunas cosas, pero otras no se las platico, igual con los demás, mis dos hermanas se casaron, y mi hermano que está en Toluca, igual no tengo una buena comunicación, no nos peleamos, pero no platico todo lo que les puedo platicar a mis amigos..... este, yo creo que te quedas con ese miedo de cuando eres chavo y decirle alguno de tus hermanos, decir "hice esto" y que ellos digan "pues ahorita vas haber" (risas) entonces, ahorita yo les digo hice esto, y se que no me dicen nada, pero yo creo que te quedas con esa idea no, ya te educaste, ya creciste así, sientes eso, que si les platicas algo piensas, me van a regañar, ahorita no lo hacen, no se como reaccionarían ya al decirles algo no, pero ya me acostumbre a no confiar en ellos..."

&&&&&&

6 "igual, si estoy enojado me dirijo con groserías con mi mamá o con mi papá, no los insultó a ellos pero has cuenta, si una persona les hace algo o les dijo algo o si mi hermano el más chico se porta mal le digo groserías que no se pase de listo, digo groserías así lo expreso, cuando estoy contento no..... no lo expreso por dentro estoy contento que yo diga de reírme no

&&&&&&

7 "bueno de hecho, no es que sea envidiosa, pero siento que mi esposo lo toman demasiado en cuenta mi familia, le ponen más atención, y dicen pobrecito, de todo ven y lo compadecen lo admira y lo que sea, de hecho como le dije siempre, parece que yo soy la nuera y tú eres el hijo, porque la verdad así es, por ejemplo mi mamá le dice "hay perico esto, lo otro" lo considera como si fuera su hijo, y por ejemplo yo le digo " oye mamá es que pasa esto, y me responde es que tú tienes

la culpa, o sea que yo soy la culpable, yo soy la culpable de todo y aunque él comete un error o yo cometa un error X., buscan un culpable y el culpable siempre soy yo, yo siempre les he dicho admita sus errores, si yo cometí la falta de hablar y decir, de echar a pelear a fulano, lo reconozco fui yo, porque voy a decir que fue otra persona hay que admitirlo pues no soy muy afectiva a eso, a menos de que no sea un cumpleaños, decirles un te quiero como algo pero así, porque si no.....pues no, yo termino de hacer mi qué hacer y cierro la puerta, sacó mi ropa que voy a planchar o doblar, ni estoy con hija, ni estoy con mi cuñada ni subo con mi hermana, más bien ella son las que vienen a platicar un rato a ver este estoy a haciendo”

&&&&&&

8 “la relación es muy establecida de hecho pues, nos ponemos a platicar de por ejemplo, si les hubiera hecho caso de que no me mal pasara o que me cuidara, no estaría sufriendo consecuencias así..... estoy muy chavo para sufrir ese tipo de dolores, ése tipo de enfermedad, que no me mal pase, que me debo de cuidar ese tipo de enfermedad, que coma yogures, gelatinas..... muy cariñosos, tratamos de que si hay algún disgusto no sacarlo en él momento, por ejemplo, si alguien está tomado tratamos de decírselos en juicio..... cada que tengo oportunidad de estar con ellos los abrazo y les digo que los quiero, casi siempre andamos abrazos o agarrados de las manos..... era muy unida la relación, muy triste porque pesar de que me iban a ver yo me seguía quedando ahí, era muy triste pero era muy unida mi familia..... yo me daba cuenta que lo que me decían lo entraba por un oído y me salía por el otro, no se me quedaba nada de lo que decían, pero con las terapias fue incrementando el amor a mi familia, creció mucho mi deseo familiar por estar con ellos, demostrarles lo que mucho tiempo desperdicie..... es la relación buena, hay veces que tenemos nuestras indiferencias pero de ahí somos muy unidos..... “

&&&&&&

.

9 “no me estén molestando así, de hecho para salir, y no quiero que se enteren a donde fui, le preguntan a donde fuiste y les digo a la calle, pero a donde fuiste va a lo mejor no quiero que se enteren de que me fui a costar con alguien me choca que me pregunten pues me fui a la calle y adiós, me molesta y ya..... eso no se me da, con ellos no se me dan los abrazos..... porque nunca nos enseñaron hacer así, yo he visto que con otros hermanos lo expresan, pero yo para decirles algo les digo pinche vieja es una forma de decirles que las quiero, abrazos y besos no”

&&&&&&

10 “con ellos me llevó bien el salir adelante, al no ser lo que la gente pensaba un drogadicto, un ratero que se yo, a base de trabajo me he superado me he valorado a mí mismo, y que la gente me valore..... seré yo el consentido, trabajador, seré yo el hermano que a lo mejor no se apoyen en mi en cuestión económica para platicar, yo con la edad que tengo he vivido bastante, se lo que yo quiero, y se lo que yo quisiera darle a ellos pero no se acercan a mi..... me hacen pensar que yo ya hice mi vida y no me importan lo cual no es así, me interesa bastante que vivan bien que estén bien..... el estar bien con ellos, el platicar con ellos el que estén bien conmigo no se”

&&&&&&

11 “Siempre me a gustado divertirme, con los amigos, me gusta divertirme con mis papás, porque de hecho, cuando ellos salen no me gusta quedarme encerrada, o sea les digo no voy a ir, y ya cuando se van les digo no si voy con ustedes, bueno en primero, no me gusta escuchar las relaciones así de a gritos, ya nadie habla, ya todos gritan, así estés comunicando cosas bien, o sea no este enojado, si no que estés llevando una platica bien, es a grito abierto, con voz alta, yo me desespero, no quiero, escuchar que griten, me gusta el silencio, en mi casa somos muchos y

siempre hay mucho escándalo, o sea así no, otra cosa que también este, siempre están pelean, si no son unos son otros, si no es mi papá y mi mamá, son mis hermanas, o soy con alguien más, pero siempre hay un choque con alguno de los miembros de la familia, no me gusta estar encerrada, estar mucho tiempo en un solo lugar, me gusta mas la tranquilidad, y en mi casa no la encuentro”

&&&&&&

12 “con respecto a mi esposa es el apoyo que más tengo es con la que me va jalando, con respecto a mis hijos he cambiado bastante con ellos porque..... no teníamos ese don de comunicarnos chocábamos, me querían platicar algo luego, luego me encendía, yo les quería decir algo y luego, luego ellos también se encendían, ahorita gracias a Dios estamos más unidos..... cualquier cosita nos enojamos, nos encendíamos, llegábamos al grado que no nos aguantábamos estar platicando, nos enojábamos, nos parábamos y ya, las pláticas que empezábamos no las terminábamos, ahorita ya agarramos un tema problemas que pasan, problemas que vienen ya vemos las cosas con más calma, tratamos de darle solución y gracias a Dios vamos saliendo poco, poco..... ahorita una emoción lo que es alegre, lo que es de tristeza es de tristeza, cuando hay que dar un abrazo amargo es amargo, cuando uno está contento pues felicitarlo de alegría pues ponernos contentos finalmente me nace darles un fuerte abrazo de alegría, de saber que estoy con ellos, que estoy platicando darles poquito de ánimo para que salgan adelante”

&&&&&&

13 “ Con mi papá siempre me he llevado bien, mas grande empezó a ver distancia y prefería salirme de mi casa y convivo poco con mi papá, actualmente platico y veo la tele y de vez en cuando peleamos pero no tomo tanta importancia, pasa y ya, con mi mamá siempre ha sido de regaño, siempre me ha regañado mucho por cualquier cosa, pero la relación por ser mujeres es buena, con mis hermanas

siempre hay distancia casi no platicamos, con olivia siempre ha sido diferente, es que somos muy diferentes”

&&&&&&

14 no, (se le salen lágrimas) ya no quiero llorar..... ahora que se te tengo que hacer mis cosas, es mi sentimentalismo porque no quiero que mi sobrino se vaya a una guardería, mi mamá no le tiene paciencia, mi hermano menos, y mi hermana se va a la escuela todo el día, me cuesta trabajo.....siento que mi hermana no le ponen la atención que debiera..... me enoja, me enoja su actitud porque te digo que se le olvidan las cosas, de repente, no hay leche hervida y me enoja que no tenga leche hervida el niño, entonces él está llorando y no hay leche y el ya está haciendo su berrinche me molesta que no prevea las cosas”

&&&&&&

15 “siempre era la pelea constante de tomate la pastilla y yo de que no, me he enojado mucho de que casi mi mamá me la metía a la boca y yo no quería, y mi papá cuando llegaba y me veía toda mal, sentía que lo preocupaba, a los hermanos a los muy chicos que era Roberto y Nancy también ellos se preocupaban era de yo te traigo la leche, tómatela ándale, se preocupaba mucho por mi..... antes no expresaban nada, cuando me enojaba si gritaba y lloraba, cuando estaba muy enojada y muy triste no les hablaba, me preguntaban y no los respondía, cuando les quería decir te quiero te amo no podía ahorita mi mamá si le digo me siento muy triste si lloro con ella, cuando estoy muy enojada no hablo, se dan cuenta y me dejan, cuando los veo también ya les digo que los quiero, que los amo, a mi mamá y a mis hermanos, al pequeño nunca se ha dejado pero sí le digo que lo quiero, y lo abrazó a la fuerza pero si lo quiero, a mi papá si lo quiero y se lo he dicho pero lo he abrazado en ocasiones llorando y me ve tan abandonada y me abraza y dejo que me obrace, yo no puedo abrazar a mi papá, me cuesta trabajo todavía

..... si, los amo, los adoro, antes era con amor pero con coraje mezclado”

&&&&&&

16 “me regañan, porque, que porque si se que me hace daño o que me siento mal porque me como las cosas que me hacen daño, que ya deje de fumar..... mi hermana la que sigue de mi, la que me lleva dos años ella tiene un retraso, tiene 50 años, tiene la edad de una niña de 12 años, entonces regalarle a ella algo sabe que la quiero,..... casi no nos vemos mucho..... pero por ejemplo cuando es Navidad, o su cumpleaños, o día de las madres nos hablamos para felicitarnos..... Con mis hijos antes era muy buen, convivíamos mucho, platicábamos mucho pero desde que se casaron ya casi no”

&&&&&&

17 “Jorge no, a Roberto si a pesar de que es un enojon de primera y siempre me hace enojar a él si lo ando abrazando, no le digo que lo quiero pero siempre lo ando abrazando, haciéndole cosquillas y lo que tú quieras, a Joel no, como que crea una barrera entre nosotros y no permite que la traté de pasar, con Guadalupe tampoco, tampoco, a veces sí le digo que la quiero mucho, a raíz de su enfermedad, y con Teresa si, también con Teresa la ando abrazando, le ando haciendo cosas igual ella, con ella convivo mucho, con Araceli ya no, antes si, como nos dormíamos juntos siempre le hacía cosquillas y siempre la abrazaba, Horacio, Joel, Jorge y Lupe ponen una barrera, no te dejan acercar, Horacio hasta que tuvo la bronca con su novia, yo lo abrasé y como que se dejó, siempre trató de poner una barrera, como que es muy frío, como que son muy fríos en ese sentido,..... a por ejemplo... en fechas especiales como lo es la Navidad, día de las madres, Reyes, 14 de febrero, todos nos juntamos y comemos juntos, convivimos y bailamos, reímos, contamos chistes, con mi mamá, mi hermana y mi sobrina con vivo con actividades en la Iglesia, tenemos un grupo en común, cuando tenemos broncas, haciendo proyectos, también hay una fecha que

se llama jubileo y convivimos todos, o cuando llega un santo a la casa llega el momento en que todo mundo se junta, más chido como que se siente otra vibra en la casa”

&&&&&&

18 “con mi hijo si mucho, lo abrazo, le digo que lo quiero y lo amo y ya,.....
.....también lo mismo, la abrazaba y le decía que las quería.....con mis papás fíjate que no, nada más saludarlos preguntarles cómo les va,

&&&&&&

19 “vamos, como familia hemos tenido problemas por ciertas cosas, pero siempre nos hemos llevado muy bien.....diciéndoselos, madre te quiero mucho, madre estoy enojado contigo, siempre expresó todo con las palabras, a veces compro algo, me acuerdo de mi madre, se lo regaló, rara vez le regalo una flor a mi hermana, pero todo lo expreso

&&&&&&

20 “:..... es mi mamá, mi papá mis hermanos casi no, una convivencia diaria o una rutina casi no, platicamos de vez en cuando el tiempo lo permite pero una rutina no..... yo creo que los experimentas todos de diferente forma, en la familia no somos expresivos

3.2.2.2.- Relación con el papá

1 “es buena, yo siento que si”

&&&&&&

2 “Con mi papá siempre ha sido una relación, muy alejada, así como...muy distante, entonces no puedo tener mucha comunicación con el..... poder

expresar, este “sabes que me paso esto, sabes que me siento así” o sea, no hay esa comunicación, es de “ a bueno como te fue, bien, a que bueno esta bien” pero de ahí no pasa..... no se el interés en lo que me pasa a mí, igual y yo se que tiene el interés pero no lo demuestra..... No se, yo he tratado de acercarme a él, no se el siempre es como muy, muy tajante y como que corta, de repente, ya llegar con el y decir, ya se que me va a contestar, pues así”

&&&&&&

3 “ Es un poco distanciada, no hay conversaciones de padre a hijo, hijo a padre, no hay algún este, un momento de reflexiones, palabras de aliento que te motive, que te pueda dar un consejo, que te diga yo te puedo apoyar en esto si fracasas, es muy distanciado nada mas, que paso como estas y ya”

4 “con mi papá siempre nos hemos llevado bien..... No, a mi papá como esta tan lejos trabajando, le hablo cada tercer día, mi mamá a veces cuando tiene un problema Enrique viene, casi diario y este yo también diario voy a la casa”

&&&&&&

5 “Mira, que mi jefe no estuviera con nosotros, llegó hacer hasta placentero no, porque no estuvo con nosotros, porque cuando llegaba era a regañar verdad, entonces hasta eso mi mamá supo suplir, tener ambas funciones no, la de madre y padre a la ves, entonces a mi jefe yo no lo extraño, no se mis hermanos, pero yo no, yo no, Se siente, nunca le dimos gusto, si nosotros le dábamos algo, el nos pedía otra cosa no, por eso que nunca fue, que lo estuviéramos esperando con un gusto, nunca fue de ya llegó y cuando te vas (risas)”

&&&&&&

6 “con mi papá me llevo bien..... me pegaba mi papá mucho, nos escapábamos y él se daba cuenta los preguntaba a donde fueron nos caían en la mentira y ya nos pegaba los dos, y luego yo me peleaba con mi hermano por lo mismo, yo le decía dile esto, y él le decía otra cosa y pues ya, nos peleábamos por eso, nunca me llevado mal con mi papá por qué nos quiere mucho mi mamá también.”

&&&&&&

7 “mi papá fue todo lo contrario él me mimaba mucho, le daba todo fue otra cosa..... lo que pasa en mi papá casi no permanecía en casa, siempre agarraba dos o tres turnos por darle a mi mamá lo más que se pudiera, porque como éramos muchos decían que éramos bien cabrones y que no alcanzaba, entonces mi papá trabajaba todo el tiempo”

&&&&&&

8 “bien, para platicarle cualquier situación hay confianza. “

&&&&&&

9 “con mi papá hace 12 o 13 años que estuvo el, siempre fue una amistad de cuates con el hablaba de todo, él fue el que me dijo que era la menstruación me dejó decidir en lo que yo quería ser para que nadie le echara la culpa, hasta que mi papá falleció”

&&&&&&

11 “Con mi papá antes era más estrecha, el me comentaba todo los planes que tenía, las cosas que quería hacer, pero de un tiempo para acá es un poco más distante, como que él se apegado más a mi hermana, la que sigue de mi, conmigo a tenido un distanciamiento..... Mi mamá siempre está

cuestionándome por todo lo que hago, o lo que digo, siempre me esta diciendo, "no es que tú, a ti te gusta hacer cosas que para ella no están bien, para ella no están bien", pero yo siempre les digo es que son cosas que a mí me gustan, que a mi me laten, si me equivoco, no, no me equivoco, pues ya aprenderé, pero no necesito que tu me ayudes, a saltarme lo que me está gustando, porque tu crees que es malo, entonces siempre estoy diciendo lo que siento, lo que hago, lo que quiero a pesar de que les moleste, no me importa, o sea, si me equivoco, ya aprenderé, Con mi papá casi no, si soy muy barbera con mi papá y si soy muy celosa pero no soy muy expresiva de mis emociones con él casi no,"

&&&&&&

13 "Con mi papá es con el que siempre, siempre, he sentido que me he llevado mejor, con el platico, siento que me apoya en mas aspectos que mi mamá, incluso cuando mi mamá se enojaba conmigo o algo, el hablaba con ella, el le decía habla con tu hija, incluso hasta eso le molestaba a mi mamá, porque decía que el me daba el lado a mí y no la apoyaba a ella, entonces con el me llevó muy bien."

&&&&&&

14 "siempre ha sido buena siempre me he llevado mejor con mi papá, él siempre ha sido como que más cariñoso, siempre fue de estarnos abrazando, él si me dice que me quiere este, tampoco es de que yo le platiqué mucho, es que mi papá es muy celoso, no es de que le cuenten mis cosas pero, pero lo quiero mucho"

&&&&&&

15 "con mi papá, era muy triste porque casi no está cuando lo veía era como que "papá gritaba" sentía que era el único que me quería, jugaba conmigo y me daba juguetes o porque tiempo no me daba, o un abrazo..... y con muy papá fue muy mala porque lo considere como "no vales nada, eres la peor

persona" lo lastime mucho, lo insulté mucho, con mis hermanos siempre me la pasé peleando, con el mayor, en la niñez, después mis papás nos pusieron un alto, golpes en la niñez hubo después nos pusieron un alto y más grandes fue a palabras pero nunca una mala palabra,..... me siento muy mal, lo quiero hacer me alivianaría lo quiero mucho pero, siento que he avanzado algo me cuesta mucho, antes me decía ven hija y me abrasaba y yo lo aventaba, y le decían no quiero nada a ese grado, las veces que me ha dicho te abrazo y estoy muy triste y le emoción es a tal extremo que si lo abrazo, me cuesta trabajo”

&&&&&&

16 “mi papá ya falleció..... en el 87, (empieza a lagrimear)..... a él si lo extraño..... enojo, porque no nos pudimos despedir (llora y corta la plástica) “

&&&&&&

17 “pues,.... siempre he pensado que mi papá,.... es una persona muy rara (risas) y antes a lo mejor sí me pensaba, bueno al principio no porque no lo sabía, yo creo que fui tomando uso de razón y me di cuenta de eso, no me importaba ya yo decía a si es mi papá, a veces sí me sentía mal porque decía como puede ser posible que quiera más en sus hermanos que a sus hijos, o prefiera más a sus hermanos que a sus hijos..... con mi papá, cuando era pequeña era muy chida yo creo que cómo hasta los, antes de entrar a la secundaria era muy buena la relación me compraba muchas cosas me querían me abrazaba, porque si lo hacía me abrazaba, porque mi hermana y yo éramos los más pequeñas entonces decía hay hijas, tengo un hermano más chica por dos años, mi papá siempre ha querido más a Araceli, siempre la ha querido más y no lo aguantaba entonces eso mismo me hizo empezar a separarme de él, entonces él llegaba y decía " tomen hijas les traje esto" para ella era una cosa más grande, y para mí siempre era lo más pequeño, siempre me enojaba después de que empecé a tener uso de razón,

se fue separando mi relación más con él, y ahora sí lo quiero porque no digo que no si lo quiero porque es mi padre, toda la historia que va contando mi mamá de lo que les hizo a mis hermanos, de lo que le hizo de ella, como que me hace tenderle muchos reclamos, porque a veces digo mis hermanos son así por su culpa, mis hermanos son agresivos por su culpa porque eso fue lo que les enseñó, esa relación se ha distanciado demasiado, y a un mi papá sigue queriendo mucho a mi hermana, Araceli es su adoración, cuando yo estudié la licenciatura algo muy característico de eso, cuando yo iba estudiar la licenciatura y papá me dijo porque me preguntó qué había escogido y yo le dije que psicología, cuando escucho eso, se molestó por que el me dijo que quería que estudiara Contaduría, y le dije que uno que yo no iba estudiar lo que él quisiera, porque a mí no me gustaba, a mí me gustaba psicología, y fíjate después cuando hice mi examen me dice " oye Rosario que tiene que ver tu tesis con psicología" entonces este..... porque siempre está en contra mía, si me moleste y le dije si le gusta sino ni modo, se ha distanciado demasiado son muchos reclamos hacia él, yo siempre lo he pensado y digo, no es, por lo que me hizo mi, porque a mí nunca me hizo nada, siempre me dio todo, pero es por cómo son mis hermanos, porque siento que todo lo que son ellos, es gracias a él, lo único que le aprendieron fue la agresividad, y muy enojón y muy agresivo entonces, yo siempre lo he dicho y ese es el reclamo más grande,..... no lo hago porque no me sale, no tengo ese sentimiento, luego el llega y me abraza y le digo quítese, apenas no tiene mucho cómo dos días llegó y me abrazó y le dije quítese, a mí no me abraza vaya a abrazar a su hija córrale, y si se molestó me dijo que te pasa, no me gusta que me abraza no quiero, y yo no le demuestra cariño ni nada por el estilo, al contrario, siempre que me habla estoy molesta, la mayoría de los veces le contestó mal, le tengo respeto si pero no es lo mismo, sé que lo quiero porque si le pasa algo me siento mal no, pero no soy de que lo abraza a el.....”

&&&&&&

18 “pues mi papá, siempre estaba trabajando, por eso nunca jugué con él.....con mi papá platicamos de el trabajo, cómo te fue la mañana, como te fue en la tarde, así hasta el otro día igual,”

&&&&&&

19 “mi padre falleció hace 10 años.... de un infarto, no lo nombre porque, vamos ya no está con nosotros, él formaba parte y fue esencial en la familia pero falleció y nos enseñó mucho lo mejor fue a trabajar, tratar de no mencionar eso porque quisiste mucho al padre y tratas muchas veces de no mencionarlo porque definitivamente ya no está contigo y siempre el recuerdo del padre es grato, pero a veces lo recuerdas y duele por eso no lo mencione..... no, lo recuerdo como era el alegre, y todo eso, pero no me gusta recordar lo mucho por los últimos días que el vivió, porque él estaba enfermo, por su cara, por las facciones que él tenía, por el dolor que él sentía y no te lo hacía saber, tal vez por el dolor en el sentía y tú decías está enfermo pero no se va a morir, y tristeza también por eso y un enojo de no poder hacer algo, X, alegría por recordarlo, y tristeza y enojo por no poder hacer algo, no poderlo ayudarlo”

&&&&&&

20 “me llevó muy bien con mi papá”

&&&&&&

3.2.2.3 Relación con la mamá

1 “También era muy buena, hasta el día que falleció, nos llevábamos muy bien, nos contábamos de todo.”

&&&&&&

2 “me iba a trabajar con mi mamá, bueno mi mamá no trabajaba, por cuando iba yo la acompañaba..... Bueno, mi mamá ya falleció, casi 6 años, bueno, la relación a lo que yo me acuerdo, era buena, si, si había un poco de acercamiento, pero pues ya.”

&&&&&&

3 “La relación es muy seca, cada quien sus cosas,... no soy muy detallista, no se, me das dinero y te digo palabras de aliento o te regalo un abrazo, muy seco, muy este, como si no tuviera tantos sentimientos, como que no me importa, esa es la relación con mi mamá..... una emoción a veces de llorar, por así con la que te dio la vida cabrón, me duele, pero, no se porque cambias.. la actitud de querer llorar y decir no pues no, porque tú me hiciste esto, pues no, o sea, no me duele lo que le pase tanto o los problemas que tenga como, a mi hermana, como...”

&&&&&&

4 “Bueno con mi mamá, ahora que ya estoy casada, tiene un problema con Enrique y ya viene y me lo cuenta.... como que siempre todo Enrique, como que siempre tenía un problema así, yo le decía, y así como que se molestaba, como que no me tomaba en cuenta no, y este, casi no platicábamos, era muy raro que platicábamos, o debes en cuando que pudiéramos estar juntas, y por que ella no me dejaba fumar, y como ella fumaba mucho, estábamos 5 cinco minutos y olía el cigarro, y yo ya me quería salir a fumar diario..... Pues si, como que se siente feo, pero ya luego así como que me fui acostumbrando, y ya después fui como comparando, así de “ella quiere al Enrique, pues yo quiero a mi papá, entonces como que me tapaba no, vamos siempre debes de querer mas ah un hijo... y.. no se no, .. uno a la mamá y uno al papá, y después como que sentía feo, pero ya después como que me fui acostumbrando, pues “yo también quiero a mi papá y mi papá también me quiere mas a mí que ha Enrique no y ya, y con Enrique siempre nos llevábamos mal desde chicos, porque nos llevamos muchos años, entonces el era el consentido y todo, y nos peleábamos y todo, pero ya después vas creciendo y vas agarrando la onda..... A pues me da tristeza..por ejemplo

cuando ella abrazaba al Enrique yo quería llorar, pero ya después te digo como que te vas acostumbrando y dices ya no, y luego decía “es que yo quiero mucho a mi quique” y le decía es que yo quiero mucho a mi papá, y por ejemplo ahora que Enrique ya esta casado y viven ahí, es que también es difícil vivir juntos, o sea como que es difícil y es incomodo no, por que por ejemplo, yo cuando me junte con Javier, vivíamos con mi mamá y Enrique vivía en Guadalajara, era así como que, hay veces que llega el momento en que del diario chocas no,.. no se,..como que el verte diario te aburre, no se, y luego ella venía y le decía “No mamá no pongas esto aquí, o no hagas esto” y el Enrique “cálmate, pues es mi mamá” y le decía “ pues tu no la ves diario, tu la ves de vez en cuando no” por ejemplo ahora que yo vivo acá, y Enrique vive con mi mamá ahora que el se casó, es lo mismo, como que yo siento que la gente choca, se molesta estar diario estar juntos”

&&&&&&

5 “ la relación que tengo mi mamá es bastante bien, puedo contar con ella para contarle los problemas que tenía, pero no siempre la misma confianza que algún amigo”

&&&&&&

6 “con mi mamá..... también, de hecho desde que me junte..... y mi mamá igual, me daba coraje que me pegaran, ya ahorita ya me llevo bien con ellos con los dos, no hay diferencia con ninguno....”

&&&&&&

7 “bueno mi mamá siempre fue muy estricta con nosotros, no nos dejaba salir a ningún lado, no nos dejaba salir para nada, nos íbamos a fuerza y siempre teníamos problemas por eso, y con mi papá, llegamos hasta, yo recuerdo que tenía nueve años que vivió el con nosotros..... mi mamá según se iba

ayudarle una tía que ha pelar nopales a Tacubaya, siempre fue su ritmo entonces los dejaba solos a todos y entonces teníamos hambre, en esa época estábamos muy chicos no sabíamos ni prender la lumbre, entonces llorábamos porque teníamos hambre y nos aventaban tortillas con sal unos primos, a veces nadie, hasta que llegaba mi mamá, y aprendimos a guisar cualquier cosa porque ya teníamos hambre..... ya, últimamente ya la costumbre, anteriormente me enoja porque mi mamá es de las personas que, ahorita no está, pero cuando esta, no le gusta que vayamos a las casas, que vayamos con una amiga o que salgamos demasiado, es como le digo mi mamá, yo tengo que salir, ella quiere que nada más estamos aquí estamos aquí, y cuando yo me sentía muy mal acostada, sin ganas de salir, pero ahorita no, agarre un poquito de ritmo anterior y este trato de apurarme para ir haber a mi comadre, como ahorita que lo operaron esté pensando, ya hice de comer dos veces, para ayer y ahora y apurarme para estar el mayor tiempo con ella...”

&&&&&&

8 “también...me comunico bien con ella, aunque a veces peleamos”

&&&&&&

9 “sí, yo creo que por la forma de ser educados, ella era más grande que él, pero sí era diferente, la forma en que nos educaban..... con mi mamá fue o es de que no me faltes al respeto, hasta que mi papá ya no estuvo, conmigo no fue tan fácil, tú eres mi mamá y te respeto”

&&&&&&

10 “me llevo bien con ella, no tengo problemas con ella..... a mi mamá se le expreso que la quiero mucho,”

&&&&&&

11 “mi mamá trabajaba medio día, llegaba como a las 3 de la tarde a la casa, y lo que hacíamos era ver tele, comer, cosas así, pero nunca se dedico conmigo a ver lo de la escuela, la que se dedicaba era mi abuelita..... con mi mamá, cuando vivía mi abuelita era muy distante, yo con mi mamá no tenía buena relación, con mi mamá, tanto en mi niñez, con en la adolescencia no tenía buena relación, creo que nuestra relación empezó hacer más estrecha, después de la anorexia, bueno en el transcurso del tratamiento, un poco más, mas estrecha, porque yo ya no tenía a mí abuelita, de hecho fue como 3 meses después de que falleció mi abuelita fue cuando, empecé a dejar de comer, dejar de interesarme por mi persona, o en el sentido de interesarme exageradamente, o erróneamente, fueron 3 meses después, fue en esa época que empecé a tener problemas de todo tipo, emocional físico, todo eso, y ya después de allí fue cuando empezó hacerse más estrecha la relación con mi mamá, no es del todo, porque siento que no cumpla las expectativas que ella tiene de mí, porque no soy como ella quisiera, y este, es buena, porque si le comunico muchas cosas, si me escucha y todo, pero como te diré, no es muy estrecha en cuestión de que le cuento todo..... con mi mamá siempre es platicando, tratar de explicarle porque hago las cosas. “

&&&&&&

12 “al respecto de mi mamá, yo era uno de los muchachos o de los jóvenes, te vuelvo a repetir yo por llevar unos centavos a casa me ponía trabajar, no tengo de qué quejarme con ella, yo cuando quería salir le decía ahorita vengo nada más, y llegaba yo tarde, “

&&&&&&

13 “Este, con mi mamá no es muy buena, este..... bueno que yo recuerde..... nunca a sido excelente..... porque no lo se, a lo mejor porque ella y me hermana siempre me andan diciendo que yo soy la consentida de mi papá, que, bueno no se, mi mamá dice que siempre me da el lado y creo que eso es lo que le molesta, o que es en realidad lo que le molesta, pero, con ella no me llevó muy bien, de hecho en esta etapa de mi vida, por llamarlo así, este, las cosa han ido mas mal, las cosas que me dice o los comentarios que yo siento agresivos o ofensivos hacia mi, pues me refuerza a que también haga lo mismo, respecto a mi mamá..... En la interacción que se da de ella y yo, que es lo que me causa a mí..... pues me causa, frustración, enojo, angustia, a veces desesperación porque ya me siento desesperado, bueno que es lo que quiere, o sea, haga lo que haga, por ejemplo, la otra vez, ella ya había barrido en la mañana, yo no supe, cuando llegó, le dijo a mi papá, “Ana barrio” , no se porque salió, y le dijo que si yo había barrido y le dijo que si, y dijo porque si yo ya había barrido, para que vuelve a barrer, y mi papá le dijo, bueno en que te afecta, pues realmente en que te afecta, son cosas así, a veces digo, no es para que se ponga de esa manera, pero, no entiendo realmente,.... si es por la edad, si es psicológico, o de plano, siempre a tenido algo hacía mí que no me ha dicho, no, no lo entiendo, eso si está cabrón..... a pues mi mamá, me hace comida sin grasa, me hace un pollo asado, me da fruta, mi papá es así de “ya te tomaste las pastillas”, yo que no estoy acostumbrada a eso, pues me cuesta trabajo, pero pues ya, en ese aspecto, es el cuidado y apoyo que me dan.”

&&&&&&

14 “si, a cambiado, porque con mi mamá no me podía llevar bien, casi no me puedo llevar bien con mi mamá, porque ella es muy enojóna y yo también entonces me dice algo, aunque no tenga razón y me enoja, siempre quiere tener la razón y siempre me está, en el afán de ella quedarse siempre con la razón entonces nos peleamos, porque yo también, yo tampoco me dejó, ha sido muy difícil la relación ahora me llevo poco mejor con ella puedo platicar muchas cosas,

de hecho a ella casi no le platicaba nada de mi vida, no cotorreo con ella ahora sí, pero tampoco hay tanta confianza para contarle muchas cosas, porque luego se enoja o porque no está de acuerdo porque no va con lo que ella cree..... ahorita a cambiado, puedo platicar más, entonces yo creo que pocos poco se van ir dando las cosas y a su momento, antes era como " que no nos dejaba salir" ahora nos deja hacer más cosas creo que está bien la relación"

&&&&&&

15 "le tenía mucho miedo a mi mamá porque, de todos se enojaba, de todo me gritaba y me pegaba con la chancla, y me amenazaba de "si no haces esto te voy a pegar con la chancla, fue mucho miedo, mucho mucho miedo, al castigo más que nada, y todo lo que me decía, muchas veces no entendía la razón porque decía algo y si me pegaba, años después me enteré porque lo hacía y me pidió disculpas, que era porque mi papá la engañaba y se desquitaba con nosotros, era una niña muy miedosa y muy triste y muy miedosa.....cuando yo era pequeña yo me llevaba muy mal con mi mamá era de miedo, y a mi papá lo quería mucho, para mí era el súper héroe, cuando llego a la adolescencia, mi mamá me empezó a volcar todos los problemas que tenía con él, que la engañó porque yo no sabía de los engaños, que el engaño tantas veces que le hacía esto, que le hacía el otro, ella se empezó apoyar en mí, yo lo escuchaba y le daba consejos entonces, a veces en las peleas que tenía yo me metía defenderla, poco a poco fui tomando un lugar que no era mía, me ponía a nivel de mi papá, le gritaba junto con mi mamá, yo también era la otra esposa y mi mamá me tomó de apoyo, en lugar de decirle mi papá, me decía a mi apóyame en esto, apóyame en lo otro, tome papeles que no eran míos, la relación en la adolescencia era buena hasta cierto nivel, porque era enfermiza para echarle cosas a mi papá y para dañar mi papá"

&&&&&&

16 "muy bien..... si la abrasó y la beso, ella es muy seca a la vez, pero me acerco a ella y les digo que me abrace"

&&&&&&

17 "A mi mamá si, yo creo que desde que estaba pequeña, yo siempre veía esa diferencia con Araceli, con mi papá que tenía la diferencia por nosotras dos, y mi mamá como que siempre trataba de decir no pasa nada ¡mira hijo! Es que porque a ella le compró esto y a mí no, o porque a ella la abraza y a mi no, entonces mi mamá fue, entonces todo eso hizo que él, me orilló a apegarme más con mi mamá, con mi mamá me llevó muy bien, bueno bien, yo la quiero mucho a ella si la quiero mucho, yo siempre se lo he dicho, yo daría la vida por ella...he a ella si la abrazo, le sobo sus pies, a ella si le digo que la quiero mucho, cuando me enojo con ella no puede estar bien, hace cuenta que me peleo ahorita con ella y ya estoy mal, necesito ir a decirle " sabe que discúlpeme no lo quise decir, o discúlpeme porque mire a lo mejor usted esta mal aquí trató de hablar con ella" ella también, tiene mucho apego a mi, como ya se casaron mis dos hermanas mayores, ha tenido mucho apego a mi entonces le cuesta mucho trabajo el dejarme salir, el darse cuenta que yo no tengo 12 años, que ya tengo veintitantos le cuesta mucho trabajo a ella"

&&&&&&

19 "buena, es muy buena relación con mi madre, casi no lo veo, con Jessica casi ya no nos vemos, es buena cuando nos vemos pero casi ya no nos vemos"

&&&&&&

20 " igual me llevó bien con mi mamá"

3.2.2.4. Relación con los hermanos

1 “Es una relación buena, no hay tantas peleas, no hay mucho.....Das tu punto de vista, te alteras y gritas y dices y hablas y eso también ocasiona que te duela mucho el estómago, en mi caso si, antes cuando me enojaba mucho, feo, me dolía mucho el estómago.”

&&&&&&

2 “Pues realmente, casi no convivo con mis hermanos, a lo mejor la convivencia, se podría dar mejor pero..... Con verónica es buena, pero, igual y muchas veces falta que.... mas estar al pendiente uno del otro..... Lo mismo, sabemos que estamos ahí pero, no lo expresamos con Gustavo...Con todos convivía, no mucho pero si”

&&&&&&

3 “con mi hermana, cambia un poquito mas, pero... no es así que digamos hay, una relación bonita entre hermanos que,.. no..... Como es, no es tan seca, en momentos agradables y momentos desagradables,.. pues... desagradables, porque yo siento que soy la persona equivocada y no ellos, por tener mi carácter así y ser así, no cambiar...”

&&&&&&

4 “Por su esposa que, como se enoja con él, así como que, no le interesa que este mi mamá, le dice a Enrique lo que sea y pues enfrente de ella o, como que siento que mi mamá necesita un respeto no, me da coraje y eso me coraje su forma de ser de ella “

&&&&&&

5 “Si siempre, por lo que te digo que mis dos hermanos, este por tener una edad mas próxima, Vivian lo mismo, mis hermanas no tenían la misma edad, pero eran mujer con mujer lo que se ponían a platicar, y yo fui el mas pequeño, ya no tenía a quien golpear (risas)..... En la familia con mi hermana Irma que es mayor que

yo, con la que tuve mas confianza decirle las cosas las cosas que hacía en la secundaria por ejemplo, de ahí con los amigos era con quien tenía la confianza de llegar y platicar, con ellos convivía ellos sabían lo que hacía no, con los mayores ya no tuve una buena comunicación, no tengo para llegar y platicar con ellos.”

&&&&&&

6 “con mi hermana me llevó mal, no nos llevamos bien, ella es la mayor, tiene un carácter este es muy mandona, a mí me molesta que me manden, de hecho este, no me llevó bien con ella por eso, a parte porque pensamos que es la consentida de mi mamá, mi hermano y yo que somos gemelos..... no, de hecho esté. A lo mejor si no se , has de cuenta si yo le pido a mi mamá en favor me lo niegue y mi hermana le pido a favor le dice que si, a lo mejor se puede decir que soy egoísta pero es lo que me molesta de ella igual que tenga sus hijos y no, que mi mamá les compre su ropa y todo a sus hijos y luego mi mamá no tenga dinero porque les tuvo que comprar ellos ropa yo creo que es por eso no nos llevamos bien..... con mi hermano Marcos el más chico, con él si me llevo bien pero este. Como es el más chico tiene otras ideas pero no convivo mucho con él, él tiene sus amistades y anda en su cotorreo, no convivo mucho con él..... con el si, en todo de hecho cuando nos enojamos al otro día nos vemos y ya se nos olvidó, nos podemos albergar a golpes y al otro día, o al tercer día nos vemos y nos reímos..... si, has de cuenta si yo hacía alguna travesura y le decía él, de hecho yo hago algo ahora bueno o malo, yo le digo del que crees paso esto y esto, hay veces que hay gente que a él le caí mal, y el simple hecho de que él le caiga mal, a mí también me caí mal, si yo no lo conozco ya me cayó mal, yo le hablo, tendrá que convivir en algún trabajo.....”

&&&&&&

7 “de hecho, con mis hermanas casi no, como a ellas siempre les compraban cosas nuevas y a mi no, siempre me hacían burla porque ellas sí les compraban y a mi no entonces yo no las quería, como que las odiaba, es decir, yo les decía " a mí qué me importa, pues póntelo pero mañana vas a ver y se los rompía".....

actualmente, ya no, ya crecimos y pues ya llevamos una relación mejor, principalmente cuando yo fui madre comprendí muchas cosas, no se puede darle todo ha los hijos principalmente, pero tampoco se debe distinguir así, si tengo tres hijos pues a los tres hijos, si tengo tres hijas pues a las tres hijas..”

&&&&&&

8 “es más tranquila

&&&&&&

9 “con mis hermanas igual, hay veces que no tenemos los mismos o las mismas opiniones para lo que ellas es bueno para mí es más”

&&&&&&

10 “con mis hermanos el único problema es que no se acercan a mi si ellos tienen problemas, a lo mejor puedo solucionarlos, si no quiere que yo lo solucione al menos qué me digan..... a mis hermanos como hermanos, por la distancia que tenemos a veces larga al no explicarme ello sus problemas que tienen, el platicarme sus problemas sería estar bien emocionalmente”

&&&&&&

11 “Con mis hermanas, me llevó bien menos con la que sigue de mi, o sea como que siempre estamos chocando, nunca nos entendemos bien, siempre es ella la que pelea, yo cualquier cosa que le comente, para ella esta mal o cosas así, pero con la demás si llevó buena relación..... con Isabel es pelear, decirnos, insultarnos, de todas esas cosas, yo lo hago por coraje, porque ella, empieza a decirme cosas o a tratarme mal, entonces, ya nada más reacciono por coraje a gritarle, pero siempre es a gritos,..... Tristeza, yo siento que con Isabel es tristeza, porque, me duele mucho, tal vez es una de las personas que mas quiero, pero si me duele mucho pelear con ella, a pesar de que me da mucho

coraje que me este diciendo mucho las cosas, es de tristeza, porque tener que gritarle me da tristeza, tener que insultarla me da tristeza, me da tristeza que ella me insulte o cuando yo llegué a hablarle bien, ella me conteste de un tono agresivo, y con mi mamá también es de tristeza, y con mi papá es de enojo, porque mi papá no sabe escuchar o sea, te oye, pero no comprende, mientras aceptes su opinión o aceptes lo que el está diciendo, todo está bien, pero ya que cuestionas algo que esté diciendo ese día ya tienes problemas, porque nunca acepta la opinión que tu tratas de darle, el se aferra a sus ideas y no hay quien lo saque, entonces, yo soy igual, trata de hacerlas, no de imponerlas, pero de que las tomen en cuenta, el enojo de que no toma en cuenta mis opiniones, no que las lleve acabo si no que las tome en cuenta.....con mi hermana la mayor tampoco, tampoco porque no sabe escuchar, de repente se va y te deja con la palabra en la boca, y le dices estaba hablando yo contigo, y se da la vuelta y así, no tiene esa capacidad de escuchar a la gente, con paulina es con la que tengo mayor comunicación, tanto yo como ella nos platicamos muchas cosas, ella me platica, yo le platico y comprende, y se calla, opina, o solo te apoya, no te juzga, con la pequeña es a jugar, es la bebé de la casa es la chiquita”

&&&&&&

12 “con mis hermanos no es una relación muy bonita que digamos, fea tampoco, nos respetamos hasta cierto grado que tú quieras no hemos tenido problemas ahorita,..... dentro de mis hermanos somos 10 hermanos te vuelvo a repetir, cada quien hace su vida, cuando hay problemas grandes es cuando nos unimos estamos en una fiesta o algo y nos reunimos si, yo tardo 15 o 20 días en ir a la casa de mi mamá haber como esta, en ese aspecto no me considero yo uno de los mejores, ni de los peores si no de medio, no te voy a decir mentiras no soy el hijo preferido no, el abandonado tampoco sino ahí más o menos”

&&&&&&

13 "Con mi hermana, no me llevó mal, pero tampoco digamos, una relación mas estrecha, si platicamos nuestras cosas y eso, pero, este, no se, ella va a la escuela, llegamos a la casa, nos vemos, y así, de oye no tienes esta tarea, necesito esto, hasta ahí, cada quien se duerme, se levanta a la hora que se tiene que levantar, para salir y eso, cada quien en su rollo, por ejemplo, ahora que fuimos a Guanajuato, al Cervantino, fuimos las dos y cada quien con sus amigos, y jamás nos vimos allá..... a que me causa, nada, como te diré, su actitud me es "X", antes me enojaba mucho su actitud, porque ella tiende a hacer comentarios ofensivos también, de cierta manera agresivos, ... hay veces que me dice cosas que me hacen enojar mucho, así como que me prenden, contestarle muchas cosas, antes si lo hacía con sus comentarios, me hacía enojar mucho, y me hacía sentir mal además, pero ahora ya no, si ella es así, y ella quiere expresarse así, que lo haga."

&&&&&&

14 "con mi hermana, me llevo bien creo que es la única que sabe toda mi vida este, me cuesta trabajo llevarme con ella porque a veces se me hace muy inmadura, no se si lo hace a propósito o se le olvidan las cosas y me da mucho coraje que sea así porque, deja de ser cosas y se le olvida que las está siendo y así esta todo el tiempo me molesta que ello sea así, de repente yo le pido algo y se le olvida, entonces yo le tengo que dar algo y yo sí se los doy, con mi hermano me llevó bien pero ya cuando me llena mi vasito yo le digo sus cosas"

&&&&&&

15 "con mi hermano era de groserías y decir quisiera que estuviera muerto no te quiero a ti, con mi hermana nunca me lleve bien, desde pequeña, hasta hace apenas un año, ella me llamaba mucho para hacer cosas y yo siempre lo ignoraba y con el que siempre me he llevado bien es con el pequeño con él si, para todos lados me llevo bien, habló con él"

&&&&&&&

16 “salía yo, ellas le avisaban a mí mamá que me salía, era por culpa de ellas que me pegaban..... no las quería..... con mis hermanas bien, pero con mi hermano no me llevo muy bien no hay ninguna comunicación, aquí vive pero no hay comunicación, como sino existieran ni él ni yo..... porque él ha sido muy distante en los últimos cinco años, y en este año nos dejamos de hablar..... no peleamos, no discutimos, mi hermana la mayor cuando viene de visita nos hablamos bien, no nos vemos muy seguido pero nos hablamos bien cuando nos ven”

&&&&&&&

17 “con mis hermanos, tengo siete hermanos, son cuatro hombres y tres mujeres y conmigo somos ocho, con mi hermana Teresa yo me acuerdo que cuando era pequeña me lleva muy bien con ella, has de cuenta que ella siempre ha sido, me molesta mucho que sea como mi mamá, que sea tan obsesiva en ciertas cosas, pero bueno ni modo siempre trato de decirle estas mal en esto, estas mal en lo otro oye porque no lo piensas, mira a tu hija, muchas cosas que le digo, a ella siempre la he querido mucho también, siempre me he identificado más con ella.... a pesar de que a veces es más sumisa me identifico con ella porque a ella la quiero, ella era la que cuando yo era pequeña ella era la que me peinaba, la que me llevaba a la escuela, cuando se fue, me quedé con mi otra hermana, se llamaba Guadalupe, entonces como te digo ella era en mi hermana la tercera... siempre quería más a Araceli también, hasta yo me fijaba en esas cosas tan pequeñas, compraban dos bolitas para el cabello, y a Araceli siempre le ponían las más bonitas las rosas, y yo quería las rosas, a lo mejor las otras eran verdes o azules lo que tú quieras, y yo siempre decía es que yo quiero esas y siempre era no, luego me pegaba por qué, a mí nunca me ha gustado peinarme de colitas, cuando era pequeña el iba al kínder, yo siempre decía que no, y con ella siempre

me revelaba, a pesar de que yo estaba pequeña yo me revelaba y mi mamá le decía deja de pegarle, tú no eres nadie para pegarle, siempre hubo esas pequeñas diferencias con Guadalupe que aunque, después de que tuvo ella un enfermedad, eso hizo que otra vez regresara esa hermandad o algo así, yo la cuidaba, yo la veía, y fue cuando ella se dio cuenta que no debería de sentir celos conmigo, y se dio cuenta de que yo era diferente, ella misma me ha dicho que después de su enfermedad me di cuenta que eres chida que eres buena onda, y yo pues gracias después de tantos años que la pasamos con discusiones, y a veces nos dejábamos hablar, de plano, le digo mi mamá que yo soy bien cabrona para eso, ella me decía algo y yo le dejaba de hablar de plano, yo era así de, yo soy bien cabrona para eso me hacía algo y le dejaba de hablar, y le dejaba de hablar, por semanas y luego ella ya iba y le decía mi mamá " mire ese chamaca no me habla", no sé si siempre hubo competencia o algo así, pero había algo ahí, ahorita yo me llevo muy bien con ella, me identificó muy bien sabe mucho, tiene mucha sabiduría y a veces escucho lo que dice, a veces también es muy enojo citrato de ya no pelearme con ella, ser más tolerante, a veces grita, trató de no enojarme porque sé que también tengo un mal carácter, en cierto momento considero que también puede mucho chocar bastante, el siguiente es mi hermano Jorge él,... cuando era pequeña hace cuenta que, por lo mismo con la relación con el papá has cuenta que él hubiera reemplazado mi papá entonces en el no veía así, entonces cuando Jorge se casa, se va con su esposa a Chalma, en Reyes me compraba, siempre llegaba y me abrazaba y me decía, siempre me decían negris que no se que, me llevaba muy bien con él, empieza a pasar el tiempo y él, tiene un enfermedad también, tendrá como unos... 12 años yo creo o 10 más o menos, y como él era la cabeza de la familia, tiene la enfermedad y entonces... se vuelve muy neurótico y hasta la fecha es muy neurótico, hasta la fecha es bastante agresivo, le pasaba algo a sus hijos y uta no se la acababa su mujer, una vez si le pego, por lo mismo que se cayó el niño, se pego en el ojo y llegó y le pego a ella, empieza a ver esa separación con él, por lo mismo que a mí no me parecía que le estuviera pegando a su mujer, también hace cuenta que es muy enérgico con sus hijos, y siempre los quiere tener aquí, eso sí, siempre

escuchado que dice yo les voy a dar a mis hijos lo que yo no tuve, entonces yo siempre le he dicho, tú nunca tuviste a tu padre porque no les das un padre, ese amor a tus hijos tus hijos no necesitan dinero, no necesitan cosas, por eso ha cambiado un poco la relación, trató de ser muy tolerante con él, eso sí le agradezco mucho porque, a través de esa enfermedad que tuvo el, se hizo más fuerte, se hizo más neurótico pero se hizo más fuerte es algo que admiro de él, y que ha podido salir con su enfermedad, sacar a su familia y echarle la mano a mi familia, me llevo más o menos con él, a veces grita, y llega gritando a mi mamá, entonces a mi me enciende que le grite, bajo y me peleo con el que sea, ya sea desde la más chica hasta la más grande, mi mamá me dice no te peleas, trata de ser más serena, hubo un tiempo en el que bajaba y me peleaba con el que fuera, entonces es así de haber Jorge tranquilizante, ya bajale piénsale, no grites, cálmate, a pesar de todo todos ellos tienen mucho respeto hacia mi, es algo muy chistoso pero, tienen respeto, admiración, no sé cómo llamarlo, los tranquilizó y me hacen caso, cuando yo estoy muy agresiva es cuando fracasa todo esto, pero cuando no todo pasa bien, con Joel, miento es Roberto, con Roberto me llevaba muy bien desde que era pequeña me llevaba muy bien, el era muy alegre, siempre andábamos cotorreando, y gracias a él aprendía a escuchar música rock, entonces el siempre me llevaba o bailábamos juntos, me gustaba mucho bailar con él, el no saber bailar otra cosa más que rock, era muy alegre, pero después él empezó a tomar como cualquier adolescente porque empezó como a los 19 años a tomar y más, y más, a veces era de cada ocho días, o a veces jueves, Viernes, sábado, un tiempo hasta que entre semana tomaba, mi mamá me decía acompáñame porque él está así, y el te hace caso, si fíjate que si el me hacía caso, bien bonito se jalaba su casa, él se casa por desgracia o por fortuna no se con una chava que iban en la misma secundaria que yo, y que tiene mi misma edad, yo entonces, entró al CCH cuando él se casa, entonces a mí me molesta demasiado esta chava, me caía muy gorda y luego se casa con mi hermano y pues peor, se va a vivir con ella, y ella le empieza decir que yo le hago groserías, y como vive en mí misma casa, ella decía que yo le hacía groserías, que yo le gritaba que no se que, entonces el empieza a cambiar conmigo, y ya no es el

hermano de que te traje esta camisa, ya no es el mismo, empieza a estar su mujer en el momento no lo entendí, me acuerdo que cuando empecé a tomar en el CCH, decía si a los hombres les gustan las viejas desmadrosas, voy a ser desmadrosa, voy a tomar, voy a fumar, voy a andar con cualquier güey, pero después entendí otras cosas, que así no era la vida, me pesa mucho lo de Roberto, con Joel, con Joel me llevo bien fíjate que como si con él fuera una sombra, con la relación con mis hermanos siempre era una sombra no había comunicación, con Roberto si había comunicación, con Teresa, con Jorge, y con Joel no con el nunca bien comunicación, Joel hasta después que entre a la Universidad empezamos a platicar de sus novias, de lo que le pasaba, pero antes no, Joel era como una sombra, nunca lo había pensado creo que hora, no recuerdo algún momento chido con él, yo creo que hasta apenas ahora que entre a la Universidad, que nos íbamos a los bailes con él, que nos llevaba a una fiesta, nos íbamos a comer con él, por eso no te puedo platicar mucho de el, Horacio se lleva conmigo como por tres años, con él siempre con sus máquinas de PLAY STATION y Nintendo y todas esas cosas, jugábamos y ya pero lo que admiro de él es su gran inteligencia que tiene, es una persona con mucha inteligencia y que aparte, se porta bien, no toma, no fuma, no es mujeriego, alguien ejemplar, apenas, no hace mucho que terminó con su novia llevaba cinco años y terminó con ella y ese día llevo y me llamó a su cuarto, cerro la puerta, y me empezó a contar que había terminado con ella y empezó a llorar, es como si hubiera recuperado algo, y a nadie se lo contó más que a mi mamá y a mi, pero es algo chido, siempre en la escuela cuando me ha fallado algo era de oye Horacio no puedes ayudar con esto, siempre era el que me guiaba, con el estudio siempre le agradezco mucho a él, sigo yo, y después mi hermana Araceli, desde pequeño la relación siempre fue muy chida...chida porque lógicamente tenía dos años menos que yo y jugábamos echábamos desastres, te digo lo que sí es que me cansaba mucho, te hubiera esa diferencia entre nosotros dos y después de eso yo decía es que " Araceli es muy bonita, Araceli es más linda es más cariñosa" por eso lo quieren más, de repente como que hubo, no competencia, sino una forma de, me preguntaba por qué a ella le toca siempre lo mejor..... fíjate que yo siempre decía, ha de tener un ángel

que la cuida, yo me sentía mal porque, la verdad si me sentía muy triste, que hicieron eso, me preguntaba por qué si somos hermanas, y ella era bien cabrona porque se aprovechaba de eso y siempre, recuerdo mucho una escena en que siempre era así, antes mi casa no era de dos pisos y una ventana siempre daba a la calle, como mi papá trabajaba en camiones materialistas, luego mi papá se iba qué a trabajar y se iba mi papá y mi mamá se paraba en la ventana, y como el camión estaba estacionado afuera ella se paraba en la ventana y se ponía a llorar, y a gritar papi y mami, y se lo llevaban, y yo decía qué onda porque no nos llevan a las dos, y yo me molestaba porque siempre se llevaban a ella, me di cuenta que era una táctica de ella (risas), nunca la intente imitar, la relación fue cambiando porque yo entré al CCH y entre en la tarde, entonces ella iba en la mañana la escuela entonces, ya no la veía, lógicamente empecé a tener amigos, a tener novio y lógicamente ella es cuando entra un desmadre en que en la secundaria empieza a tomar, a fumar, y en ese tiempo Araceli tiene muchísimos reportes en la escuela, por peleas, más que nada por peleas, siempre se estaba peleando en la secundaria, tenía que ir su mamá, y Guadalupe iba, y la tercera vez le dicen "sabes qué niña trae a tú mamá no ha tu hermana, ella va y le dice a Teresa, Teresa no fue como Lupe le dijo que no, Teresa fue y le dijo a mi mamá, mi mamá va a la escuela, se entera de todos los reportes, de la falta de clases, había de cosas que le ocultaba a mi mamá, llega y se empieza a pelear con mi hermana la mayor, y ahí es donde me doy cuenta Lupe la cubre mucho, quieras o no si me pega,..... si, hasta la fecha, Araceli les dijo que creen que me, me voy a casar, y Lupe le dijo yo soy la madrina de velación, yo me quedé, pues ni modo, siempre han sido tan iguales que se identifican más, por el carácter y por la forma de ser, pero es muy chistoso porque Araceli le reprocha mucho a mi mamá, que mi mamá quiere más a Teresa y a mi que a ella, entonces es algo muy chistoso porque Araceli siempre se anda quejando, de la hija preferida, la relación empero cuando ella tuvo, una relación con una mujer, ahí fue cuando la relación vino abajo porque, yo me desilusione totalmente de ella, cuando me enteré me puse a gritarle y le dije, que si ya había probado el cigarro, el alcohol, la droga, yo sí me molesté y deje de hablar la mucho tiempo, has de cuenta que me sentía

muy decepcionado, muy mal, y la relación cambio totalmente, porque antes no salimos juntas a comer a cualquier parte, ya no lo hacíamos, empiezo a tener un asco, no un asco como llamarlo, a todas las mujeres les tenía una aversión muy grande, siempre me pasó eso por la mente, yo creo que eso fue lo que me pego muy feo, porque en ese tiempo mi hermana también estaba enferma entonces, yo no soportaba la idea y me dolió mucho, después de un tiempo hablé con una persona y me hizo entender que no era mi vida, que hasta la fecha todavía me pega un poco, se trata de dejarla, yo digo que cuando caiga el fondo es cuando se va a dar cuenta de lo que tiene a su alrededor..... no, has de cuenta que, tiene una amiga, entonces esa amiga esa amiga, se salió de su casa y ahorita esa chava está viviendo en mi casa, pero entonces Araceli se fue todo un domingo, entonces nos llamó por teléfono que fuéramos que no sé qué, y la chava estaba bien borracho, pero Araceli nos dijo que estaba enferma y en una de esas, la chava que estaba tomada, empezó a patalear y empezó a golpear, le dio varios golpes a mi mamá, entonces yo me moleste, entonces yo les dije "saben que ya vámonos ella es una chantajista ella no tiene nada, ella solamente está borracha déjala, la chava ésta se para y me da un madrazo, y me dice "tú cállate, te odio y me empezó a decir un buen de cosas" y Araceli me dijo vete, entonces más coraje me dio y dije okey perfecto, me salí, entonces por eso no moleste con ella y hasta la fecha no le hablo, le dije cómo puede ser posible que sea tan tonta que no se dé cuenta de lo que esta chava quiere, yo ya no me quiero meter en su vida, y que haga lo que quiere hacer en su vida,"

&&&&&&

18 "todos mis hermanos, cada quien vive diferente, con todos me llevo bien.....
.....este, también lo mismo se puede decir, me pregunta de mi familia, cómo me va, lo normal..... pues platicamos de cosas, si no llegamos a ver en la semana hasta ahí, lo que va pasando, así con cada uno de ellos..... me escuchan todos, con todos me llevo bien, no sé cómo explicarlo pero me siento bien decírselos, platicando y ya"

&&&&&&

19 “actividades pues ninguna, simplemente estamos, mi madre está haciendo la comida, estamos platicando, igual Jessica que esta estudiando, estamos viendo televisión, nada más, con Freddy es igual porque generalmente está con su novia, nos llevamos bien, cony es mi hermana la que me sigue, tengo buena relación con ella, pero casi no nos vemos, vive en otra casa, tiene un bebé, casi no viene a la casa y yo tampoco voy a su casa”

&&&&&&

20 “con mi hermano el mayor bien cuando tenemos tiempo y que estamos juntos, al mayor casi no lo veo y pues me llevo bien, mi hermana la tercera es más difícil la convivencia porque casi no habló con ella, y con el más chico es con el que platicó más

3.2.3 Infancia

3.2.3.1. Como consideran su niñez

1 “pues normal, feliz en lo que cabe, mala pues no”

&&&&&&

3 “Pues como fue, bonita en algún tiempo y triste en algún otro, porque mi niñez, me la pasaba prácticamente si el cariño de un padre, tenía los juguetes que yo pedía o que me gustaban.. y después ..momentos desagradables cuando iba a la escuela, y me decían que dibujara a mi familia, y nada mas ponía a dos muñecos, mi mamá y yo, por otra parte de esa niñez traigo, un resentimiento de...yo creo de

unos...20 años para acá, de que mi mamá no se, yo a lo mejor desconozco que horas eran, entre 3 y 5 de la tarde, cuando ella, ya estuviera acá conmigo, ya salía de trabajar y mi abuelita me decía, asómate en la esquina, haber si ya llegó tu mamá, y realmente mi mamá ya estaba ahí en un carro azul, con un fulano, su novio, pues el cual.. me daba mucho coraje, porque yo quería que estuviera conmigo, no con esa persona abrazándose, besándose, eso fue lo mas triste de mi niñez.. y pues no, no lo puedo sacar.es una emoción de una alegría por que ..siento que esa etapa de la infancia estuvo padre, el cual ese circulo lo encontraba nada mas en la escuela, por que salía y ya era otra persona, mas sería... mas cerrada “

&&&&&&

4 “expresión de no acordarse, de tristeza) con las barbis, no se, a la comidita con el Gus.... Que fue bonito, como que no hubiera querido crecer..... pues si, porque como, por ejemplo, no te preocupaba a ti nada no, así, de quiero esto y te lo daban y ahora como que tienes que hacer algo como que para que te den las cosas, hay no, no se. (tose)”

&&&&&&

5 “Lo que tengo memoria desde chavo, desde 3 años, hasta 5 años que estuve viviendo en el pueblo, .. no había mucha gente, siempre fui el mas pequeño desde chavo, siempre fui mas solitario, no me acuerdo mucho del pueblo porque era muy pequeño, y ya llegando aquí este, no llegamos al, el cambio de vida del pueblo a la ciudad, fue prácticamente, porque a lo que fue un hogar, llegamos a rentar a un vecindad, fue a un cuarto, siempre todos los hermanos, siempre hemos sido un nivel bajo económicamente, llegamos aquí al Distrito federal, tenía 5 años, llegamos a vivir al olivar del conde, llegamos a vivir en la calle 35 en una vecindad, de emociones, siempre ah sido, mi jefe, mi papá trabajaba en autobús, por lo que nunca, no estuvo siempre con nosotros, era una persona que llegaba, una vez al

mes, entonces mi mamá fue la que se hizo cargo de nosotros, prácticamente mi mamá fue la que se hizo cargo gran parte de mi vida no y en la primaria, nos caracterizamos por tener buenos resultados, mis hermanos y yo en la escuela, hasta que yo recuerdo en la primaria fui de los buenos, hasta la secundaria, llega la pubertad, llega el despertar, que haces que cosas que no debes, pero en ese tiempo tu no sabes, y ahí es donde yo me destrampo y me vuelvo loco básicamente, llego hacer cosas que a mis jefes prácticamente les desagradan, no es agradable para nadie pero yo las empiezo hacer..... siempre fui el consentido, no tengo algo que pudiera decir, esta aquí mi papá no, que se vaya tampoco, pero este, me acostumbre con mi mamá, esa es la emoción que puedo describir yo no”

&&&&&&

6 “buena, bonita”

&&&&&&

7 “casi no tuve niñez, desde muy pequeña empezamos a trabajar nosotros, tanto mis hermanas como yo..... a veces, yo lloraba y me frustraba, porque decía " como ellas sí puede jugar con una muñeca y yo no como ella si lo dejan salir y a mi no, siempre tuve mucho porque y porque"..... yo era muy traviesa, me considero así porque a mí siempre me tocaba lo último, a mis dos hermanas les compraban zapatos, ropa y a mí me daban la ropa y los zapatos de mis hermanas a mi no me compraban, y si me compraban era muy lejano, recuerdo que les rompía los vestidos con las tijeras a mis hermanas porque eran nuevos y los de ellas me los daban a mi, también recuerdo que les rompía los zapatos nuevitos por qué a ellas les compraban nuevos..... por falta de recursos, porque desde que entramos a la primaria ya nos obligaban a comprarnos cuadernos y todo eso, y si no teníamos zapatos, fue zapatos.”

&&&&&&

8 “mi niñez fue muy rápida, porque cuando jugaba, cuando me tocaba jugar yo ya quería correr, hay veces, en un tiempo yo me junte con chavos de mi edad y otra con chavos más grandes y aprendí cosas que lo mejor no debería de haber aprendido..... fue muy acelerada, porque agarre el cigarro a muy temprana edad..... me sentía bien, me sentía alegre”

&&&&&&

9 “pues jugaba mucho con los niños, jugaba fútbol, escondidillas, jugaba muy tarde con los vecinos de por ahí, con los que me juntaba que eran de la edad o más grandes, mi relación fue más con la gente grande que con la chica, siempre andamos jugando que el bote, escondidillas, encantados, fútbol béisbol avión era divertido todo eso..... Tranquila y seria”

&&&&&&

10 “fue muy triste, muchas carencias, andar con la ropa rota, vivir con mis primos pero sobre todo muchos carencias y tristeza”

&&&&&&

12 “pues mi niñez, siempre fue muy triste, porque mi mamá, nos castigaba mucho teníamos que estar a la hora que ella nos decía, a parte yo llegaba de la escuela y me iba a trabajar con mis tíos, hacerles algún mandado o barrer con lo que a ellos se les ocurriera.....pues tristeza, por no sentir el apoyo de mi padre que nunca lo tuve, el miedo de mí mamá que a cierta hora nos tenía que recoger, como te había dicho, las nueve o nueve media porque si no íbamos a esa hora un castigo que nos ponía..... fueron variables, en el sistema de que, en ese tiempo mi mamá trabajaba "que en paz descansa" y nos cambiamos de casa ya variaban las escuelas, no acababa casi, terminaba yo mi primer año,

los tres años que estuve fueron en diferentes escuelas, llegaban después o me salía antes día antes, un mes antes de que terminara el año..... era trabajo, no me explotaban me daban un peso con 50 centavos, en ese aspecto doy gracias a mis tíos porque me cuidaba, porque no querían que anduviera en la calle, los ponían a acarrear agua a una distancia de 100 o 150 metros, había gente en la llave, estábamos un promedio de 20 o 15 minutos en lo que llenábamos los botes, en la mañana de ocho a 10 íbamos por los mandos, para que prepararan lo de la comida lo que vendían ellos y sino era con los de los pescados, le llegábamos a la cargar la harina, los chiles para la salsa, el agua, cualquier cosita así, almorzábamos o a veces ya acarreábamos el agua como las 12, después ya nos bañábamos, de ahí nos preparábamos para ir a la escuela”

&&&&&&

13 “Pues... remontando hasta la primaria, en la primaria, era muy buena alumna, puros nuevos, diéses, si acaso, ochos, fui la clásica niña de la escolta, muy tranquila, en la secundaria fue bueno el desempeño, salí con 8.9 de promedio,”

&&&&&&

14 “yo creo que fue regular, ahora que lo pienso no fue tan buena, por que fue como mas triste, porque por eso te digo, mientras mi papá estuviera bien, que no tomara, todo estaba bien, de cuando el tomaba, llegaba le pegaba a mi mamá, gritaba siempre a mi mamá, a nosotros nunca nos pego, y este, yo siempre vi todo eso, yo siempre vi que mi papá, le pegaba a mi mamá, aun así yo quería mas a mi papá que a mi mamá, siempre este, yo siempre preferí estar con mi papá, por ejemplo, todo estaba bien, hasta que el tomaba, siempre estuve bien cuando el jugaba con mis amigos y amigas, y este, hasta que tomaba mi papá era como el miedo, de que le fuera a pegar otra vez a mi mamá, en el kínder no me acuerdo, primaria si fue difícil porque, porque estude en el distrito entonces cuando, es que mis papás se vinieron al estado y me dejaron terminando el primer

año con mi tía, entonces el primer año de primaria yo me quedé a estudiar, entonces en segundo me tuve que cambiar de escuela yo no conocía a nadie, no tenía amigos ni nada fue difícil..... ahí pues, yo creo que sí me sentí triste, en la primaria en la que iba en la que curse primero año sí de las mejores alumnas porque de hecho yo soy de noviembre, yo era de las chicas que tenía que pasar con 10 sino no me pasaban de año porque la chica de edad, entonces me fue bien cuando llegué acá, si me puse triste porque no conocía a nadie, de ahí mi rendimiento bajo mucho en la escuela de ahí en adelante fue regular”

&&&&&&

15 “cuando yo me acuerdo, de lo que yo recuerdo es que siempre hace una niña muy triste y muy miedosa, con mis papás me lleva mal, yo a mi mamá le tenía mucho miedo..... en el kínder no tenía amigos, fue un trauma para mí, todos los niños se burlaban de mi, que tenía el cabello muy largo y mi mamá me ponía trenzas, entonces todos los niños se burlaban de mi, me amarraban el cabello y yo me la pasaba llorando, en la primaria me juntaba mucho con una chava, Elizabeth, me llevaba muy bien con ella, lloré mucho cuando me cambiaron de salón, el tercero de primaria fue muy fuerte por mi porque yo era la burla de mis amigos, porque como venía de la tarde yo era una burra, y si era la burra, me trataban muy mal ahí hasta la maestra, y me ofendió mucho psicológicamente, amistades no tuve”

&&&&&&

16 “si me castigaban por qué no me dejaban salir a jugar, entonces me escapaba para salir a jugar, pero siempre le daban las quejas a mi papá cuando llegaba de trabajar..... a mí me parece que bien, pero siempre era el miedo hacia ellos, con mucho miedo hacia ellos”

&&&&&&

17 “pues alegre, a pesar de esas cosas pequeñas yo siento que fue alegre porque, nos llevaban de paseo, mis hermanos nos compraban cosas, y como no estaban casados eran muy chidos con la familia, y en la escuela yo era bien desmadrosa, desde pequeña tenía muchas amigas, siempre ha marcado mi vida el liderazgo, desde las niñas chiquitas desde que iba el kínder, siempre fue de tú si juegas, tú me caes bien, tú no, siempre trataba de ser como líder y también de pequeña me llevaban a la Iglesia, francamente no me gustaba, y en la adolescencia cuando entre a la secundaria mi madre me dijo si ya no quieres ir ya no vayas, entonces ya no fui porque ya no me gustaba, yo siempre he tenido un maestro en cada etapa de mi vida, en la primaria yo fui muy aplicada muy inteligente (risas) tenía una maestra que se llamaba Araceli, la recuerdo mucho, a veces la inteligencia cuesta porque despierta envidias con los otros, siempre sacaba diplomas siempre era yo, para llegar al sexto me junto con un grupo de chavos, siempre querían tener y llevar todo sus tareas eran bien aplicadas pero yo era inteligente esa era la diferencia, yo podía sacar las cosas rápido y ellos no les costaba mucho, todos me dejan de hablar cuando saben que me toqué en la escolta oficial, me dejaron de hablar y entonces yo sí me puse mal, quería salirme de la escuela ya sabes la tragedia infantil, pero esa maestra me dice mira y me empieza a platicar su historia, de que una amiga le quitó al novio, siempre tuve el apoyo de ella aunque me dejaran de hablar me valió, me junte con otras personas y con otros chavos y ellas solitas regresaron.. no hay mucho que contar de mi infancia, es lo más relevante”

&&&&&&

18 “siempre fue normal, feliz, se puede decir alegre”

&&&&&&

19 “no tuve una niñez feliz, tuve una niñez, yo estoy mal de la vista, tuve una niñez con muchas burlas, que no podía salir a jugar porque el sol me estorba el poder ver, de verdad no tuve una niñez feliz, de amigos, bueno que también estás en una edad que eres muy burlón y te empiezas a alejar soy muy tímido en mi niñez, eso sí trabajé mucho desde niño..... mi padre tenía negocios de cassetts y de discos, él me puso un negocio, entonces él era comerciante y el quería igual que yo fuera comerciante, que ganara mi dinero, estudiaba y entonces los sábados y domingos, trabajaba él me puso un changarro de agujas, en ese tiempo vendía discos él LP que le decían, yo vendía las agujas con las que tocaban los discos, o los spray con los que se limpiaban los discos..... con una gran responsabilidad..... no, quería que mi padre se sintiera orgulloso de mi, quería que se sintiera orgulloso de que un hijo ya tenía su negocio, al principio fui un poquito tímido, fue un poquito de timidez o algo así, pero poco a poco te vas acoplando al trabajo y empiezas a ser amigos”

&&&&&&

20 “pues fue tranquila, alegre “

&&&&&&

3.2.3.2 Como era castigado y corregido

1 “nada mas nos llamaban la atención, después cuando no hacíamos caso nos pegaban (1)

&&&&&&

2 “Por un regaño, o por un golpe”

&&&&&&

5 “ no me dejaban salir a la calle”

&&&&&&

6 “es que yo era muy vago, andaba mucho en la calle, entonces mi papá me andaba regañe y regañe, me pegaba”

&&&&&&

7 “me sacaban al patio, me hincaban, me ponían dos piedras una en cada mano, y me dejaban mediodía”

&&&&&&

8 “me regañaban, cuando llegaba oliendo a cigarro o vino me castigaban, no me daban dinero, no me dejaban salir..... me quitaban el dinero, no me dejaban salir, me encerraban en el baño, en el cuarto”

&&&&&&

9 “golpes no hubo, mi papá siempre hablaba con nosotros, bueno cuando jugábamos y rompíamos vidrios de los vecinos, era de que ya pórtense bien, es que mi papá era más cuate hasta cierto límite no, no era tanto de yo soy tu papá, mi mamá siempre fue así de yo soy tu madre y me respetas como tal”

&&&&&&

11 “Pues nada mas, así de no lo hagas, mi abuelita nunca, nunca, nunca, nunca me pego era con la que yo estaba, siempre me decía, no lo hagas, pórtate bien, o cosas así, o no sales a jugar, pero nunca me pegaba, mi mamá tampoco, ni mi

papá, de hecho a la única que le pegaron fue a mi hermana, cuando era pequeña, a ella si le pegaba, pero a mi me llegaron a pegar hasta que iba en el CC, una vez nada más, pero jamás, jamás, me pegaron, si me gritan o me regañan, y me dicen cosas, no insultos o groserías, no tampoco, pero este si me regañan.”

&&&&&&

12 “ahora sí que este..... los fines de semana que no llegaba yo a las nueve media nos castigaba afuera del patio, nos tenía 3 o 4 horas ahí lloviera, y si era frío y si era calor nos tenía afuera, como tenía los botes de ropa sucia o fuera ahí íbamos y nos tapábamos”

&&&&&&

13 “recuerdo un castigo muy característico (ríe), todavía nos acordamos y nos da risa no, porque cuando hacia algo me decían, pues vete al rincón y me paraba en la pared, volteada así, y ya después cuando hacía algo, yo solita decía si, si, ya se, al rincón iba y me ponía allí, y no me acuerdo de otra cosa”

&&&&&&

14 “es que no me acuerdo, solo me acuerdo que me pegaba y ya..... Yo creo que si, a parte mi papá me cuenta, por eso también me acuerdo, entonces me dice, es que tu mamá te pegaba mucho y cuando no te aprendías las letras te aventaba a la mesa, o te jalaba el cabello, eso fue en cuanto a la educación con mi mamá, después mi papá la regañaba a ella y mi mamá dejo de hacer muchas cosas, que hacia conmigo, con mis hermanos ya no les pego, y este... que te iba a decir, a ellos ya no les toco lo que a mi, y..”

&&&&&&

15 “en el kínder muy mal, hasta tercero de primaria, hasta que mi mamá me dijo en base a castigos tienes que ser buena, me empecé a enfocar mucho en las

calificaciones, era para mantener contento a su mi mamá, de ahí para adelante mi rendimiento ha sido muy bueno”

&&&&&&

16 “Pues convivía con mi hermana la mayor, porque mis papás trabajaban los dos, entonces le preguntaban a mi hermana como me había portado, un mal comportamiento me castigaban de niña, como de grande, en no salir o ir alguna fiesta”

&&&&&&

17 “Solo me regañaban, mi papá nunca me pego solo me regaño, y mi mamá si, de pequeña, si me daba a veces nalgadas, pero con la primera entendía y ya de grande, no me dejaban salir o me decían que no iba a la fiesta o algo así”

&&&&&&

19 “no nunca, ni madre un regaño cuando eres niño, pero mi padre nunca”

&&&&&&

20 “nunca me castigaron”

&&&&&&

3.2.3.3 Quien los cuidaba, convivían mas y les daba de comer

1 “de mi mamá siempre....Con mis primas, vecinos

&&&&&&

2 “con mis hermanos

&&&&&&

3 “mi abuelita.....Yo creo, que m tenía mas paciencia, cariño, me apapachaba.. me llevaba a la escuela, me compraba algunos jugos, un golosina, me sentía muy contento al entrar al escuela porque, cuando salía yo al descanso ya tenía cosas que comer. Por que como te comento se iba a trabajar y ya llegaba hasta la tarde, y nada mas llegaba y decía, que te dejaron de tarea, hay que comprar esto, que cartulina o unos colores, o monografía, salía y pues íbamos a comprarlas o ella salía y me las traía.”

&&&&&&

4 “Con mi abuelita..... Pues mis tíos, pero casi no estaban en la tarde cuando llegaban mis papás”

&&&&&&

5 “ convivía mas con mi hermana y mis primos, con mi hermana porque era un poco mayor que yo y mis primos eran de mi edad, estuve mas en contacto y tenía mas comunicación con ellos y mi mamá nos daba de comer”

&&&&&&

6 “no nos castigaban, nada más nos pegaban este, mi niñez, casi todo el tiempo estuvimos con mis abuelitos, nos quieren mucho, con mi hermano fue con los que más convive, como somos gemelos siempre estábamos de aquí para allá, jugar con él siempre jugaba, nos acaban a los dos juntos este, al parque con nuestra bicis esté en, con mis papás nunca hubo una relación de chicos yo que me

acuerde no hubo con mis abuelitos hubo más así..... Porque nos gustaba estar más con mis abuelitos, vivimos, bueno este estuvimos más tiempo con mis abuelitos que con mi mamá, bueno también convivimos con la familia de mi mamá, convivíamos mucho, con la familia de mi papá de plano no, es que mi abuelito y mi abuelita están separados, me abuelito tiene otra mujer, para nosotros ella era la abuelita, la mamá de mi papá este, se puede decir que también eran las abuelita pero nunca tuvimos relación con ella..... nosotros a veces nos quedábamos con ellos, un fin de semana, viernes, Sábado, domingo, y toda la semana con mis papás, a veces, ellos bajaban mucho, vivían en la piloto y bajaban por nosotros y ya nos íbamos a su casa, este.... con mis papás comida normal, mi mamá nos daba de desayunar, huevos cocidos, este una torta, leche, desayuno o comida de un día anterior como desayuno, ya en la comida hacia alguna sopa, algún guisado esté, tortas de carne, chicharro en salsa verde de todo tipo picante”

&&&&&&

7 “pues los ponían a barrer, atender camas, a cuidar a nuestros hermanos los más chicos”

&&&&&&

8 “mis papás, siempre fueron muy atentos con nosotros, siguen siendo muy atentos con nosotros”

&&&&&&

9 “con Horte y con Rosa.... de hecho ellas eran las que siempre estaban al pendiente de mi, estaban conmigo”

&&&&&&

10 “mi mamá..... yo convivían más con mis primos y a veces hubo golpes pero más regaños..... con mis primos, por vivíamos todos en una sola casa”

&&&&&&

11 “Si con la mayor porque, porque la hermana que sigue después de mi fue, fue, yo tenía 6 años cuando ella nació, conviví con mi hermana la mayor y con mi abuelita, mi papá trabajaba y mi mamá trabajaba”

&&&&&&

13 “ Con mi hermana porque jugaba con ella y mas con mi papá, porque llegó un tiempo en que mi papá dejo de trabajar y el me cuidaba, creó que fui a la única que cuida”

&&&&&&

14 “Estuve en el Distrito Federal hasta que cumplí 6 años, haya hice la primaria, entonces en cuanto a la educación mi mamá estuvo al pendiente de mi, por que mi mamá no trabajaba, pero mi mamá siempre ha sido muy desesperada, entonces no me tenia paciencia, y me pegaba cuando no le hacia caso, o no me aprendía las letras”

&&&&&&

15 “en la infancia con mi mamá y mis hermanos..... tres veces al día, en la mañana era leche y pan este, guisado con tortillas, ya fuese caldo de pollo bistec en salsa de jitomate, sopa, en la cena era leche con pan”

&&&&&&

16 “con mis hermanas..... no, la mayor me lleva cuatro años, en la que sigue me lleva dos”

&&&&&&

17 “mi hermana Teresa, cuando se casa a mi hermana Teresa, yo estaba pequeña ella no estaba en una situación económica muy buena que digamos, siempre iba a la casa y hacia el desayuno, con mi sobrina pequeña siempre conviví con su hija, me llevó por seis años con ella, entonces jugábamos y todo jugábamos y con la que convivía más era con Teresa, a pesar de que no tenía una situación económica muy buena ella era muy alegre, nos sentaba y nos daba de comer a su hija, a mi hermana y a mi, mi mamá y mi hermana Guadalupe y comíamos todos, recordó mucho porque ellos siempre nos hacía agua de sandía agua de melón, de mango, o de limón, siempre era ella la que nos hacía de comer, la encargada del escuela era Guadalupe ella siempre estaba atrás de nosotros, pero a Araceli siempre le pegaba Lupe, mi mamá nunca se preocupó por mi porque yo hacía las cosas sola y sacaba diplomas, sólo una ocasión en que no me aprendía las tablas mi mamá me pego, cuando entro a la prepa mi papá me daba dinero y yo me compraban mis cosas,”

&&&&&&

18 “al pendiente, estaba mi mamá, con vivían con mis amigos,”

&&&&&&

19 “en las semana ya sabes, con la madre sábados y domingos con mi padre”

&&&&&&

20 “con mi mamá y mi hermano el mayor, porque mi papá trabajaba

3.2.4 AMIGOS

3.2.4.1 La convivencia con los amigos

1 “Pues no, de hecho yo amigas casi no tengo, tuve mas amigos que tenía yo, convivía mas con hombres que con mujeres, era muy raro que me vieran con mujeres, casi siempre me veían con hombres.....amistades si tenía muchas, noviazgos casi no, como dos o tres en la prepa, pero nada mas, enemistades si tenía, pero eran mas con mujeres, que con hombres.....No se, muchas veces me decías que, porque yo me creía mucho, que porque era muy alzada o cosas así, luego los muchachos me hablaban, luego me decían eres bien distinta a la que se veía, porque te veía bien payasa y no, realmente no, y a las chavas no les gustaba, o porque un muchacho me hablaba a mi y a ellas se enojaban.”

&&&&&&

2 “un amigo, yo considero que te va ir apoyándote en lo bueno, y lo malo, y todas esas cosas, o sea que tengas alguien para poder escuchar o alguien para poder hablar..... Debe de haber confianza, para considerarla mi amigo, sino fuera un conocido..... pues,.. no tengo muchos amigos, entonces son muy contado los que tengo y pus, es buena, aunque hemos pasado situaciones difíciles pero, es buena”

&&&&&&

3 “pues espero a que me dirija la palabra... me considero muy tímido, nervioso, que llega el momento de tartamudear, de querer hablar, ...espero que ella comience la conversación, para poder contestar, (tose). Este,.... como es mi relación con una persona que ya conozco,... (tose) pues una relación con una persona que ya conozco es, mas abierta, que vienen siendo mis amigos, con mi propia familia, me puedo desestresar contar, platicar mis logros, mis fracasos, con mi familia me intimido, para contarlo, tardo para contarlo cada 3 día o cada 8 días que no fallá y me siento bien porque no es necesario consumir alcohol para poder llegar a una platica inesperada, alargarla, dar el punto de vista de cada quien, llenar algún vacío que no lo había conseguido”

&&&&&&

4 “Yo creo que no tengo ningún amigo..... A los mismos celos de él no, por ejemplo tenía un montón de amigas, y ahora las veo y así como que hay, hola, pero así de lejos, nos vemos, porque ya empieza hacer su cara no, empiezo a tener problemas yo, y amigos nada mas a ustedes, Lenin..... Pues en el relajo era buena onda, cuando ella se drogaba jamás me dijo hay, pues, ni siquiera me dio curiosidad saber como se sentía, en las noches cuando llegaba, mi mamá veía mis cuadernos y todo, así como que también la piensa, y ni siquiera me daban ganas, jamás paso por mi cabeza, hay como te pones de tonta o así no, pero igual me fui alejando porque mi mamá, tus padres te dicen las cosas por algo, no nada mas por decírtelo, por ejemplo, yo la veía, no es por discriminar a la gente no, pero igual, yo veía como se vestía y así, su forma de arreglarse y todo, hay veces que me causaba pena, así como que no se, me daba pena”

&&&&&&

5 “Siempre era, con mis amigos teníamos buena relación, con ellos no era la excepción, yo me acoplo a todas mis amistades, entonces si ellos hacían eso yo lo hacia, ahorita ya se que es malo, ahorita ya no lo hago, ya no me atrevo ha

hacerlo, de chavo uno va experimentando, se podría decir que tu tienes un rango en la amistad con ellos, entonces cualquier problema respondían por ti, porque en otras te tocaba responder por ellos..... me sentía contento, al momento de hacer o quitar cosas, pues si se siente miedo, quitarle un tapón a un carro por ejemplo, se siente miedo, sientes tensión, ya al quitarlo y ver que no, paso nada te sientes tranquilo, vuelves a la normalidad”

&&&&&&

6 “con amigos, se puede decir que.... no me cohíbo, en un trabajo te tienes que dar su mejor cara, o la mejor presentación en el modo de hablar, con un amigo que no te va a dar trabajo pues no, no me interesa hablar algo que no le parezca no es algo muy importante..... bien, hay amigos, que esté nada más sábados y domingos los veo para tomar”

&&&&&&

7 “yo me siento muy bien, ella también conmigo, platica de lo más íntimo, o lo que siente que nadie le puede platicar, igual yo a ella pero nadie se lo puedo expresar nada más a ella y ella a mi”

&&&&&&

8 “creía yo que era una amistad buena, el estar con ellos fumando o tomando, creí yo que era una amistad buena pero ahora me doy cuenta que no..... porque,... yo sufrí un anexo, nos vimos en la necesidad de meterme a un anexo, para dejar vicios y todo porque también me metí en problemas de drogadicción y todo, me vi en la necesidad de anexarme, ahí me di cuenta de todo, de realmente quiénes son tus amigos estuve a los 20, a los 19 perdón”

&&&&&&

9 “en la ENEO ya encontré otras cosas, y otras personas que queríamos lo mismo y que mi grupo de amigos éramos nosotros mismos no había máscaras éramos netos, éramos jodidos, no comíamos pero éramos nosotros nunca nos quisimos poner cosas que no éramos”

&&&&&&

10 “el amigo es, con el que está uno conviviendo, no se puede depender de ellos, o tener una atención, es amigo de tiempo o de compañerismo..... fue equitativa, fueron pocos amigos los que tuve en primaria y secundaria fueron pocos los que tuve en secundaria”

&&&&&&

11 “Hay si tengo muchos amigos, dice mi mamá que la relación es más estrecha con mis amigos, que paso mas tiempo, me gusta pasar más tiempo con mis amigos, eso fue desde siempre, casi desde la secundaria, siempre, prefiero estar conviviendo estando más en la calle, que estar en mi casa, yo un mi casa me desespero y ya tengo gañas de salir, yo si veo que mi hermana, va ir a al centro comercial voy al centro comercial, con tal de salir de mi casa, voy a cualquier lado, si es la relación más estrecha que forma con mis amigos, o sea si tengo a mis amigos me quedo ahí, y les brindo tomo mi apoyo, y siento la misma, o sea que me corresponden de la misma manera, si es muy estrecha de cariño, y casi siempre, es de alegría, porque los enojos son por trabajo, pero casi siempre es de alegría, compartimos mucho”

&&&&&&

13 “Con mis amigos es súper chido, con ellos si me puedo desahogar, como tal vez no me puedo desahogar con mi familia, cuando he tenido problemas o algo, he tratado de decírselos, decir realmente lo que siento, decir, me siento triste, me siento enojada, me enoje por esto, lo que sea, se los puedo expresar y no se, me

siento muy bien con ellos, con los que siento que son mis amigos me han apoyado, y han estado ahí cuando lo he necesitado, aun ahora que no veo casi a mis amigas, no se me hablan por teléfono, me ven y me preguntan que a pasado conmigo, y platicamos y es, es muy bueno, a mí me hace muy bien, me puedo desahogar de lo más tranquilamente, mas que con mi mamá y con mi hermana”

&&&&&&

14 “ Pues últimamente los veo cada fin de semana a mis amigos mas comunes porque hay otros que veo mas tiempo, pero con ellos la convivencia es bien, vamos a fiestas, bailamos tomamos y ya, pero es cada fin de semana, muy rara vez entre semana, les platico a los que les tengo confianza pero a todos en bola no”

&&&&&&

15 “de amistad, conozco a alguien y se va dando la relación en base a confianza, yo hablo mucho y al que se me acerca le empiezo volcar toda mi vida, siempre me han criticando mucho porque les doy el corazón a cualquier persona, que me enamoró muy rápido y que luego me salen lastimando, a una persona empiezo a agarrar cariño, y los quiero mucho yo también les doy, ya si salgo lastimada, igual a los hombres que he tenido como pareja, empezamos a salir, el cariño se da la relación empieza, no por ellos pero sí empieza a ver cariño”

&&&&&&

16 “:..... temor, por no saber expresarme, si es por un trabajo, pero no me gusta tener mucho trato con la gente”

&&&&&&

17 “ Cada que los veo me alegra, la mayoría de las veces me la paso bien, también se me olvida lo que tengo atrás, disgustos en casa, angustia o preocupaciones”

&&&&&&

18 “con mis amigos, pues estar un rato conviviendo, me siento bien.....
.....puedes platicar cosas, se puede desahogar uno más que nada..... hablar abiertamente, de cosas que en la familia no puede hablar”

&&&&&&

19 “en el trabajo no tengo amigos, tengo compañeros y bien siempre son risas, siempre te quieres olvidar del trabajo un poquito, la presión de el trabajo la siento cuando estoy con mi jefe, cuando de verdad tengo un problema no pelo a nadie, generalmente salgo de la oficina de mi jefe, es una oficina grande estamos echando desastres, es buena, y me llevo bien con ellos

&&&&&&

20 “de apoyo, de cariño”

&&&&&&

3.2.4.2 Expresiones de las emociones con los amigos o noviazgos

1 “De hecho yo era muy reservada, de que “hay si somos novios pero nos vemos hasta la salida” me llevas a mi casa y ya, y otra vez en la escuela ya no nos hablabamos, por una parte también, no quería que me vieran con tantos hombres

(risas).....No, y eso me marco mucho porque, yo tenía novios que me decían, hay es que tu nunca dices un te quiero, o nunca expresas algo, un abrazo, un beso, en la calle, yo soy de esas personas que no les gusta que me vayan besando en la calle, ni mucho menos en el pesero, esas cosas como que no, no no me gustan.”

&&&&&&

2 “de hecho, a mi me cuesta mucho trabajo relacionarme, o sea por lo regular, siempre espero a que me hablen para yo poder hablar, iniciar una platica y de ahí se deriven muchas cosas.... Pues siempre me ha costado trabajo socializar, entonces por lo mismo no soy muy expresiva”

&&&&&&

3 “Pues si hay mucha diferencia, pero no la identifico, simplemente, me siento bien, pues aparte mis amigos ya me conocen de tiempo, pueden ver mi rostro y dicen ¿ y hora que te pasa? o estas alegre o que te paso, quien te hizo enojar, o sea, ya me ven mi semblante, fácil me identifican que traigo alguna emoción, y mi familia si, pues como que finges no, vienes alegre, tranquilo, o alguien esta enojado, y no demuestras tanto.... Pues, siento que se va a quedar, así entre ellos, y siento que mi familia, le comento mi emoción a uno y ya la traí con el otro, se la pasa al otro, has de cuenta que es una emoción que no quisiera que supieran todos, si no nada mas esa persona indicada, yo creo que le cayo mal la emoción, y también la comparte, y así la van compartiendo sin saber que, trataba de ocultarla, o sea esa es la diferencia que siento que con aquellos se queda..... Entable una amistad que esta ahora la frecuento, noviazgos, pues no muy serio, eran así como que, un día con esa chava, y se me hacia, y ahora voy con la otra, sin importarme, lo que esa persona sentía por mi, me ubicaba en que, si ya me hizo caso la otra, pues entonces voy con la otro, si me quiere seguir pues que me siga, no sabía valorar”

&&&&&&

4 “Bien, como que te sientes libre, o sea, sin faltarte al respeto, pero como que puedes decir una broma sin pensar, hablas mas abiertamente, o dices lo que lo de verdad sientes, o sea tienes que medir lo que vas a decir, o tienes que pensar diez veces en lo que vas hacer, para que no vayan a decir, “hay esta ya dijo” Yo creo, que porque no te dicen nada, te sientes libre porque a lo mejor aunque no les parezcan las bromas o las cosas que tu dices, por ejemplo a mí nunca me dijeron nada, por ejemplo, no digas esto, mis amigas que yo tenía, siempre he hablado con groserías, así como que, ellos no te decían, “hay no digas aquí groserías, estamos comiendo, cositas así..... Es que era bien chistoso, ese día nos íbamos a ir de pinta, y yo tenía una amiga, y ese día estábamos ahí, sentadas como cuatro cuerdas a bajo de la secundaria, y entonces paso, y yo le dije chis, chis, chis, nunca dije hay, a mi cuando me gusta una persona, dijo, hay pues si esta guapo, o no se, así paso, mi amiga fue y le dijo, hay fue y lo saludo, y me dice hay lo conoces y le dijo no, y me dice pues es mi amigo y también se va ir de pinta, no se porque, a mi ni me gustaba, nada mas por payasa, y me daba pena cuando el me decía, no quieres ser mi novia, y decirle no, no se, anduvimos como un mes, si me daba porque, fueran a decir, “hay a ella la regañan si se va de pinta, o hay su mamá vino” no se, la verdad si me daba pena”

&&&&&&

5 “Yo creo que como te comentaba, de pequeño fui muy solitario, mis hermanos me llevaban una edad grande, entonces ellos se identificaban bastante, mi hermana era con la mas grande, había comunicación, ellas por ser mujeres, la que sigue de mi, tengo buena comunicación, pero no es lo mismo, que tenerlo con un hermano, entonces, yo creo que por hay me sentía aliviado, porque ellos eran de mi edad, íbamos creciendo juntos, teníamos los mismos gustos con ellos, por eso me sentía identificado con ellos porque no me identificaba con alguien en la casa”

&&&&&&&

6 “ a veces platicando, pero casi no soy muy expresivo”

&&&&&&&

7 “como si fuera una hermana más bien, somos amigas desde la primaria.....en ella encuentro mucho más confianza, que aquí con mis hermanas”

&&&&&&&

8 “miedo, devolverme encontrar a los que creían que eran mis amigos..... al principio fue por sentirme aceptado, pero como se dice,..... mi necesidad, mi adicción por la droga fue creciendo, yo empecé por sentirme aceptado, por querer sentirme grande tal vez, pero me di cuenta que mi drogadicción y va a crecer más y más,..... consumía la cocaína este en el polvo inhalada, fumada todo eso..... si me sentía cansado me sentía como relajado, no sentía el cansancio, podría yo ser cualquier cosa y no sentir el cansancio, llámese ejercicio o cosas pesadas trabajo”

&&&&&&&

9 “como que un amigo es lo máximo, pero un verdadero amigo es con el que no te vas abrir de capa, y que no te va a traicionar y que te va a responder de la mejor manera, de un amigo a un viejo prefiero un amigo, porque si es tu amigo no te va a traicionar va estar cuando los necesites..... me siento muy tranquila, tengo una amiga con ella me he puesto llorar y me ha aguantado hasta los peores enojos y nunca me dice nada, ya cuando me tranquilizó, ella me dice piénsalo bien me da su punto de vista sin quererme imponer lo que ello piensa como un consejo, igual yo ella se lo he aguantado, y me dice que ya no lo vuelve

hacer, (llora)..... pues con todas así como cuates, con los chavos que he andado han sido como cuates, que ya después se da otra cosa no, pero tampoco soy de decirles que quiero o algo así, por ejemplo con la última persona que estuve, con el que sigue presente fue igual como cuates, nos contábamos cosas, siempre fue llamarlo por su nombre Marcos, nunca de decirle como un amor o algo así”

&&&&&&

11 “Si fui noviera desde los 6 años, tuve mi primer novio, que era un niño que vivía por mi casa, en los tres últimos años de la primaria 3, 4,5 no, como que me volví un poco más seria, de dedicarme a la escuela y eso, no me interesaban los niños, a lo mejor no había quien me llamará la atención, en sexto, ya anduve con mis amigos, siempre me a gustado tener muchos amigos hombres, en la secundaria fueron este desde primer año fueron mis amigos de la primaria, tanto en primaria y secundaria, pase lo mismo, con las mismas personas, mujeres, porque hombres, ya en la secundaria, ya no, conviví con amigos hombres mayores que yo, fuera de la escuela no iban conmigo en la secundaria no, fue fuera de la escuela..... En la secundaria fue un novio tras otro, terminaba con él, ya andaba con alguien más, o así, siempre andábamos buscando grupitos de amigos, mis amigas buscábamos grupitos de amigos hombres, y entablábamos relación con uno de ellos, uno de mis amigas con este, yo con este y así, y cuando cambiamos de grupitos de amigos cambiábamos de novios, así fue en la secundaria, cuando entre a la prepa yo me separe, perdí un año de secundaria prepa, deje de estudiar, y me seguía juntando con mis amigos de la secundaria, y todo, siempre andaba en las fiestas haciendo mucho despapañe, ya cuando entre a la prepa, el primer año me aleje de ellos, y ya no los veía casi, porque tenía que dedicarme a la escuela, y yo fui la única que entró al CCH, la mayoría se fueron al bachilleres de satélite, y no concordaba el turno en el que estábamos en la escuela, los deje de ver, y me volví, así como muy seria, me sentía triste de no tener lo que me gustaba, mis amigos, me sentía solo en el CCH el primer año, empecé hacer amigos con los del CCH en el salón, en los primeros semestres fue

muy unido el grupo, tanto hombre como mujeres, ahí fueron mis mismas amistades hasta que termine, igual mi novio fue, dos meses después de que entramos en CCH yo encontré un novio, y yo tenía un novio y termine con él, para andar con el otro, y esa relación a sido la que más duradera de los noviazgos, es la que más ha durado y a sido la que más he disfrutado, a lo mejor disfrute mucho tiempo de ella y fue con la que también sufrí muchísimo..... Con esta relación dure como....un año dos meses, todo fue muy bien, todo lo llevábamos muy bien, los primeros 8 meses, no mas, como 9 meses, ya después fue un poco, fue callando, subiendo, fue un ajeteo así, yo deje terminar con esa relación, me sentí bien, como liberada, dejada, bien, pero dos semanas después el siguió buscándome, buscándome, yo decidí regresar con él, este después cumplimos un año, yo sentía que se hacia más estrecha la relación, yo me sentía mejor, pero el termino conmigo, fue como, "no puedes terminar conmigo", porque acababa de suceder lo de mi abuela, que necesitaba su ayuda para salir adelante, que no me podía dejar, yo sentía que era la única persona que no podía dejar, que era la única persona que podía hacer algo como me sentí, por la perdida de mi abuela, pero el no, me dejo, y pasó los tres años de tratamiento, yo, a mí me interesaba mucho lo que dijera, lo que dejara de hacer, lo que hacia, fue una temporada en la que yo sentía mucha dependencia, para mi el verlo, el que me hablara. El que me dijera, un te quiero aunque no estuviera conmigo, para mi era mucho, o sea yo, fue un tiempo de dependencia, donde me sentía devastada yo quería hacer todo lo posible porque él estuviera conmigo, yo me sentía hasta orgullosa, de que léeme decía, puedo tener otra novia, pero no puedo dejar de sentir lo que siento por ti, me sentía como lo máximo, fue hasta el día en que yo me sentí completa, y dije "Porque voy a estar dependiendo de alguien que no me toma en cuenta", yo me entere de que se iba a casar, no lo supe por él, se los dijo a mis amigos, porque compartíamos a los mismos amigos, claro que los amigos se inclinaban más por mi, ellos odiaban que tuviera esa dependencia con él, mis amigos me regañaban, me decían, ya deja en paz esa relación, deja de sentir esa dependencia por él, el se los dijo a ellos, con él afán de que me lo dijeran a mi, porque no se atrevía a decírmelo que se iba a casar, cuando yo me entere de eso,

fue muy fuerte, yo venía camino a mi casa de la escuela y venía llorando, llorando, y no podía dejar de llorar, llorar, cuando llegue a la puerta de mi casa, dije tengo que dejar de llorar, porque no puedo entrar así, y trate y trate de dejar de llorar y no pude, estaban nada más mi mamá y mis hermanas, y se preocuparon, yo iba en la tarde y llegue en la noche llorando, después de unos días me di cuenta, no sola, si no que el me dio, una hoja de corazón con las iniciales y no se que, y yo dije pero porque me da esto si ya se va a casar, de que se trata el juego, el no debe de estar jugando conmigo de esa manera, ni yo dejándome, fue cuando tome la decisión de decirle, creo que ha sido el único momento que he expresado todos mis sentimientos, todo lo que siento, y lo e podido decir, no sentí las ganas de llorar, me sentí muy bien, al contrario, el se puso a llorar, después de eso yo pude seguir entablando relaciones, de pareja, no de pareja si no relaciones del otro sexo, pero temporales, de ocasión, o me gustas, nada serio, eso empecé a tenerlo porque fue un momento en que , esa lapso difícil de dependencia, que yo lo veía, al siguiente día que termino conmigo, empezó a andar con otra, era así de mira, puedo andar con la que yo quiera, puedo tener las que yo quiera, entonces, el siempre se enojaba cuando yo salía con alguien, cuando el se acercaba a mi era, algo que yo no podía hacer en una fiesta encontrarme a alguien, tener que besar a otra persona o tener a otro, así, así, como que me lo impedía, así como que tu no, tu no, cuando termine con ese lazo empecé hacer así, tengo que hacerlo, tengo que demostrarme que si puedo, y demostrarle que voy a encontrar a uno, y que si quiero a otro igual, y empecé hacerlo así, a tener relaciones ocasionales, en todos sentidos si tuve relaciones, formales, estables, y este.... es un gusto, le encontré el verdadero gusto a tener relaciones ocasionales, porque me gustaba la persona, o por interés, por su físico, en lo económico, porque me gustaba nada más el carro, no la persona, cosas así, muy superficiales, hasta ahora que ya tengo una relación un poco más estable y me siento bien..... no expreso emociones, si no que siempre trato de ser claro con lo que quiero, si no trato de decir, me gusta, esto, me gusta lo otro, claro que cuando te interesa lo material, el carro, el dinero, no lo digo por supuesto, va ha decir no inventes, nada mas es por el carro, pero tampoco lo envuelvo con

palabras dulces, de te quiero o cosas así, si no que le digo vamos a conocernos, o sea, les digo, no quiero nada, o sea que no quiero una relación estable, simplemente de diversión de cosas así, pero no le digo que me gusta el carro, no le digo semejante cosa, con ellos no expreso cosas que no sienta, y cuando ha sido, relaciones estables, que esa persona me llama la atención como para expresar lo que siento, ese sentimiento de ternura, trato de fijarme en todo lo que les gusta, que les hace sentir bien, todo lo que tenga que ver con esa persona que sea observadora en cada movimiento en todo lo que hace para conocerla, para saber, siempre me a gustado expresar ese sentimiento, de que si tengo ganas de decir te quiero lo digo, siempre he sido así, si voy a decir algo, es que es verdad que lo siento”

&&&&&&

13 “ (risas) cuando me enojo se los digo, y cuando estoy alegre me río, platico, soy muy apapachadora con todos mis amigos, con mi mamá, mi papá y con mi marido soy muy besucona”

14 “por ejemplo con las amistades es muy difícil porque, (risas) porque primero debe de pasar mucho tiempo para que yo conozca a esa persona y que me de la confianza de que en verdad es mi amiga, no cualquier persona puede ser mi amiga, porque no le tengo confianza o porque me caiga mal o cosas así porque debe de pasar un buen rato para que se mi amiga porque me da miedo que me traicionen, porque me traicionaron muchas personas, entonces ahora sí de que debo de conocer primero a la persona para ver si puedo confiar en ella.....
.....de una relación de pareja, está más cabrón, porque tiene que ver la amistad y ahorita si me ha costado trabajo porque no acepto muchas cosas,...
.....pues mal, mal porque no me gusta ser así, pero no sé cómo cambiar esa situación”

&&&&&&&

15 “con mis amigos con un papelito o mensaje con abrazos, con un te quiero, a mi familia con besos y abrazos y los quiero también”

&&&&&&&

16 “la rebeldía que tenía con mi hermana la mayor, teníamos problemas y me salí de la casa, entonces él era supuestamente mi novio, pero yo me salí de mi casa y me fui con una amiga, a la semana el me vio y me dijo " que porque no le había avisado que me salí de mi casa", él me llevó a su casa y así se dieron las cosas”

&&&&&&&

17 “son cosas muy diferentes, con mi familia es otra, pero tengo más apoyo de mi familia que de mis amigos lógicamente, pero puedes hablar más abiertamente con los amigos que con la familia..... porque tenemos vida, podemos hacer cosas””

&&&&&&&

20 “ de convivencia nada mas”

&&&&&&&

3.2.5 ADOLESCENCIA

1 “Pues ya fue un poco mas triste.....a lo mejor cuando falleció mi mamá, yo tenía 18 años y pues, yo creo que a lo mejor, maduras mas rápido, porque ya estas tu sola.....fue lo que me marco en la adolescencia”

&&&&&&

2 “Pues fue regular, no se que me faltaba para sacar mejores calificaciones, porque yo recuerdo que me esforzaba mucho, igual y era un miedo que no me dejaba sacar en lugar de un ocho, sacar un nueve”

&&&&&&

3 “ mi adolescencia fue un poco vacía porque en ocasiones anhele muchas cosas y no las conseguí..... sigo haciendo cosas, sin llenarme de felicidad.... O un vacío el cual he encontrado y no se que hacer”

4 “Así como que, al principio si, me faltaba como uno o dos meses, para que ya, pasar a segundo, porque en la secundaria ahí termine no, ya pero ya nos íbamos de pinta, que ya se iba fulanita y pues yo también me voy, y luego como que, iban a fumar a tomar y van tus amigas y como que te sientes menos que, por ejemplo ellos fuman y tu no, no, así como que no se, ya me gusto, luego mi mamá una vez ya nos fuimos de pinta y mi mamá llevó las mochilas a la dirección y mandaron hablarle a todos los chavos y las chavas, y un chavo andaba conmigo, y casi me golpeaban por culpa de mi mamá, por que mi mamá llevó las mochilas y sus papás tenían que ir por las mochilas, y entonces así, me daba un montón de pena, verlos, una chava, si me dijo de cosas y ya me daba pena la verdad verlos, por que decía “hay mi mamá porque llevó las mochilas” y ya después, yo creo, o sea, me gustaba el relajo y siento que por la pena y decía “hay mejor ya no voy a ir, pero porque me daba pena que mi mamá haya ido hacer eso, a dejar las mochilas a la dirección y luego, este, ya no, me gustaba ir, me daba pena ver a todos, me decían que mi mamá, y que no se que, que para que fue a la dirección y todo no, y luego que sus papás los habían castigado y yo dije, hay mejor ya no voy ah ir, pero también de la vergüenza no, de que me iban a decir o que iban a decir, total que me fui dar de baja y este.. El mismo chavo con el que andaban ya le habían firmado sus papeles y dije, hay que tonta, yo me salí por el porque, él me fuera a decir algo, no se, y ya cuando me estaban firmando hoja el ya estaba afuera con sus papeles, lo habían corrido, no..... Me llevó y este, para esto, a la muchacha

con la que me iba de pinta, se llama Martha, y mi mamá no la quería, porque se drogaba ella con cemento o con tihner y no la quería, entonces cuando yo me salí, ella la corrieron de la secundaria donde estábamos, y este, nos fuimos a otra secundaria, a la 201 creo y por ejemplo desde que entre a la secundaria, me depile la ceja y así, casi no veía a las chavas de mi salón que se pintaran la ceja, se la depilaran, por ejemplo entrabas a la secundaria que iba primero y te despintaban la cara, si ibas pintada, o el cabello y te mandaban un citatorio y ya iban tus papás, y acá donde íbamos, desde la primera vez que se la encontró, le dijo que si también iba, dijo que por eso me había sacado de la otra escuela, que porque iba ella, ya cuando fuimos a la otra secundaria, ahí si iban pintadas las chavas de la ceja, pero azul, roja, verde, iban todos tatuados, no te revisaban si ibas bien boleados los zapatos, si llevabas el cabello pintado o así, y luego, como mis papás llegaban muy tarde, hay veces que no querían ir por mi, y si me daba miedo, venirme sola, porque mi mamá no quería que estuviera con mi amiga.....Al principio, como que te vale y no te importa, pero ya después, ya te arrepientes, imagínate, que trabajo te pueden dar, ahorita ya en un trabajo te piden la prepa o así, conforme tengas menos estudios, menos te van pagando, si quieres ganar un poco bien tienes que tener algo mejorcito, ahora me arrepiento, digo, hasta hubiera agarrado una carrera, no, aunque fuera algo de secretaría, de maestra, cualquier cosa, porque así que encuentras nada”

&&&&&&

5 “Ahí fue de que ya llegando a segundo de secundaria, fue de irme de pinta, echar con mis amigos desmadre afuera de la secundaria, robar tapones, no para mi, no sabía ni para que servían, si no que los demás también lo hacían de decir vamos a quitarle los tapones, emblemas de los carros, haciendo la maldad, no tanto porque me sirvieran, porque si me preguntas con que me quede t dijera que con nada (risas) se lo quedaban los otros, y este nada por darle gusto a los amigos y que dijeran “este cuate no se acobarda no” este le atoro a eso, no midiendo consecuencias, empezaron las bajas calificaciones, reprobé dos

materias en segundo, básicamente fue eso, irme de pinta, no entrar algunas clases, donde me caí”

&&&&&&

6 “bien, porque ahí era cuando empezaba a fumar a tomar..... yo creo, que cuando me iba de pinta, que te vayan a descubrir qué te fuiste de pinta, de hecho este, a lo mejor hasta miedo cuando llegaba del escuela, en la tarde porque yo iba en la tarde, yo llegaba como si hubiera salido del escuela, nunca fueron por mi porque estaba a una cuadra de donde estaba mi abuelito, no me iba a dejar, ni me iban a recoger, a lo mejor el miedo, por otra parte pues no, emociones cuando me iba de pinta, que hiciéramos algo malo, que nos vieran tomar”

&&&&&&

7 “ Pues no tan buena, fue pesada, fue dura, difícil en que siempre veía que se estaban peleando mis papás, había muchos problemas,este llorar”

&&&&&&

8 “emocionalmente me sentía bien, porque yo quería cambiar mi vida y con deseos de salir bien..... vi varias experiencias, tuve la oportunidad de ir por los que se drogaban a sus casas, de cómo sufría la familia, también entre miedo y pena decir que su hijo en un drogadicto, veía gente mamas y papas llorando y viendo porque..... me acuerdo que fue miedo, porque no supe como reaccionar, se puso muy agresivo, por que nos empezó a aventar cosas, lo que encontrara, pero también fue como reflexión igual y yo me pongo por la droga no, dentro de terapias que me dieron sobre la familia y todo eso, aprendí un poco de todo para salir del anexo y sobrevivir afuera”

&&&&&&

9 “yo odie la secundaria,..... yo creo que siempre conviví con gente mucho mayor que yo, y al estar con los niños de mi edad, a lo mejor yo ya había vivido eso y me adelante a ese tiempo, y al estar con los de la secundaria fue no me gustaba, porque había niñas que nada más se preocupaban por la pintura de los ojos, que si no estaban despeinadas, yo quería otras cosas”

&&&&&&

10 “mi desempeño, creo fue bueno en primaria, secundaria igual pero no seguí por falta de ayuda económica para continuar..... yo creo que, cualquier carrera es muy buena o hoy en día cualquier carrera es buena para seguir proyectándose, obviamente la carrera que hubiera elegido hubiera sido la adecuada”

&&&&&&

13 “en la preparatoria, salí casi bien en todas, pero, cuando iba en el segundo año de prepa, mas que nada, no le eche ganas porque tuve un problema en mi familia, entonces eso me afecto, y bueno, de por si, esa materia no me gustaba, era geometría analítica, entre mis broncas familiares, y lo que no me gustaba, troné, cuando tenía que estudiar para el extra, no estudie, ni nada, la deje pasar y me tuve que quedar un año en la escuela y ya, en la universidad igual, en general, siento que ha sido bueno, nada más que no se, falta de suerte, o falta de no sé falta de ganas, por una materia, me atrase un semestre, en general siento que ha estado bien, llevó nuevos, llevó dieses, ochos, no siento que vaya mal en calificaciones”

&&&&&&

14 “secundaria no me gustó esa etapa de mi vida, no sé, como que..... por ejemplo todos los chavos eran muy ofensivos con todos a mí no me gustaba estar ahí y se las vivían peleándose, y por ejemplo las chavas muy fresas, como que se

querían sentir muy grandes, siempre me ha chocado una persona que aparenta lo que no es,.... entonces en el salón si fue mucho eso, y cómo estuve los tres años con los mismos, si tuve amigas de hecho algunas las sigo viendo pero no fue la mejor etapa, ya en la preparatoria fue la etapa que más me gusto empecé a conocer cosas me di la oportunidad de echar un poco más de desmadre,... Este de conocer nuevas personas otros ambientes no también por la escuela donde estudié que fue el CCH entonces, como me quedé un año en el CCH por desmadre, entonces dije en la Universidad debe de ser bien portada, tengo que sacarla bien, tengo que echarle ganas, no he hecho tanto desmadre como en el CCH”

&&&&&&

15 “en secundaria tuve amigos en primero y en segundo, porque en tercero se deshizo todo, en el segundo lugar del cuadro de honor, la niña que siempre ganaba el primero, yo siempre decía tengo que ganarle, tengo que ganarle, nunca le gane más que una vez, la vez que le gane se puso a llorar y todos le preguntaron que porque lloraba y ella les dijo que era por mi culpa, entonces todos me dirigieron y terminé peleada con todos, nunca entendí eso y nunca no entenderé. En la prepa conocí a unas personas maravillosas, que me demostraron que podía tenerles confianza, ellos me abrieron su corazón, su casa, su familia y que ahí están. En los cuatro años de la carrera me acompañó alguien y me soporto mucho que ahí está y que sigue conmigo, que me abrió su corazón y su confianza y siempre estuvo conmigo, y al final de la carrera también conocía personas maravillosas, que también me abrieron su alma, su espíritu, su corazón, el apoyó su abrazo y los quiero mucho”

&&&&&&

16 “ahorita bien, pero en la adolescencia desde los 13 años a los 16 que me case fueron tres años difíciles..... en la adolescencia fueron problemas.si era amiguera en la primaria”

&&&&&&

17 “Mas o menos, bueno yo creo que fue una etapa en la que aprendí mas cosas, y yo creo que también aprendí a enojarme mas de cualquier cosa, pero fue chida, me la pasaba bien con mis amigos, los recuerdo y los añoro”

&&&&&&

“18 me llamó la atención el dinero, y en la escuela yo no le ponía mucha atención”

20 “buena una etapa muy buena..... en qué aprendí muchas cosas, empecé a darme cuenta de todo, conocí a muchos amigos que todavía tengo, se formo mi carácter”

3.2.6 PAREJA

3.2.6.1 Relación con su pareja (solteros)

2 “Ahorita estamos pasando por una nueva etapa, (risas) este hemos aprendido muchas cosas hemos vivido muchas cosas, y pues me siento a gusto, me siento contenta, me siento enamorada, pero hay algo que no me deja ser completamente feliz, digamos,Es una falta de confianza, igual y de mi parte, hacia él, y de él hacia mi, por ejemplo, “sabes que, quiero esto o lo otro, falta mucho... Al principio me provocaba tristeza, ya después fue como frustración, al decir “ me siento bien o no”

&&&&&&

5 “Mira te voy a decir, como te decía soy solitario, hay veces que he tenido parejas, siempre, me he inclinado mas por mi, por lo que voy hacer, ya estando en pareja, ahorita te puedo decir, si me hace falta una pareja, pero ya tenerla, creo que la desperdicio, o sea que, siempre he sido, yo tengo pareja, y yo quiero ser como si no tuviera pareja, ellas quieren salir conmigo, y yo Quiero ver fútbol, Llegó a ese extremo no, ahorita no extraño no tener pareja, viene el mundial no (risas)..... me incomoda bastante que yo, no se a lo mejor no se tener pareja, porque a lo mejor yo hago un plan y digo voy hacer esto tal día, si descanso voy hacer esto, y por ejemplo cuando ella llega y me dice, sabes que vamos acá, hijote, hay veces que si, no le digo, “esta bien vamos”, pero hay ocasiones que, una vez le dije a mi pareja, sabes que va jugar Hugo Sánchez, va ha ser la despedida con el real Madrid, ya sabrás lo que pasa, por ejemplo, cuando estoy con una pareja, si te voy a decir que la quiero, me entrego todo no, y si me afecta bastante dejar a mi pareja, a lo mejor es por eso también, que ahorita ya no, no quiero una pareja, porque como soy, creo que las relaciones no duran mucho conmigo (risas)..... A pues me siento muy triste, muy, agitado, caigo muy feo, ya no soy tan bromista, como lo soy actualmente, decae mi animo, si sigo, cotorreando, sigo siendo bromista, pero ya llega el rato en que, por ejemplo, apenas termine con la chava, sale, tu por tu lado, yo por el mío, cada quien por su lado, y me doy la vuelta y me voy, ya después me doy la vuelta cuando, tu cabeza viene revuelta y dices, creo que ya bailo, ya no tengo pareja, me siento triste, me entristezco demasiado, el trabajo me ayuda mucho, con los chavos sigo cotorreando y todo, pero igual, ya en el momento que salí del trabajo y voy a la casa, pues otra vez te vuelve a caer el veinte, de hay mamá, ya me mandaron a la goma, me entristezco demasiado estando solo, estando con mis cuates se me olvida, estas en el trabajo, estas con tus cuates, me ayuda a olvidar”

&&&&&&

8 “pues bien, porque ella en todos los sentidos me ha apoyado nunca me ha dejado solo, de hecho también cuando estuve en el anexo, me apoyo y me dijo que era por mi bien, la verdad nunca me ha dejado solo, siempre apoya, siempre me motiva de alguna u otra forma..... con mi chava le muestro mis sentimientos a través de un beso, un abrazo, un detalle”

&&&&&&

9 “Han sido en su momento buenas al final malas, porque son unos malditos los hombres, (risas) como soy, como todo, no soy muy..... no demuestro mucho mi amor, si soy enojona pero no de a gratis”

&&&&&&

13 “Con mi pareja, a sido todo un proceso, porque al principio, no era capaz de, llámale falta de asertividad, hablando en términos psicológicos, pero, no era capaz de decirle y expresarle lo que yo sentía, lo que a veces me molestaba, o lo que yo sentía, y hacia berrinche o lo que sea, después ya, cuando se acumularon varias cosas era cuando explotaba la bomba y le decía “es que tú haces esto, esto y esto”, y me enoja que te vayas con tus amigos, y que les des mas importancia que yo, lo que sea, pero ya llegaba un momento en que tenía que decírseles, porque ya eran muchas cosas que guardaba, pero no se las iba diciendo así, “oye sabes que me gustaría que esto fuera de otra manera o no se”, pero ahora siento que eso a mejorado, después de dos años de relación, al menos hemos mejorado ese aspecto, bueno yo, soy capaz mas de decirle, sabes que esto no me gusta, esto me molesto, o así”

&&&&&&

14 “ He tenido pocas pero,..... me llevó bien con ellos aunque de repente me dicen alguna mentirilla y si me enciendo y yo soy muy enojona, si me hacen enojar

muy fuerte, si me enojo y se las miento, pero todo bien, trato de llevar bien las relaciones, tener confianza, este, de decir lo que no me gusta, esta última relación que tuve como que me sentía presionada, pero con el fue diferente,.....el era mas grande que yo, con el me sentía como chiquita, entonces yo sentía que si yo le decía algo, me iba a decir, no seas tonta, o cosas así, muchas veces me quede callada por eso,.....me enojaba porque no lo decía, me enojaba y a el no redecía nada, como que todo estaba bien, pero si me enojaba y hacía mis corajes yo sola y lloraba yo sola, me entristecía yo sola, si yo me sentía mal no le decía a él porque que iba a decir, que estaba yo tonta”

&&&&&&

15 “mis relaciones de noviazgo, por lo regular son de volcarme en el otro, son dos casos o me vuelco en la otra persona o hago mi vida, y mi vida se va, la segundas son las que han durado menos, mi relación, se distancia mucho, él haciendo sus cosas, y yo haciendo las mías, terminamos rompiendo, y la otra que me vuelco en l otra persona pues son las relaciones en las que he salido perdida, porque pierdo mi vida mis proyectos y demás, la que tengo últimamente si empecé a volcarme en la vida de mi pareja, gracias ha dios o lo que sea tengo gente que me dice para donde irme y otra vez me ayuda a recuperar eso mis objetivos y el consejo de no volcarme en el otro y el consejo de que no va a funcionar y así no, y creo que es el mejor camino y me cuesta trabajo, es muy buena muy linda me apoya mucho, jamas he encontrado en la vida que me apoye como él, me protege mucho dicen que por eso estoy con él porque me protege, me ayuda mucho en la casa, me ayuda a barrer a trapear, le encanta planchar, le gusta hacer de comer, le gusta que trabaje, que quiera seguir estudiando, por la persona que soy, me quiere como soy, no busca pelea conmigo, yo soy muy caprichosa y peleonera me gusta amar maltratando, pero él no busca ese lado, estoy aprendiendo a no amar con maltrato

&&&&&&

17 “Si al principio me llevaba muy bien con él, todo era bonito y color de rosa, transcurrió el tiempo y mi enojo fue saliendo por cualquier cosa, ha habido discusiones fuertes, me enojo de volada y mando a la chingada todo, aparte el es muy tranquilo y eso me desespera también”

&&&&&&

19 “soy soltero, tengo novia se llaman Gabriela Renteria la amo,.... llevo muy buena relación con ella, este.. que más te puedo decir”

3.2.6.2 Relación con la pareja e hijos (casados)

1 “Hasta cierto punto no, pues el prefiere que yo este en la casa, con la niña, y dice “ No yo voy a trabajar más para que te quedes con la niña” , hasta cierto punto pienso que me da el avión, de decir, pues si si vas a trabajar, pero en realidad pues no....De enojo, de decir “nada mas tu quieres salir adelante y nosotras aquí no” de enojo.....tratas de aguantarte mas, o de ya no alterarte tanto, porque si me llega a dar un dolor pues quien ve a mi hija no? Tratas de calmarte mas o dices sabes que bájale porque, pues no toda la vida puedes estar así.”

&&&&&&

3 “pues poco tiempo, pero la relación es así como, muy vengadora, muy humillante, muy rencorosa a veces, no es una relación bonita, llena de felicidad.... Una emoción, pues el sentimiento, que hay y siento y digo, ¿Por qué no lo puedo compartir con los demás, un sentimiento bonito, de que así como la abrazo, pudiera abrazar a los demás, como te digo regalarles un beso y no”

&&&&&&

4 “Y ese rato apenas estaba pensando, por ejemplo ahorita que Javier no tiene trabajo, así como que valoras mas las cosas, aunque yo no tenga hijos por ejemplo digo ahhh..... Pues ahora ya mejor, antes así como que, no se, como que es muy machista, o no se así como que, aparte es muy celoso, así como que nos enojábamos por tonterías y ahora igual, pero como que vas madurando, como que en alguien debe de caber, no se, no le debes de seguir dando paso a tanta tontería..... Coraje..... Se me hacia, así, como que, por ejemplo la mujer debe de, él debe de andar en la calle trabajando y la mujer como que en su casa no, si luego voy hasta con mi mamá y me dice “porque te fuiste con tu mamá, que hacías con tu mamá” así como que, no manches voy a ver a mi mamá no, cosas así, por ejemplo, cuando estoy de buenas, casi no me gusta hacer de comer, y luego me decía, en ves de que te vayas con tu mamá debes de hacer de comer, pues somos dos no, dijera yo, pues tengo un hijo a fuerzas tengo que hacer de comer, porque aun sea sopa le tengo que dar no, pero pues así, luego nos gastamos menos en comer en la calle, que hacer de comer aquí, por que el come muy bien, y así cosas así que pues no, así por ejemplo luego le habló a chavos y se enoja..... Que el no me deja, por ejemplo no tenemos, hijos y le digo “ Tú trabajo, yo trabajo y hasta,” por ejemplo, hay va mi punto que es machista no, antes me decía “ no trabajes” y yo le decía es que me aburro aquí de no hacer nada no, y me decía “es que para que trabajas si yo gano bien” entonces pues no, yo soy la que tengo que estar en mi casa y él trabajando y no, ya después este, yo le decía “ahora si voy a trabajar” y me decía, pues si quieres, pero por ejemplo, ahora me dice, pues si , si quieres trabajar este, pero lo que ganes vas a poner la mitad para la casa he, así como que digo, hay pues no, no, o sea yo tampoco quiero trabajar nada mas para mi, pero yo opinaría, por ejemplo a mk me gustaría trabajar y no se, que él se haga cargo de su casa no, o sea que yo voy a comprar a lo mejor el mandado, no se, algo que me guste, no una cosita no, pero a mi me gustaría trabajar y que el siga con su casa, con sus gastos de su casa, y ya con lo que yo gane nos compramos ropa”

&&&&&&

6 “cuando me enojo le gritó, cuando estoy contento no le digo este, has de cuenta, cuando estoy tranquilo le platico las cosas que hago, trató de llevarme bien, cuando estoy enojado hasta groserías le digo”

&&&&&&

7 “yo con mis hijos me llevo bien, con el único que creo que es muy agresivo y muy impulsivo es el de en medio, Pedro Fernando es muy impulsivo para todo le he dicho que eso no, que se controle que trato de llevar una vida más calmada porque porque la frustración no dejan nada..... con mi esposo llevó una relación muy bonita nada más que, nada más que el depende de una familia muy gritona, y el así cree que lo entendemos, pero no se trata de gritar, si gritas, no nada más gritando que vamos entender, no grites, toda la familia de él es igual, si no gritan sienten que no son escuchados, echan madres y piensan que no nos entendemos..... a veces me provoca mucha frustración, le digo a mi esposo vamos a salir y me dice no, si antes tomaba porque tomaba, ahorita que no, que porque está cansado, y le pregunta a dónde vas y le digo al mercado a dónde pues hasta el Olivar, luego lo más lejos que puedo porque para mí del frustración estar aquí encerrada..... pues me da coraje, porque yo digo cómo es que si él necesita algo se lo hago y ya, y yo no puedo, porque le pido permiso.....no lo hago por no tener problemas porque yo sé que los voy a tener, porque si así fuera yo lo haría, yo se que aunque tenga problemas lo haría, pero no quiero tener problemas..... pues igual, me siento muy frustrada me siento mal, porque yo soy la que tengo que resolver todos los problemas y a él no lo molestó para nada, y a pesar de que el ceda un cuentas de la situación, no hace nada por sacar adelante la situación, o simplemente me deja que yo las resuelva, él es de las personas que en su trabajo sacan 1000, 2000, lo que él quiere teniendo trabajo, y me los da y piensa que de ahí yo voy a sacar, sino trabajo cuatro cinco o seis semanas, imagínese los problemas hasta donde están, la renta, la comida, los gastos siempre están, en eso no piensa, y después que me da 3000, de ahí

empiezo a pagar, y me dice cuánto tienes ahorrado, y les digo cuánto ahorrarías tu, con tanto problema encima, con tanto descanso que te diste, cuanto a horarios con lo que me diste, me dice es que tu tienes que administrar el dinero..... si el dinero, porque él no tenía trabajo apenas empezó a trabajar”

&&&&&&

10 “tengo siete años y medio de casado, tengo un hijo de cinco años y una hija de dos meses, me llevó con esposa lo normal, son los problemas que salen se tratan de solucionar como todo, el carácter es lo que cuenta mucho en la pareja, puede ser agresivo o tranquilo, trato de estar con ellos pero a veces no se puede por el trabajo y comprenderlos y entenderlos y que me entiendan a mí también..... yo me junte a los 23 años con una pareja, me separé por problemas y dejé pasar un año, y el siguiente me case por la Iglesia bien y ahorita tengo siete años de casado”

&&&&&&

12 “cuando no tengo trabajo le ayudo mi esposa, que es lo que más quiero ahorita la quiero conservar lo que Dios me la preste para salir adelante aguantar el tiempo que el me lo permite aquí apoyarla, ayudarla, de qué forma pues en las labores de la casa, que veo que tiene ropa que lavar y que estoy aquí le ayudo ha enjuagar, le ayudo a hacer el quehacer estamos más unidos en el aspecto de estar platicando los problemas, y cuando tengo trabajo, yo me salgo, como en mi trabajo no tengo horario ando en la obra desde las ocho de la mañana a las ocho de la noche o a las 10 o 11 de la noche ó sea que no”

&&&&&&

16 “bueno me separe..... hace 18 años porque él es alcohólico, al separarme no me provocó ningún dolor,... este... fueron todavía dos años de miedo a que él

regresara, pero nos cambiamos de casa, no hemos vuelto a saber de él..... -
.....porque él empezó a tomar, después de cinco años de relación él empezó a
tomar, duramos todavía un año así, pero yo vi que iba avanzando tomando cada
ocho días y no quería volver a pasar lo mismo que con el Papa de mis hijos”

&&&&&&

18 “en unión libreuno de cuatro años, apenas me acabo de
separar..... eran problemas dentro de el hogar..... enojos, así
como a cualquier cosa (se le cristalizan los ojos)..... haz todo, a lo que
hacía el niño, a lo que hacia yo, tomaba y ésa era la causa de el enojo, o lo que
hacia ella también..... no, si no lo que, el hecho de fumar cerca del
niño cualquier cosa no molestaba, eran los reclamos del enojo..... el tirar los
juguetes, a ser regadero, lo regañaba, se enojaba y le decía, y ahí
empezamos..... le decía que no le hiciera cualquier cosa a el niño y
ya, se empezaba a molestar y terminamos peleando los dos..... apenas esta
vez nos juntamos como cinco meses, los enojos eran cada dos días o cada tercer
día, era una relación común pesada se puede decir..... emocionalmente,
porque me ponía a pensar quién le estaba regando ella o yo muchas
cosas..... nos dormíamos normal, y al otro día este..... se pasaba el
enojo y eso, a ella y a mi y otra vez normal, iba a su trabajo por ella,
..... emocionalmente pues triste, cualquier cosa lo normal, físicamente
tranquilo (continuamente esta tosiendo) se extraña a la persona
..... ya muy poco, si me acuerdo pero como el principio, triste ya no”

&&&&&&

20 “si, con mi esposa es algo muy raro es, una emoción muy grande y..... lo
que pasa que por la falta de tiempo se ha perdido un poco la comunicación, con mi
hijo trato de estar el mayor tiempo posible cuando tengo el tiempo, es una relación
muy buena donde nos vemos con gusto los dos..... alegría ahí es algo

diferente, preocupación cuando no la veo, cuando no estoy con ella es preocupación”

&&&&&&

3.2.7 ENFERMEDAD

3.2.7.1 Como vive con la enfermedad

1 “ Aprendes a vivir con ella, aprendes a controlarla así como que.....hay si como esto y como irritantes me va a dolor, mejor no lo como, como menos o a lo mejor me aguanto las ganas, pero no siempre, aprendes a vivir con ella”

&&&&&&

2 “Que me provoca, principalmente dolor, porque llega un momento en que el ardor lo puedes controlar, bueno ahorita se me pasa, pero Pues ganas de llorar, porque muchas veces es muy fuerte el dolor cuando llegan los dolores es que ya no puedes ya no puedes controlarlo..... Pues ganas de llorar, porque muchas veces es muy fuerte el dolor”

&&&&&&

3 “pues, ..me pongo histérico, me altero, no quisiera que me hablaran, si no que, me molestan pues las cosas.... ah me baja mucho la moral, nuevamente me pongo de males, mi autoestima se baja, como que te desinfla, cuando se me hace una raya, la gastritis pues”

&&&&&&

4 “Hay veces que es muy ligerita o ni la sientes, si te lastima, pero como que no le tomas mucha importancia, yo en el día si ando en la calle así como que, ya no quieres ni comer nada, porque sientes como te arde, en la noche cuando te vas a dormir o te despierta, sientes como que te quema en el pecho

..... Me dicen tomate una pastilla, por ejemplo eso me dice mi tía, cuando me pasa, y mi mamá por ejemplo me dice, “es que debes de comer a tus horas, ya no fumes, ya no tomes coca o ve al doctor..... A mi mamá, es que uno es mas desidioso de que hay tengo que ir al doctor, el Javier igual me pregunta que tienes y me dice que tienes, igual es que tengo agruras, por hay veces que son agruras, pues levántate y tomate ya TUMS”

&&&&&&

5 “trato de cuidarme, comer lo menos posible lo que comentábamos, lo que se que me hace daño, ya se que la tengo, tratar de no hacerla enojar, llevármela por la tranquila, no ingerir mucho tabaco, ni mucha salsa roja, mi mamá ya sabe que no me hace daño, entonces hace salsa verde en ves de la roja, por que me hace mas daño la roja”

&&&&&&

6 “no lo tomo como malo, porque lo puedo controlar ahorita, no sé más adelante que emoción me pueda causar sin verdad me da muy fuerte..... mi papá me dice que me tome una ranitidina y pues no me dice nada, pero me dice ya te dije que no esté fumando tanto, mi papá me dice que la gastritis me da por fumar y por tomar”

&&&&&&

7 “me siento muy mal, porque sufro demasiado, y dijo debo de buscar la manera, últimamente me dijeron que dejara la naranja, la piña, el limón, la toronja, jitomate el tomate, y que comiera otras cosas como Gerber, espinacas, berros y que tratará de comer puras frutas y verduras y pues siento como que no cómo..... yo pienso que es tratando de cuidarme, tomando mucha agua, comiendo las frutas que más pueda, si tiene hambre entre comidas no comer cochinas, sino fruta o verdura aunque sea cruda”

&&&&&&

8 “ciento mi estómago fuerte, porque llegó un momento en que ya no aguantaba tomar café por los ardores..... ahorita, ya cuidándome con medicamento me siento bien..... me siento con fuerzas, y me siento motivado porque digo ya nada más es un dolor de debes en cuando, al menos se cómo reaccionar o que tomar para que se me calma”

&&&&&&

9 “no vivo, ya me tiene desesperada..... como me siento así me siento (estira los brazos, señala el estomago..... no vivo la tolero”

&&&&&&

10 “siente uno remordimientos, de que debes pensar que la salsa no es muy buena pero no lo puedes dejar, eso siempre va a ser así, qué bueno que uno se encuentra pastillas, para no ir al doctor, o para no tener un operación..... me fastidia, pero yo se que tomándome las dos pastillas voy a calmar el dolor unos 10 o 15 minutos”

&&&&&&

11 “Como la entiendo, se me hace difícil expresarte, no me gusta he hecho muchas cosas, e dejado de hacer muchas cosa, por ejemplo, a mi me encanta el

chile, picante, el refresco, porque lo peor que me ha sucedido es un dolor de estómago, prefiero que me duela la cabeza, otra cosa a que me duela el estómago, me viene un dolor de estómago, y quiero estar acostada en posición fetal, porque es la única posición que me hace sentir cómoda por el dolor, ahora dicen, ya que te sientes mal, haces todo lo posible, en vez de que hubieras hecho antes, con tal de que se me quite un dolor de estómago hago lo que sea, he dejado de tomar café, todo lo que me gusta lo he dejado, con tal de que no me den los dolores, si sea disminuido, dejar de comer lo que comía antes, mucho chili, mucho refresco, mucha grasa como que si sean disminuido los dolores, sin tomar tanta ranitidina, empecé a tomar dos diarias, porque me empezaba a dolor..... A mi no me gusta ir mucho al doctor, pero cuando empecé a tener los dolores, les dije no saben que si vamos al doctor y ellos me decían, siempre de cualquier dolor a todos a mis hermanas, ellos por ejemplo me dicen, no comas chile, y mi mamá prepara algo con chile, y a mi me lo hace sin chile, así cualquiera que este enfermo, mi mamá le hace algo especial, para comer, y los demás comemos el resto, ahorrito mi mamá es la que me está haciendo cosas para comer, por ejemplo, si se me ocurre agarrar chile o limón, me están vigilando que como, a mi papá le gusta comer mucha fibra y es lo que siempre desayunamos, un licuado de todos los cereales, granola avena, germen..... como que es un medio para no enfrentar, como que es un medio para cambiar la forma de vida que llevó, una forma de comer, no lo vi como un posibilidad de renegar algo, no lo vi con esa intención, si no la forma de cambiar, como que ahora tengo ese afán de cambiar, mi forma de comer, mi forma de vivir, las cosas que hago, lo que veo”

&&&&&&

13 “Con toda mi responsabilidad, número uno, ahí no fue tanto mi responsabilidad, cuando eres pequeño, la alimentación y todo eso, es responsabilidad de tus papás, en mi casa, antes se tomaba mucho, mucho refresco, comía mucho picante, y mucha comida chatarra, que hasta la fecha, me sigue gustando y la sigo

comiendo, hasta la fecha, después mas crecida, que siento que fue cuando se me desarrollo, digo, me mal pasaba mucho, casi no comía, y luego, llegaba muy tarde a mi casa, hasta que llegaba comía , yo era conciente de que eso me iba a provocar algo, además, aun tomaba refresco, tomaba mucho café, todavía cuando entre a la universidad, tomaba mucho café, algunas veces refresco, empecé a fumar mucho aquí en la universidad, también los rollos emocionales que traigo, desde que iba en la prepa”

&&&&&&

14 “mal, porque es muy incómodo..... mal físicamente, emocionalmente ó sea, en el momento que tengo la gastritis no identificó alguna emoción”

&&&&&&

15 “me pongo de mal humor..... a mi familia les pido que no me hablen”

&&&&&&

16 “ con las agruras, me siento llena o sea, a veces me molesta, pero ya aprendí a vivir con eso a no tomarla en cuenta o por, siempre tengo mala digestión”

&&&&&&

17 “ Pues..... es que me la pasaba en la cama y no me sentía mal emocionalmente, solo era físicamente por el dolor, pero me sentía mas tranquila”

&&&&&&

18 “me siento mal del ardor..... no la controlo, únicamente cuando me da compro mi sal de uvas y ya y de esa manera controlarla se puede decir”

&&&&&&

19” yo no sabía que era gastritis, sólo recuerdo en qué momento fui, pero me empecé a sentir muy mal, fui al seguro, y me digieron que me iban a ser unos estudios, pero para esto ya eran veces que, a los 20 o 21 años hubo una ocasión, que el dolor que tenía lo tuve, lo tuve, porque no sabía que era, fui con el médico medio unas pastillas que aparte de que no me sirvieron me provocaron más el dolor, esa ocasión que fue de las más cañones, andaba yo en la casa de mi primo y él me llegó con el médico es, yo no aguante el dolor, y como ya lo tenía de unos días antes, te hacia vomitar, porque así me quitaba el dolor me entiendes, vomitando se me quitaba el dolor de estómago, de gastritis, vomitando, pero vomitando muchísimo líquido, porque hacia unos charcos de agua que era muchísimo líquido y así me quitaba yo el dolor se me calmaba un poco,..... ya vivo con ella..... a que el medicamento no lo tomo de el diario, nada más cuando se me inflama el estómago o cuando, ya que empieza la molestia me aplicó mi metoclopramida o ranitidina de 300 mg y se me olvida.....

&&&&&&

20 “bien, preocupado luego no la logró controlar..... vivo, trato de ya no preocuparme por eso, es algo que mas bien se te va haciendo costumbre, el ya tenerla”

&&&&&&

3.2.7.2 Opinión de la enfermedad con respecto a lo religioso y su práctica

1 “Tanto como religioso no, pero como que tu sabes que la puedes controlar y que el dolor no va así de “hay dios mío quítame el dolor” no, como que es por uno mismo, no lo considero así, de “hay dios porque me mandaste este dolor”

&&&&&&

2 “Practicar la religión, no se, es ir a misa cada 8 días, siempre estar en la iglesia..... yo siento que no tiene nada que ver el punto de vista religioso, de decir, “dios me esta castigando”

&&&&&&

3 “no llevo ninguna practica, solo me digo que soy católico, por que me lo inculcaron mis padres, que lleve acabo tal cual es, tomarle un domingo a ... la casa de dios, ir a la iglesia, rezar, darle gracias a dios que amanecí..... Si lo he hecho en enfermedades así, donde me he sentido que no la voy hacer, uno no es para siempre”

&&&&&&

4 “No soy muy católica, por ejemplo cuando hay una fiesta, lo que digo es nos vemos después de misa no, hay veces que si necesitas ir a mi o tienes un problema, yo todas las noches rezo un padre nuestro y pido por mis papás, por mi hermano, por mi y por Javier, es lo mas importante para mi no, por ejemplo, hay veces que tienes un problema y le pides a dios, en ese aspecto no me siento mal porque pido por ellos, y a veces por mi abuelita, pero pocas veces por ellos, hasta por la gente que no nos quiere, a que nos hace mal, le digo también cuídalos, en ese aspecto no me siento mal, hasta me duele una muela y estoy toda la noche rece y rece, rezar un rosario es como de hueba, tu no tienes y te quieres dormir ya ponte a rezar un rosario, no sabes ni en que te quedas, igual agarra la Biblia y ponte a leer y ya cuando sientes ya estas dormida y la Biblia tirada o al

lado..... Yo creo que es lo que haces, porque todo lo que hagas tiene una consecuencia, no”

&&&&&&

5 “.....Lo que yo he escuchado es que... están los doctores para que tu te puedas curar una enfermedad no, y cuando es una enfermedad ya terminar se puede decir, es cuando tu puedes, pedir un milagro, al jefe, al de haya arriba, no está peleada con los doctores, está religión, no le llaman religión con el señor que vamos, si no que es una forma de ver este, una relación con dios, este no estamos peleados con los doctores, están los doctores, si tu estas enfermo, ve al doctor que también te puede salvar, te puede quitar la enfermedad, ya dependiendo de tu fe, que tanta fe tengas en el jefe, pero de que te puede salvar, tu ve haber los doctores”

&&&&&&

6 “no, yo creo que es por la forma de comer, porque siempre como Chile y siempre me da, a lo mejor es por eso yo le echó la culpa al picante y el cigarro..... no, yo creo que sí cuidarás tu cuerpo, tu alimentación, yo creo eso o no fumara, no comer picante, sino tomará coca, si tomar agua a lo mejor se le quitaría no, pero no lo hago, no le echó la culpa a nadie”

&&&&&&

7 “no, yo le digo a Jesús, si esto nos merecemos por algo no, tú sabrás a ti te entrego mi dolor, ni sufrimiento, sácame adelante”

&&&&&&

8 “no..... no te voy a decir que, cada domingo voy a la Iglesia, pero sí es, cada que me acuesto es rezar un Padre Nuestro y pedir por los seres queridos”

&&&&&&

9 “como cotorreo si (risas) yo no creo que las enfermedades te las manda Dios”

&&&&&&

11 “No, para mi es distinto, nunca lo había tomado en cuenta, si tiene algo que ver, como dicen, es que es un castigo de dios, no siento que sea así, eso si no, no lo creo..... de herencia es la religión católica, mis papás son católicos, mi familia, este pero no, de ir a misa, de ser devota, o sea todo eso, creo en dios, en su hijo en Jesús, no me justa que alguien maneje un tipo de religión y predique que esa es la mejor religión, que dios afecta, y el otro te dice, son mentiras lo que dice la otra religión, esta es la verdad buena, me molesta que manejen así la religión, yo me baso en la línea, a la Biblia la considero un libro que habla de la verdad, pero no quiero que nadie me la interprete, yo quiero interpretarlo, no base de que uno me diga esto, u otro esto, o sea si me gusta escuchar la opinión del otro, los que van a tu casa, me gusta escuchar mi opinión, y me gusta expresar la mía, pero no me gusta tomar así, la bandera, de inclinarme así a una religión no”

&&&&&&

12 “no creo, eso lo vamos pagando en sangre propia si, si ahorita hice algo ahorita lo estoy pagando con mi propio cuerpo como hablamos ese rato, yo le doy gracias a Dios con que esté bien tu familia y tuvo en lo más importante, darle gracias a Dios estamos bien eso es lo más importante..... yo soy católico, de vez en cuando voy a misa, en las tardes o en las noches que voy a descansar, leo un cuadernito que tengo por ahí, leo algunos novelas que son de Cristo Nuestro Señor nada más”

&&&&&&&

13 “No lo veo relación con la religión, porque te digo que yo tengo mis propias reglas, y mis propias ideas acerca de eso, yo estoy consciente de que si tengo esa enfermedad, o sea, por muchas otras condiciones y no porque sea, que dios me este castigando, o que cometí un gran pecado..... Pues, bueno, evidentemente, estoy bautizada, la confirmación, hice mi primera comunión, todo lo que requiere ser católica, y ahora que ya soy grande, no te digo que voy cada 8 días, últimamente si, porque tengo que llevar a mi hermanita al catecismo, bueno eso de tengo, entre, tengo y quiero, porque si me gusta como dan la misa en esa iglesia, antes de eso, que tenía que llevar mi hermanita, voy de vez en cuando, yo, tengo mis propias reglas acerca de la religión, siento que no tengo que estar ahí cada 8 días para ser buena cristiana, buena persona, en los actos de no querer afectar al otro esta mas el hecho, de querer ser buena persona, que estar en la iglesia, dándote golpes de pecho”

&&&&&&&

14 “No..... creo en Dios y si habló con él, a la virgen y a los santos no habló con ellos pero no los rechazó pues, es a mi conveniencia..... soy católica, pero es como una religión católica a mi estilo, la religión católica es porque me la inculcaron, pero me he dado cuenta de muchos cosas, que pasan en Iglesia, que pasan con los padres, es todo a mi conveniencia..... no, yo por ejemplo estoy en un coro porque me gusta cantar de la Iglesia, pero no por las actividades que se realizan, tengo que estar en misa porque si no obviamente no canto pero no es, nunca pongo atención siempre estoy cotorreando..... Simplemente, en el coro encuentro que me gusta cantar”

&&&&&&&

15 “no, a veces sí pienso, que por determinado malestar puede ser por cómo este la vibra, si considero que puede ser un malestar, no como una construcción como la gastritis que yo la construí, un dolor de cabeza o algo muy feo, no considero que sea un castigo religioso..... en mi casa, no estoy acostumbrada a ir a misa, mi mamá no es católica acostumbrada a ir a misa, si podemos ir a misa, me bautizaron, no me obligan a confesar pero sí tenemos un altar en la casa, en la que percinas, rezas, pides, pero mi mamá y mi familia hacen cosas que no están aceptadas en la religión católica, como las limpias, mi mamá acostumbra mucho eso, a pedir a los hermanos, por qué mi abuela cambio de religión después a espiritista, mi tía también la más chica de los hermanas de mi mamá, mi mama va más al templo que, a la Iglesia pasó a estar sola no me gusta estar en misa, me gusta estar en la Iglesia sola, sentir el espacio, tampoco voy a cátedra..... en el templo que encuentro, es que no puedo decir, es como otro tipo de contacto, otra energía, el desarrollo espiritual, esa escucha espiritual, como curación a un nivel espiritual”

&&&&&&

16 “ Pues mas bien es por la mala alimentación que uno lleva, que uno come, cosas irritables, que irriten el estómago, pero no creo que sea hereditario”

&&&&&&

17 “para nada, Dios no castiga..... activa, me guste estar en los grupos me llena mucho, cuando yo estuve muy derrumbadas en ciertas situaciones es como si la Iglesia me hubiera, dado, no la Iglesia sino Dios, esta onda de la Trinidad, porque sé que hay un ser que me quiere y que me ama sobre todas las cosas, que a pesar de que haga lo que haga me va a querer siempre,..... Si claro por supuesto”

&&&&&&

.

18 “no, las enfermedades son normales del cuerpoorar nada más.. ya no, nada más asistía de chico cómo como 10 años”

&&&&&&

19 “no, para nada”

&&&&&&

20 “ No, es nula”

&&&&&&

3.2.7.3 Porque considera que tiene gastritis

1 “ Por este,..... por las mal pasadas de comida.....pues si, porque muchas veces uno dice, no voy a comer eso por que voy a engordar y al contrario creo que te haces mas daño.....yo dejaba de comer, para no engordar, yo decía, “si como esto o como menos para no engordar o no subir de peso, pero al contrario creo que subes mas de peso”

&&&&&&

2 “No, por malos hábitos, que me he formado, alimenticios, y emocionales, pues muchas veces el hacer de mi parte muchos corajes, también influyen, y como en el día no hay día que haga un coraje”

&&&&&&

3 “por que tengo los síntomas de levantarme en la mañana, y volver el estómago, este y pues sentir el dolor en el estómago, del pecho a la panza, pro el tipo de vida que he llevado, que en ocasiones me mal pasaba e ingerido mucho alcohol y creo que es el problema para poder desarrollar la gastritis”

&&&&&&&

4 “Es que he escuchado que dicen, que cuando comes picante, o así, hay veces que me da por el cigarro, porque estas fume, fume, yo le hecho la culpa al picante, pero ahorita me acorde que también me da por el cigarro, cuando estoy fume y fume, por que no he comido nada, dice mi mamá estoy bien mala de la gastritis, y le digo porque tienes gastritis, y de dice, porque comes picante, porque no comes a tu hora, el cigarro, por el café, por la coca, y que sientes, como que te arde, como que te quema, y dices ha pues entonces también tengo gastritis..... a que no cuidas, desde un principio, desde chiquito, nadie come diario sus tres comidas no, yo creo que por lo mismo, por ejemplo tienes algo que hacer y no comes por estar haciendo lo que tienes que hacer, o ya agarraste el cigarro, por que fumas, por que comes?”

&&&&&&&

5 “Yo la empecé a sentir cuando estaba trabajando en una tienda de autoservicios, estaba en una tienda y este, en el turno de la noche, a mi me decían que con café se quitaba el sueño, y claro, se me subía, entonces si de noche me cuesta trabajo dormir, ya no duermo, entonces estaba yo en el trabajo y me aventaba buenos lapsos de tiempo en la noche, este, con café pues bien cargado, entonces ahí fue cuando me empezó a avanzar bastante, fue cuando ya empecé a sentir agruras y todo eso y la acidez, y no me explicaba porque, pero ya después no pues es el café, hasta la fecha, me tomo una tasa de café, llegó alguna casa y me invitan café y pues no les digo que no, pues si gracias, me la tomo pero yo ya se a lo que le tiro, me tengo que tomar mi pastillita para que me deje dormir..... Este, yo creo que mi enfermedad no es hereditario porque mis jefes no la tienen, mis jefes tiene diabetes y yo no la tengo todavía y yo pienso que es por la mala alimentación, por el café que me pega, y por ejemplo eh escuchado que si tomas leche te la calma un poco pero no, como me cuesta aceptar la leche no la ingiero,

si la tomo ya se a lo que la tiro, cuando vamos al pueblo y los amigos de mi papá, que le dicen llévate esta leche de vaca, natural, entonces la pruebo y ya se bajo que riesgo (risas), yo digo que es por la alimentación por los excesos que uno no”

&&&&&&

6 “yo creo que por fumar mucho o comer mucho picante.....”

&&&&&&

7 “yo considero que por lo mismo porque uno consume muchos irritantes.”

&&&&&&

8 “Porque andaba muy presionado..... en cuestiones de gastos, y note que por presiones también me da el dolor..... porque yo me lo busque, por mis vicios, por mis desveladas, por adelantarme a cosas que no eran.....hereditario no, porque mi papá también tiene esa enfermedad porque también el se mal paso y ahora se da de topes en la cabeza, por que me dice que yo no haga eso, que no me mal pase, es algo que yo me busque”

&&&&&&

9 “no sabes cómo era ese señora, piensa que nada más eres enfermera de una persona exclusiva de su paciente, y no se da cuenta que hay cinco más que están más graves o igual que el suyo, desde que llegue fue estar atrás de mí todo el día no dejarme hacer otras cosas, nada más quería que estuviera con su paciente, hasta que explote y me salí de mi cubículo y dije adiós, en Mancera ni siquiera bajabas a comer del trabajo que había, con pacientes entubados, con pacientes que debes de estar revisando signos cada dos horas o cada hora es muy

estresante, a partir de ahí empecé con dolor..... puede ser hereditario, pues les da las mujeres, hay que investigar, por ciertas características, por ejemplo, si tú mamá es más gordita y también o padece de lo mismo, da en mujeres que son gorditas, mi mamá también tiene lo mismo..... por enojona si, porque déjame decirte que después de que me operaron de la vesícula fue igual de todo lo que te tragas de todos los corajes, por enojarme por cosas que no vale la pena, trato no puedo de no hacerlo”

&&&&&&

10 “por el ardor, que es por el picante que yo se, siempre es un ardor, bilis o coraje no se si tenga que ver eso..... yo creo que no tanto cuidar, se le olvida a uno que tiene la gastritis, pero es repentino que me de la gastritis que tenga ese dolor no siempre, puedo tener exceso de salsa y no me pasa nada, puedo tomar café y no me pasa nada, pero puedo tomar las dos así y si me duele, no se llevan conmigo”

&&&&&&

12 “yo pienso, que cuando estaba mas joven yo comenzaba a tomar entonces tomaba yo y no comía... no sé si fue uno de los factores que se me desarrolló la gastritis porque tomaba y no comía, hasta después que ya tiene unos cinco o seis años yo comencé a tomar y a comer bien siento menos el malestar, yo le echo la culpa de que fue eso porque yo a los 14 años empecé a tomar, yo agarraba los tres días de tomar y esos tres días no comía..... ha de tener como unos 18 años, porque una vez que tome una viñareal... estuve tomando desde las 12 del día, hasta las doce de la noche, fue la primera vez que me dio vómito y fui con el doctor y me dijo que eran cosas químicas todo eso, antes no me pasó otra cosa porque Dios es muy grande, fue de 18 años para acá, que comencé con la gastritis, me aventé ocho días con vómito, iba con los doctores, y los doctores no me hacían nada me inyectaban, me daban pastillas y nada..... uno

por descuido, las mal pasadas de joven es eso, si tienes que comer de nueve a 10 adelante, si te dicen que de dos a tres adelante, de siete a ocho la hora de la cena, tu empiezas a crear un horario, pero hay veces que tú no tienes un horario, en los mañanas por decir, yo ahorita que apenas si me salgo a las siete de la mañana yo ya voy almorzado, pero eso sí a las dos de la tarde como algo si, no te voy a decir que un banquete, pero como unas tortillas, tantito jamón, algo por ahí una fondita una comida corrida”

&&&&&&

13 “Porque cuando como todos los irritantes me dan agruras, lo que son el chile, la salsa chamoy me gusta mucho y mis papitas, cuando me empieza a dar el dolor me tomo mis pastillas, es que no se puede comer sin chile”

&&&&&&

14 “porque no he cuidado mi alimentación, las emociones también,”

&&&&&&

15 “porque me mal pasaba, porque era muy ansiosa muy preocupada y porque cuando comía me atragantaba, me sobrecargaba del estómago, lo que me atragantaba era de grasas y de picante,..... la escuela, las calificaciones, el entrar a la Universidad, el hacer el examen a la Universidad, el mantenerme aquí”

&&&&&&

16 “porque me dicen que soy muy corajuda, hago muchos corajes..... porque como muchos irritantes”

&&&&&&

17 “ Pues cuando iba a la secundaria, fue cuando, bueno no me acuerdo muy bien pero, del segundo dolor si, porque Roberto mi hermano se casó y me dio mucho coraje que llevará a su esposa a vivir a la casa, pero mi también dice mi mamá que por comer picante”

&&&&&&

18 “por los alimentos, más que nada refresco, carne, el picante”

&&&&&&

19 “no se, a lo mejor es por la carne o por el picante no sé pero, mucho café pero no se porque”

&&&&&&

20 “por los síntomas,..... ardor en el estómago dolores, mucha acidez”

3.2.7.4 En que parte del cuerpo le dan los dolores y que síntomas presenta

1 “Primero te gustan, después dices, “hay mi panza” y dicen, mejor no me lo hubiera comido, pero ya te lo comiste.....Entre, el ombligo, y en la boca del estómago”

&&&&&&

2 “ardor en el estómago.....”

&&&&&&

3 “Un dolor, en la boca del estomago..... Me siento con un dolor, y agarro y me encojo, apretando, mi este.. mi boca del estomago, hasta que pase, me vuelvo a poner en si, como quien dice.”

&&&&&&

4 “Sientes aquí en el pecho como que te arde o que te quema, y nosotros tomamos unas pastillas que se llaman TUMS, y esa luego, luego la masticas y no se como que te protege o no se..... Para que comí picante, es lo primero que se me viene, hay veces que tratas de dormirte, pero no me pone de malas, a lo mejor si soporto, hay veces que no estas de buenas, pero si soporto, no me pongo de malas, por ejemplo a Javier le dan y me dice cállate, ya no me hables, apaga la tele, apaga la luz, así de no manches, si en la mañana se para y le duele, se traga una cucharada de mayonesa, que para que se le quite, cuando no hay pastillas..... Cuando estamos aquí, pero si no las cargamos, y decimos “ por si me da una agrura”

&&&&&&

5 “Ah pues mira me da coraje, y este, siento coraje, levantarme al baño y tratar de vomitar no, haber si así se apaga ese fuego que se siente por dentro, por que es un ardor muy fuerte, pero ahí no esta la solución, necesito tomar algo para calmar Mas que dolores, son unos ardores gruesos del estómago hacia arriba, has de cuenta que se me va a regresar la comida, es enojo lo que siente, porque lo pude haber evitado, si lo puedo evitar y lo puedo evitar, pero por no despreciar, en una casa siempre si te invitan algo hay que agarrarlo, entonces, al ingerir algo, ya estoy conciente de que ya baile, ya me toco, coraje de que me lastime, de que me hace daño, es coraje.”

&&&&&&

6 “si, de hecho cuando tomo, ahora cuando tomo este, cuando estoy tomando me dan agruras, has de cuenta voy a una fiesta y empieza tomar este a la tercer cerveza ya me dan agruras, ya me empieza a arder mi estómago. Entonces me tomo una TUMS y ya se me quita si, a veces cuando no tengo pastillas me tomo esté, de cómo dos cucharadas de mayonesa, ya si es en la noche de cómo dos cucharadas de mayonesa y ya y se me quita..... si, dos cucharadas de mayonesa y se me quita si, cruda, la abro están el refrigerador la abro y me la cómo, dos cucharadas o tres..... antes de consumir, me arde mucho el estómago, este, me arde como si me dieran dolores o me dan dolores tantito y se me quita y así, y que otra vez me dan, y ya cuando me como la mayonesa has de cuenta que me da uno y enseguida repito pero ya no me arde.....: has de cuenta que unos dos minutos, y ya al minuto se me quita, se me calma mucho y este, estando aquí me puedo tomar otra y ya me calmo, no me altero, cuando me está dando la agrura, te digo espérame tantito.

&&&&&&

7 “me provocó bastante sed, yo de todo lloraba, sentía que no estaba en este planeta sentía que me borró las cinta un poco, veía yo las cosas, y escuchaba que platicaron pero no sabía cómo, no congeniaba en la plática tal cual.....como que me da miedo, como que me está quemando algo, entonces ya ando con el trago de melox, que la ranitidina..... lo que siento, es la acidez y el ardor..... he sentido dos o tres veces una bola aquí (enseña la boca del estómago) y que me quiero echar y no me deja, tomando melox o no, he sentido que se me hace una bola que me impide agacharme, me duelen hasta las costillas.”

&&&&&&

8 “en la boca del estómago..... me aprieto el estómago, y muy expresiones todo el tiempo estar sentado para que no me diera el dolor..... me incomodaba, no sabía si ir al doctor, porque el mismo daño me lo había provocado yo, por el cigarro, droga, alcohol, de estaba consciente que tarde temprano me iba a recetar algún tipo de enfermedad, me daba miedo ir al doctor, decía " de tal si ya esta muy avanzado y no tenía remedio, me cerraba mucho para ir al doctor”

&&&&&&

9 “en la boca del estómago o así arriba, hay cómo me duele, ahorita la tengo te lo juro..... así como que otra vez ahí, enojo, me choca, porque hay veces que no puedo ni dormir del reflujo que luego tengo, en la noche me he despertado de como ciento la acidez, y como que me tengo que levantar para estar más arriba hasta me he estado ahogando, y por ejemplo es algo así a mí me gusta el agua de naranja pero luego me ocasiona todo esto y hoy tome agua de naranja y a mí me encanta pero es algo que me hace daño”

10 “ardor en el estómago..... ardor en la boca del estómago..... no sé, se pierde la acidez, el ardor se va y procuró ya no comer en exceso salsa para que ya no me dé el dolor”

&&&&&&

11 “Si ahora que he sufrido de los dolores de estómago, y que se que la ranitidina, nada más me la calma, por uno o dos días, pero al tercer día, empiezo a sentir molestias, y la toma y me lo quita, nada más me calma el dolor, pero no siento ninguna mejoría en sí, y he pensado en llevar otro tipo de tratamiento alópata. “

&&&&&&

12 “en lo que es la boca del estómago, la acidez casi no las siento, es como que nada más tengo un hilito y quiero volver el estómago como cuando estás muy lleno y que quieres echar la comida para afuera se siente a sí..... en verdad que no se lo deseo a nadie, es doloroso has de cuenta que te meten unas llagas en él estómago, sientes que se te abre el estómago por dentro y es muy fuerte esos son los dolores que es verdad a nadie se lo deseo,”

&&&&&&

13 “me tomo una pastilla, o voy al doctor, obviamente, si he llorado por el dolor, que me ha dolido muy fuerte, bueno, hace como año y medio que ya no, pero me retorcía el dolor, entonces fue cuando empecé a dejar el cigarro, el refresco, el café, y dije, estos dolores no son de a gratis, pero ya no me ha pasado.”

&&&&&&

14 “En las dos, no mas en la boca del estomago”

&&&&&&

15 “en la boca del estómago..... me daba mucho coraje, me daba mucha tristeza sentirme así y decía porque, pero sabía que era por lo que había comido, pero a veces no me explica porque me daban los dolores si comía y mantenía mi dieta bien, y empezaban tres días y me volvían a dar y no me explicaba porque, mi mamá se la pasaba diciéndome toma la pastillas, entonces mas nos peleábamos más me enojaba era peor,”

&&&&&&

16 “en la boca del estómago, son los ardores..... si, me arden mucho el estómago”

&&&&&&

17 “yo creo que.... ansiedad como que, mira me empieza a dar el dolor, empiezo a sentir sudoración empieza a querer hacer algo, quiero que se me olvide quiero hacer una cosa y otra, cuando me da el dolor lo que hago es como acostarme en posición fetal, como si necesitara calor, y me duermo en posición fetal y eso mismo hace que me estabilice y se me quite el dolor, me siento como triston, así como " no me toquen porque me siento muy mal"

&&&&&&

18 “a veces en el estómago y a veces en el esófago”

&&&&&&

19 “desde que yo empecé a sentir eso el dolor es en la boca de el estómago, empieza un piquétito y empieza a extenderse, en ese tiempo, hasta que volvía yo el estómago, lo raro es que a veces, por irme temprano a la escuela no desayunaba... era el vomitar pero no vomitaba comida sino, liquido, agua salada, es el malestar que sentía en ese tiempo,”

&&&&&&

20 “ardor en el estómago dolores, mucha acidez”

3.2.7.5 Frecuencia de dolores

1 “Cuando comía mas picante, si, a veces no tenía nada en el estómago cuando ibas a la escuela, que de hecho iba yo a la prepa y no comía, y llegabas haya, y comes cualquier cosa y comes con chile....Antes de que tuviera a mi hija, si era de “hay me muero llévenme al doctor” , pero ahora ya sabes que tienes una responsabilidad grande y pues sabes que, tomas algo, actúas rápido y te la cortas no, te la calmas, porque sabes que esta primero tu hija y tu familia, pero antes no.....como a partir de los 17, 18 años, de que eran las mal pasadas de comida o comía lo que fuera, como que se incrementaban mas y antes estaba yo sola, así que pues, ibas y venías, no comías bien, andabas de arriba para bajo todo el día, como que no te importaba mucho.....Yo siento que han disminuido mucho, pienso que tratas de cuidarte mas, porque dices, tienes por quien ver y pues, si tu estas mal pues quien va haber a tu hija, como que tiendes a cuidarte mas, ya cuando tienes una responsabilidad.”

&&&&&&

2 “Por ejemplo, así en el día, es un dolor que se va, y regresa..... mmm, de hecho casi no recurro a ellos, voy al doctor sola y llevo mi tratamiento.

&&&&&&

3 “Pues no es tanto el dolor cuando bebo a cuando comes.....me duele mas, que , por ejemplo un taco de carnitas y a parte va el guacamole y el refresco y el limón, y a que cuando bebó, y si he notado que me duele, pero no tanto, tanto como cuando hago las comidas así, grasosas, irritantes, picosas.”

&&&&&&

4 “dos veces por semana”

&&&&&&

5 “Es dependiendo lo que yo como, por ejemplo, si me excedo en el consumo de alcohol o tequila o mezcal, si por ejemplo me tome un litro, al otro día va ha estar fuerte el ardor, en cuestión de alimentos, pues si me tomo una cucharada no me pasa nada, pero si me gusto la salsa, y sigo come y come, si me excedo en eso, siento las molestias, si en el cigarro me fumo dos al día, siento los síntomas..... Trato de evitar todo eso, pero mas o menos, como tres veces al mes, si me aloco y consumo todo eso”

&&&&&&

6 “y el otro día, la resaca del alcohol, obviamente me dan agruras, pero yo cuando tomo, ya no puedo comer nada caliente al otro día, has cuenta, mucha gente, toma cosas calientes para la cruda, pero yo no lo puedo tomar, porque mi estómago llame arde al otro día y ya no puedo comer algo caliente o picoso porque me arde más..... de malas, luego, luego quiero tomar el medicamento para que se me quite..”

&&&&&&

7 “es generalmente casi diario.”

&&&&&&

8 “me daban,... alrededor de cada tres horas, o sea, en las noches podía dormir, yo creo que porque era más pesado mi sueño, pero en el día me daba alrededor de cada tres horas,..... dejaba que se pasara, lo que tomaba luego, era yakult o leche. con él yakult sentía fresco pero no se me calmaba del todo..... si ya bajaron, ahorita desde que estoy en el tratamiento me ha dado como dos veces nada más”

&&&&&&

9 “depende de lo que coma, o por ejemplo como éste mi vida existencial, cuando entré a trabajar trabajé en el inglés y allí me dijeron que era una colitis pero era nerviosa, mucho estrés por el tipo de pacientes que se manejan, cuando me salí de ahí fue maravilloso nada de dolor nada, de nada, llegué a trabajar al IMSS y más tranquila, cuando me fui al Gabriel Mancera regrese a todos los síntomas, se los debo a unos familiares de un paciente..... hay veces que una semana me la puedo pasar con la acidez completa”

&&&&&&

10 “igual, si yo como salsa y me tomo una taza de café..... es fuerte que me empiece a dar el ardor..... una o dos veces al mes”

&&&&&&

11 “Cuando no he comido bien en el día, que pasa medio día y que no he comido nada, más que un licuado o cosas ligeras, ya este , me empieza a doler, o cuando como chile, me empieza el dolor, cuando hago corajes o me enojo también..... al principio era muy separado, el tiempo en que se presentaban, era un día, después se presentaban, una semana, después un mes así, después de un tiempo, fue así diaria, diario, diario, diario, que me empezó a doler el estómago, que dejaba de comer o pasaba un lapso de tiempo que no comía y me dolía, pero era diario diario.”

&&&&&&

12 “pues... las veces que he ido al hospital General que son como cinco veces es cuando voy casi inconsciente, me lleva mi esposa me meten, me comienzan a valorar mi esposa les dice que es la gastritis me ponen unas inyecciones no se qué inyecciones sean y me dan un tratamiento de cinco a ocho días.....

.....pues ahorita los he visto yo que bajan, deje de tomar, los tratamientos que me dan son: el dejar de fumar, el de comer picante, no me mal paso ahorita porque cuando siento la gastritis o el dolor, no sé si sea la gastritis o sean úlceras siento dolor, a veces no como bien a veces nada más pruebo la comida, o nada más hago una comida”

&&&&&&

13 “Pues ahorrito ya no tanto, cuando entre en la universidad, me dio cada fin de semestre, como dos veces por semestre, pero, al final me daba mucho, pero ya a partir del año pasado, ya, ya no son tan frecuentes, me a dado uno que otro dolorcito, pero ya no como antes”

&&&&&&

14 “Ahorita son casi todos los días..... Es que ahorita he identificado que con todo lo que coma, este me da gastritis aunque no sea picante, por ejemplo con el pan y con la tortilla, así cualquier cosa que me da gastritis, 2 horas me da gastritis y me como un dulce y ya se me quita, digamos otras dos horas y me vuelve a dar..... al principio casi no era muy raro que me diera el ardor pero, después pasaron dos años y fue cuando me empezaron a dar más fuerte lo dolores y empecé a tomar el medicamento, y luego se me quitó, ya no me daba tan seguido, yo creo un año que fue cuando empecé a ir con arce y este ahorita”

&&&&&&

15 “ahorita ya no es tan recurrente, la última vez que tuve el dolor fue como un mes, fue por tomar medicamento porque se me, tuve una infección en el oído, yo nunca recurro al médico pero acudí me dio paracetamol con naproxoseno me lo

tome y no o sea no fue tan fuerte pero sí empezó la molestia, hace como tres años que no tenía ninguna molestia, hubo una etapa en la que sí tenía mucho la gastritis fue cuando de recién entre a la carrera, no, un año antes de salir de la prepa hasta el segundo año de la carrera por qué comió cualquier cosa fuera fruta o lo que sea y tenía dolores estomacales, acidez, del sistema digestivo estuve muy mal..... “

&&&&&&

16 “todas las mañanas..... nada más en las mañanas, nada más”

&&&&&&

17” han sido muy esporádicos, fuertes han sido los 2 que te comente, de ahí en fuera raras vez el ardor en el estómago”

&&&&&&

18 “pues casi toda la semana, pero los dolores fuertes dos veces a la semana”

&&&&&&

19 “no, al mes, dos veces al mes..... ya a los 20 fue cuando me empecé a sentir más con los dolores de dos a tres por semana, el dolor ya estaba muy cañones, yo no hacía nada, igual y te vas dejando porque ya no comes muy bien y te vas dejando por estar trabajando, o ya nada más haces una comida día, a veces yo decía que esa hambre lo que yo tenía, y el dolor es similar me entiendes, el dolor que sentía es similar a cuando tienes hambre me entiendes, pero comes y comes y no es hambre..... no, ha bajado muchísimo, pero cuando me dan si es tan tremendo, está cañón, es como si te quisieron morir cabrón, el dolor es, a los 20 años me dio esto, el dolor que yo sentía, me empezó a doler después lo que era el hígado, el riñón, se me empezó a adormecer todo lo que era mi cuerpo hasta llegar a un estado de coma, de sentir el dolor aquí (boca

del estómago señala) pero ya no sentir nada de fuerza, ya no respondes a nada, se me dilataron las pupilas, fue el dolor tan intenso que si no me atiende el doctor o no me inyecta para que quitarme el dolor, pues me imagino que dé el dolor que ya no sentía nada del cuerpo, el dolor del estómago que ya me había cubierto todo yo creo que sí me hubiera muerto, no sé si puede haber muerte por eso pero el dolor es intenso..... el dolor no es seguido de las gastritis, pero con esto de que el estrés y con esto de que el trabajo es que no sé cómo explicarte, es como una emoción de quien es dentro aquí, en el estómago, que quiere sacarla, es como desesperación si me entiendes

&&&&&&

20 “ahorita ya no tanto antes si, diarios, por lo regular en las tardes era cuando más se presentaba el dolor y en las noches”

&&&&&&

3.2.7.6 Los beneficios en la búsqueda de la salud

1 “Lo que he hecho, es que casi no voy al doctor, lo que hago es tomarme algún analgésico y ya, y cuando me duele el estómago, lo que hago es tomarme leche, o algún yogurt, para que se me calme un poco el dolor”

&&&&&&

2 “Bueno mientras estoy, mientras tengo el dolor, consumo algún tipo de pastillas, pero ya cuando se me pasa, ya no las consumo.....pues te calma el dolor”

&&&&&&

3 “pues a veces me dan dolores, en el corazón, por emociones, pero no porque este mal del corazón o tenga algún padecimiento, pero no.”

&&&&&&

4 “me levanto y la masticote la pasas, yo siento como que te protegen, como si te comieras una pastillas de dulce, no sabe ni fea ni nada..... Como en unos 10 minutos..... Sientes pena y te sientes mal, por ejemplo cuando estaba mas chica, mi mamá no se bañaba conmigo, siempre yo porque mi mamá siempre trabajaba, nunca tuve platica con mi mamá, entonces mi mamá estaba conmigo en el doctor, y me sentía incomoda, decía me esta viendo mi mamá, no tenía confianza con el doctor ni con mi mamá, no estas acostumbrado a que alguien vea tu cuerpo, luego el doctor vacilando, me decía, “tienes esposo, porque si no tienes esposo ya quédate conmigo” no te sientes bien, no te sientes ajusto, el doctor cuando te tienes que hacer un estudio mas a fondo siempre te sale un doctor, así como que digo hay.....El bañarte, me gusta diario, el ir al doctor, así como que no me da pena, por ejemplo casi todos los que te tocan son doctores, es raro cuando sale una doctora o así, las veces que he ido como que el doctor se, los doctores como que son muy confianzudos no, y ya te empiezan hacer bromas, a mi, me han tocado dos ocasiones en que estaba embarazada, me tuvieron que hacer un legrado, y por ejemplo te raspan con una espatulita, te empiezan a limpiar, el doctor así con su novia en el general y el raspando y yo con las patas abiertas y yo con el dolor, y te arde, la tristeza, la impotencia y el doctor como si nada, risa y risa y la novia enfrente, ni hace bien su trabajo, yo creo que te hace mas fuerte, para acabar el trabajo, pero ni lo hace bien ni nada..... O sea si, este.... Y con otro doctor fui, y tienes que hacerte un papanicolao para revisarte como estas, fui con Javier y entonces fui a consulta, y el doctor me pregunto si alguna ves me había hecho el papanicolao y le dije que no, y me dijo que el me lo hacía, eso fue en un similares que el doctor era ginecólogo, en mi vida me había ido atender con un ginecólogo, como que nunca pasaba por mi cabeza, y este ya me hizo el papanicolao y todo, pero como que empezaba a vacilar, te sientes bien rara”

&&&&&&

5 “Por los chavos, que veo que tienen esos malestares, ya les he preguntado, el facidex ese, lo probé una vez que fui a una reunión que me sentí mal, vi. ese facidex, y dije “haber que me hace no” tomo, todo, haber cual me cura, tome ese y me curo, si me aliviano del malestar, de ahí me seguí con ese, luego voy a la tienda comercial, y lo que diga antiácidos, (risas), es lo que agarró no..... El LOCEP A fue el que, a lo mejor, cuatro días consumí salsa roja y no me paso nada, y nada mas lo tome una vez, porque se acaba el efecto de la medicina no...”

&&&&&&

6 “ No encontrado algún beneficio en la búsqueda de tu salud, cuando me duele me las tomó y ya, no he buscado algún remedio”

&&&&&&

7 “lo que me paso, yo estaba yendo cada seis meses, después me bajaron a ocho meses y últimamente ya iba a ser cada año, pero este yo tengo muchísimos problemas, resulta que yo tengo un infección en el riñón supuestamente ahorita, estoy tomando mucho medicamento y son las molestias que yo siento del ardor que no puedo estar en paz, me dieron ampicilina, metropilma, me dieron paracetamol, y la diclosilina, si se termina la ampicilina..... mira quién sabe qué, pero a la vez digo me voy a curar, pero ya se tardo, supuestamente está (me enseña medicamento) es para el riñón porque me ardía mucho y me dolía cuando hacía pipí, pero ahorita ya no se si no está funcionando uno porque ahorita me arde demasiado el estómago y yo no siento, en las vías urinarias yo no siento mejoría....”

&&&&&&

8 “porque yo estoy en un tratamiento de la gastritis, estoy y yendo cada mes y medio..... se me quita lo duro y siempre me dan ganas de ir a ser pipi, siempre que me tomo la medicina cinco o 10 minutos me dan ganas de ir al baño,”

&&&&&&

9 “tengo que ir porque no me queda de otra, bueno porque me hicieron cirugía..... me operaron de la vesícula, hace tres o cuatro años, y hace muchos años fui a parar a la gineco cuatro, porque me hicieron un legrado, por una mala atención médica que no me quisieron creer que tenía sangredo, la señora no me quiso mandar incapacidad, ni mandar a la gineco me dijo que estaba mintiendo, no estaba mi doctora que me atendía hace muchos años, la que me atendía bien ella si era médico, sabía lo que hacía y porque lo hacía no como esta señora que ni siquiera le puedo decir doctora ni eso se merece”

&&&&&&

10 “si, que me calme la acidez y las agruras también”

&&&&&&

11 “Yo no la busque, yo al principio no acepte, la ayuda, ni me agrada ir, ni me importaba nadie, pero platicando en los grupos de autoayuda de cómo eran lo que sentían, de cómo los había orillada a dejar de comer y todo eso, me fui dando cuenta de que yo era parte de eso, que era lo mismo que estaban sufriendo ellos, que me identifica, fue cuando empecé aceptar que necesitaba ayuda, pero al principio no, no lo acepte, para mi no era ningún problema dejar de comer ni estar tan delgado, para mi, no me preocupaba para nada eso..... me dicen que deje de comer todo tipo de irritantes chile, refresco, mole, chocolate, todo lo que sea irritante, limón, grasa, carne, especialmente la carne de puerco.”

&&&&&&

12 “termino el tratamiento y después otra vuelta comienzo a descuidar vuelvo a comer picante, o fumar vuelvo a tomar poco a poco vuelvo a comer las mismas cosas no se si sea eso..... mira, eh buscado muchas soluciones, pero.... desgraciadamente no se,.. me despido un momento en el momento que me siento bien y comienzo otra vez a comer picante a meterle grasas comienza a tomar, comienzo a fumar, hay muchas cosas que luego me dicen que tomen, te vuelvo a repetir las hojas de níspero, esas me las tomo, como jicama, nopales para irme tranquilizando tantito pero es cuando me descuido y tengo el dolor muy fuerte, ya cuando vuelvo a sentir malestar es cuando quitó grasas, quito picante, el refresco no lo tomo, pura agua”

&&&&&&

13 “Cuando me las he tomado, me he sentido mejor, se me quita,.... las dolencias por un largo rato, te digo que nada más voy al doctor 2 veces al año, de hecho es cuando me pongo mal de eso, todo el resto del año me siento bien de eso, empiezo con una pequeña molestia, pero se me pasa, o me tomo el Pepto Bismol o en todo caso una ranitidina y ya se me quita”

&&&&&&

14 “nunca ha recurrido a nada para la gastritis, pero (risas) pero he asistido al médico cuando me da la tos, la gripa, y este por ejemplo estuve tomando algunos talleres con arce, y los cursos por ejemplo con la meditación sentí mucho que se me quitó, entonces te digo que fue este, que no lo busque por la gastritis sino fue por algo emocional los problemas que yo traía”

&&&&&&

15 “lo que pasa es que en el quinto año de la carrera, este conocí a alguien que dijo que me estaba enfocando mucho en la escuela y de que me servía eso, y de que Serbia la perfección y la calificación que para qué las quería, que me debería de preocupar por cosas que valieran la pena, con la estabilidad emocional de mi familia y y con los que me rodeaban y más atención a mi vida personal como de amigos y de pareja entonces me cambió la vida, ya no le vi razón de ver a las calificaciones, antes era lo máximo por lo que me tenía que estar preocupando y demás y cuando empecé cambiar la alimentación, cuando empecé meditar, mi sistema digestivo cambió totalmente, porque antes me enfermaba mucho del sistema digestivo, después ya no, últimamente me he cuenta que cuando me preocupó por algo el ardor empieza, empieza la cosquillita, empieza a tomar té de istafiate, con eso calmo, a veces con la pura respiración y decir esto no están grave, con mi cuerpo también he hecho muchos cambios”

&&&&&&

16 “ pues tratar de tener un control en el medicamento que como, tomarlo así continuamente para tratar de evitar, el ardor, pero realmente no me gusta estar tomando el medicamento y prefiero controlármelo con agua”

&&&&&&

17 “pues me calma el dolor en el momento, nunca se me ha quitado la gastritis todavía, pero me calma el dolor”

&&&&&&

19 “cuando tengo gripa no voy al médico, porque si me médico me duele el estómago, el medicamento para la gripa es muy fuerte para mí estomago, y para la gastritis que es la ranitidina..... no, los mergunges que haces que te comes el nopal para que se te quite el dolor y desaparezca pero no

&&&&&&

20 “un método alternativo el cual me ha funcionado..... los tés

3.2.8 EMOCIONES

3.2.8.1.-Emociones dominantes

1 “me pongo de malas, yo soy de las que me pongo de malas muy fácil, me pongo de malas, me gusta todo rápido, y que este bien, voy y le dijo que paso a que hora me atiende, en el trafico, te aguantas, no es algo que va estar ahí pero, cuando puedo reclamar o algo si lo dijo.”

“Pues como angustia tristeza y soledad, pues para querer a los demás hay que quererse uno mismo, pero nada mas, pero no lo cambias, siempre he sido así.”

&&&&&&

2 “En el trabajo, es mucho presión, muchos enojos, y también satisfacciones de hacer tal cosa y decir, “hay me siento bien”, pero es así de muchos corajes o sea, soy muy corajuda y me enojo muy fácil, prácticamente todo el día estoy muy enojada, aunque así como me enojo, estoy contenta.”

&&&&&&

3 “muy compulsivo, muy enojón, muy enojón”

&&&&&&

4 “Coraje..... Nervios..... Yo por ejemplo, estoy todo el día, y no puedo estar sentada nada mas, aunque este fumando no, o me pongo a bordar, o a tejer, o hacer orillas para mis manteles, o aunque sea, pintarme las uñas, cortarme las

uñas, depilarme algo, estar sentada, me aburre y me dan como nervios, porque tengo que hacer algo y no me da gusto estar nada mas sentado no.”

&&&&&&

5 “me considero sincero, siempre trato de decir la verdad, este, algo loco, un poco bromista, así me catalogo, bromista y sincero, es lo que te puedo decir, bromeando..... Bueno, en casos de una pelea, siento remordimiento, soy de los que cometí un error, al momento de la discusión no la acepto, pero ya después este, ya pensando con la cabeza fría, digo no si la regué, si llegó y digo disculpen, en cuestión de un chavo tener que preguntarle algo, este dependiendo de lo que tenga que llegarle a decir, preguntando una broma, y si no es el caso preguntar serio no, y con una chava, llegar con alguna broma no, tratar de iniciar un dialogo siento que soy algo nervioso, no soy muy nervioso, por cualquier cosa, soy muy nervioso, hay veces que de los nervios hasta llegó a templar, una discusión muy fuerte, algo que sea que se este inclinando para golpes, los nervios me empiezan a traicionar, muy feo, empiezo a templar, las manos me empiezan a templar..... No es de enojado, hay veces que, hago algo mal, soy muy estricto conmigo, en cuestión de trabajo, me molesto bastante conmigo mismo, me empiezo a regañar a mi mismo”

&&&&&&

6 “me molesto, has de cuenta si ahorita estuviera dando un agrura y me estuviera hablando me molesta, a lo mejor te tiro loco o te doy el avión, espérame tantito, me tomo algo y ya regreso y te digo que pasó ya estoy bien..... no saben que siento, pero me enojo..... nerviosismo, este por lo que me vayan a preguntar o este tenga que hacer, nerviosismo..... si económicas, el tiempo que me quede sin trabajo, el no tener un trabajo estable me preocupa, que me vaya a enfermar o que se vaya a enfermar ella, mi hermano el chico que anda descarriado, yo creo que ha de ser por eso, porque como cualquier cosa, si voy a

la calle me como cualquier cosa, lo que sea en la calle, antes mi mamá me daba de comer, desayunaba, comía, y cenaba en mi casa, como ahorita ahí veces que ya no desayuno, como en la tarde, si no llego a la casa ya como en la calle cualquier cosa”

&&&&&&

7 “nada más me la pasaba llorando, o gritando porque creían que yo me enojaba de todo, pero no yo me sentía mal creían que todo yo le ponía peros, pero no lo entendían que yo me sentía mal..... yo sentía mucha tristeza, y rencor con mis papás porque decía porque me castigan a sí, si yo estoy chiquita (risas)..... bueno, cuando yo me enojo se me infla demasiado mi estómago, hasta parece que me voy a aliviar, si yo me molestó demasiado y se me infla el estómago..... me da mucho coraje, siento rabia y de veces digo porque de ser siempre yo, la que siempre se manifiesta como la culpable..... pues dependiendo, por ejemplo, y quiera tratar, me siento como cohibida, que me va a mandar a no sé dónde, si es algo que queramos hacer, algún trato que no afecten malas palabras, lo mejor que se pueda”

&&&&&&

8 “pues triste, me sentía impotente, me daban ganas de llorar..... luego, si me enojo con facilidad..... hay veces que si me pongo a gritar como loco con el que te da el cerrón o tú ya buscas cualquier pretexto para sacar tu estrés, adrenalina o ira lo que traigas..... hay veces que llegó golpes..... me enoja, me altera los nervios no se..... Pues nervioso porque, si me acerco por primera vez no sé cómo vaya a reaccionar, me acerco nervioso..... cuando son acciones que no me parecen y me molesto, no se los digo al momento porque el carácter, sino pues cuando ya este calmado..... se los voy a decir golpeadamente, en el tiempo de la drogadicción, la droga me alteró mucho los nervios, cualquier cosita yo me altero, trató de controlarme, para poder hablarle”

&&&&&&

9 “con lo que pasó muy triste y creo que todavía no lo supero a pesar de que son tantos años no lo supero (no voy a llorar)..... me desespera, me enoja así que otra vez..... me siento triste de que se quieran meter en ciertas cosas, porque no me gusta que se metan en lo que yo les puedo nada más platicar, a lo mejor porque son mis hermanitas y yo soy la más chiquita bueno 34 años (risas) “

&&&&&&

10 “diferente, a lo mejor porque me crezca yo, que tenga yo poder sobre ellos pero que no es así..... mal, como que no significó nada..... mi niñez es lo más triste..... sientes miedo, de entablar una plática con una persona que no conoces por, como te vaya a responder, pero yo con el trabajo que he tenido, ha tenido que ser amigable con el cliente y tener iniciativa”

11 “me da tristeza por no poderme llevar con mis hermanas y enojo porque en mi familia nadie escucha, todo lo hacen gritando”

&&&&&&

12 “tristeza, porque luego sí que daba tristeza, porque sin deberla uno nos castigaba.....me da tristeza por no poder hacer nada en ese momento porque qué más quisiera que se me quitara ese dolor, pero ese dolor no se quita hasta que voy al doctor y es cuando ya me ponen las inyecciones incluso ahorita, la última vez que fui me pusieron una inyección en las venas que no sé cómo funciona pero de ahí para acá ya no me he sentido tan mal a lo largo de tres meses”

&&&&&&&

13 “evidentemente, cuando me quede un año, pues fue muy frustrante para mi no, iba bien en todas las materias, y quedarme por una sola materia, pues fue asi, como que “no manches, porque no te apuraste”, no me lo reproche, finalmente sabía, que en ese momento, para mi no, no tenía gran importancia, de todos modos me sentí, enojada, frustrada, mi manera de expresarlo, no lo decía, ni siquiera a las que supuestamente eran mis amigas, mi manera de expresarlo era irme a un lugar que estaba por la prepa a bailar, el bailar, a sido como una terapia, no se, con eso se me olvidaban mis problemas, me desahogaba y me sentía mucho mejor, con mi familia menos, no me gusta mostrarles lo que siento, no me puedo abrir con ellos, al igual cuando me atrase aquí me dio coraje, me dio frustración, me enoje mucho conmigo, como es posible que otra vez por una materia te haya pasado, pero igual, las cosas pasan por algo, tu sabes que lo vas hacer, y que lo vas hacer, ya lo tome con mas calma, simplemente, eso lo platique con mis amigos que son con los que soy mas dada, a abrirme, me escucharon, y con eso fue suficiente.”

&&&&&&&

14 “pues me daba miedo, que la fuera a matar o algo así, entonces si me daba miedo..... ahorita que se que yo me provocó las enfermedades, me da enojo pero conmigo, porque se que no estoy bien.....
.....pues este, tristeza,..... estoy muy mal, todos los días lloro, me da tristeza, ahorita como que siento que desperté igual yo sabía que tenía que hacer todo eso, la verdad no me arrepiento de haber está cuidando a mi sobrino pero, también se que no es mío que en algún momento me lo van a quitar (suspira, se cristalizan sus ojos) y que yo tengo que hacer mis cosas.....
.....si, molestia, enojo porque siento que cómo tengo una profesión no debo de estar ahí”

&&&&&&&

15 "híjole sigo siendo muy miedosa, para hacer muchas cosas con poca confianza y muy triste, ya no tanto como antes pero tengo mis rachas, pero no como antes..... muy preocupada, me sentía sin apoyo primero, porque mi mamá no quería que siguiera estudiando, incluso no quería estudiara la preparatoria, "mi mamá era de las que decía para que estudias" entonces no sentía apoyo de ella, mi papá me había apoyado, cuando hice el examen a la Universidad mi papá empezó a andar con otra mujer entonces me descuidó mucho, yo no sabía ni qué onda, yo no sabía cómo se movía esto, exámenes están otro lado de la ciudad, yo no me sabía mover tenía que ir a CU 3 o 4 veces me sentí muy preocupada muy ansiosa, tengo que hacerlo sola y me sentí muy preocupada por eso, más por las calificaciones porque sabía que tenía que ser un buen promedio para poder entrar a la Universidad, casi me quedaba en la prepa por cálculo, entonces sabía que tenía que hacerlo no estudie casi para el examen, porque tenía que estudiar para el examen de cálculo, entonces era mucho la preocupación de los conocimientos, aquí de muestran otro panorama de tu solo, ya estando en la Universidad era de tengo que estar bien tengo que ponerme las pilas..... mucho enojo, mucha tristeza, un sentimiento de abandono muy cabrón con mucho miedo también"

&&&&&&&

16 "con mucho miedo, cuando llegaban ellos..... miedo con mis papáscon mis hermanas coraje me da coraje y no les hago caso..... me siento sola, con mi hijo el mayor de repente si me abraza, pero el chico no es muy frío..... muy triste, porque ella murió igual como con mi papá y que fue de un día para otro, sabíamos ella y yo que podíamos contar siempre una con la otra, pero siempre ha sido para mí el no poder despedirme, eso es lo que me ha causado mucho dolor"

&&&&&&&

17 "ahorita que no salgo que terminé la carrera y terminé la tesis, en mi casa estoy como frustrada, me siento encerrar, me siento frustrada, a veces llegan momentos de tristeza, de una tristeza muy grande, y por ejemplo cuando salgo y que tengo un día activo en donde, en la mañana tengo que terminar las labores de casa, me baño, salgo tengo que dar dos o tres consultas, el traslado de lugar al lugar que te parece de las seis a las siete, llegó a casa como si me voy con mis grupos de la parroquia y ahí me siento muy útil, me siento satisfecha cuando hago todo esto, me siento satisfecha, hago una consulta o dos y se llevan algo de mi, y llegó a la parroquia y algo una dinámica con una oración y me siento muy satisfecha, me siento alegre me siento bien"

&&&&&&&

18 "al momento me sentía muy enojado, ya después triste, me empezaba a sentirme mal..... emocionalmente pues triste, cualquier cosa lo normal, físicamente tranquilo (continuamente esta tosiendo) se extraña a la persona"

&&&&&&&

19 "mucho, no sé cómo explicarse como que quiere explicarle a algo, como una emoción cañón que quieres abrirte con las manos, el lugar donde te esta doliendo o quieres pegarle a algo es un nervio muy cañón..... enojo, me provocaba el enojo si, que soy un pendejo, porque si quiero vivir más, es hay que cuidarse, si quieres una buena vida hay que cuidarse, los excesos en mí han sido mucho, cuando he dejado de fumar, porque he dejado de fumar, cuando dejó de tomar coca, pueden ser tres o cuatro días me siento muy bien, me da mucho coraje, no poder dejar el cigarro, me da mucho coraje no poder

decir no, en el trabajo, y que sean las dos de la tarde y me esté muriendo de sueño y que estés cansado, me da mucho coraje no poder decir que no, así es muy cansado o de este cayendo de sueño no puedo decir no,”

&&&&&&

20 “: la preocupación..... miedo por no saber cómo tratarla, no sabes lo que le gusta, una sensación de sentir de incómodo

&&&&&&

3.2.8.2 Emociones que experimenta en el trabajo

1 ““Es una emoción, de hay todos los días lo mismo, muy tediosa, nada mas estar viendo como se te pasa el día y llega otro, es medio tedioso...pues yo siento que ha sido bueno, aunque la gente me decía que tenía la cara de enojada, decían, esa muchacha siempre está enojada, pero no, he tenido, he sido muy seria.....De emociones de decir hay pues voy a ir a trabajar, te sientes mejor en lugar de estar encerrada en tu casa.....Pues a veces si, muy presionada, porque pues, yo trabajaba de mesera, a veces mucha presión, y eso hacía que te mal pasaras sin comer mucho, porque a veces no te daba ni tiempo de comer y ya, no comías”

&&&&&&

3 “¿Que emociones?, el aprender cada día mas, el querer hacer una soldadura como lo hacen los demás compañeros y un día de trabajo te lo describo, empezando a cortar material, esmerilar, lijar, en ocasiones salir a comprar material, llegar, apretar tornillos, actualmente puntiar piezas, lijar.”

&&&&&&

4 “Pues no me gusta, por ejemplo cuando limpio, cambio todas las cosas de lugar, compro, algo y eso me emociona, por que me estoy imaginando algo, de donde lo pondré o donde se verá mejor, o así, es lo único que me emociona cuando limpio, o cambio las cosas de su lugar..... Es aburrido, es aburrido, así como que luego, hubo un tiempo en que, pero ya tenia muchos problemas con Javier, así como que ya no me quería despertar, así como “hay, mañana tengo que levantarme, barrer, trapear, sacudir, lavar trastes, hacer de comer”, porque hay veces que no tienes la posibilidad de diario ir a comer a la calle, hay veces que aunque no quieras tienes que hacer algo, algo de comer, y este, es aburrido, porque otra vez lo mismo, lo mismo.”

&&&&&&

5 “me salí en una temporada, tuviera tres años si no me hubiera salido, por un pequeño problema que hubo, me siento bien, porque ahí he aprendido cosas, yo entre de chalan ahí, y ahorita tengo un rango no, pues lógico, mi sueldo ya se duplico a lo que entre ganando a ahorita, ya tengo un puesto, que no cualquiera entra a ganar así nada más”

&&&&&&

6 “al principio me preocupaba, me provocaban nervios, por la gente no estaba acostumbrado yo nunca había trabajado de eso, me daban nervios por la gente por qué se sube y se bajan y que grita, o has de cuenta ya no tanto eso, este, la precaución de no tirar a alguien cuando se va a bajar..... cuando este, aunque fuera en la mañana me ardía el estómago, porque ahí se tenia que cargar mucho, cuando cargábamos me daban muchos agruras me hacia ponerme de malas, el simple hecho de que me hablaran, y que estuviera cargando y que me hablaran me molestaba mucho”

&&&&&&

7 “ A veces como todo no, muy presionada por tanto problema, a veces tranquila pero también eso me provoca inflamación de estómago cuando estoy nerviosa”

8 “es de mucha presión, llevar mucha gente a tu cargo como que te presiona, andas muy presionado, es mucha adrenalina, que te den el cerrón, y andes presionado, bota mucho tu adrenalina ahí..... si trabajas de malas, yo en mi caso trabajo de malas, como que ya quiero llegar a la otra base para vaciar el camión..... en el micro más que nada, es que si uno o dos días se van bien sacas lo de la semana, que lo que te pagan en la empresa, pero lo malo de acá es que no tiene seguro, prestaciones, y en una empresa si, luego yo digo tiene seguro prestaciones y todo no, pero este acá en el micro cuando te va bien sacas lo de este dos tres días sacas lo que en empresa, eso es lo que me hace regresar que es gratificante algunos veces”

&&&&&&

9 “hoy por ejemplo estuve en urgencias, estaba ya toda loca, porque estaba lleno, había muchos pacientes, que hablan para todos lados y ya no sabes ni para dónde voltear..... A veces enoja, de que ves que estoy aquí y quieren que haga otra cosa, no que me moleste es parte de mi trabajo pero a veces como enfermera de cargan mucho la mano, que por ejemplo los médicos deben hacer ciertas cosas y no las hacen, te lo dejan a ti, ellos como médicos deben de hacer los vendajes y no los hacen, porque saben que tipo de lesión tiene el paciente, porque hay vendajes para cada cosa y ellos no lo hacen, nada más te ven ahí y te dicen que inyectes, que pongas, y quieren que lo hagas bien y si no se enojan, y dices bueno los dos estamos trabajando, tú como médico debe de realizar tu tratamiento y yo como enfermera lo mío, a veces eso sí me molesta, no ven eso ellos y si es molesto porque a final de cuentas ellos son los que se llevan los honores, o el aplauso y tú como enfermera X. a veces te tratan peor que una sirvienta, no por menospreciar a la gente que trabaja en casa..... pues a veces mal, trabajamos en equipo porque ni siquiera un gracias, no que te

paguen por eso tienes un sueldo pero, al decirte gracias como paciente es padre no, te sientes bien contigo misma, pero a final de cuentas dices yo cumplí con mi trabajo, dices yo di lo que tenía que dar y si no nos reconocen pues ni modo, habrá de 10 uno que te diga muchas gracias, por ejemplo hoy algo que me pasó y tenía mucho que no me pasaba, había una paciente en el quinto piso y me dio un abrazo es algo que dices está reconociendo el, lo que estoy haciendo a lo mejor por qué me vio poquito o me vio un ratito porque la trate bien no, pero hay gente que es muy grosera con todo esto..... hay veces que sí, cuando se que no voy a llegar, me da miedo, bueno es que siento que las cosas no van estar muy buenas en cuanto, a que va a llegar un tipo de paciente que no bastar muy bien, algo va salir mal..... Si, esos días que digo no tenía que haber salido de mi casa porque si va a estar pesado, hay veces que sí llegan pacientes muy mal, que llegan a pingüe de choques, es el área de urgencias donde llegan los más graves, de ahí nos pasan a quirófano que es donde estoy, sabes que debes de andar corriendo porque es la angustia, porque sabes que de ti depende que salga bien con los médicos, de todos, si sale bien al paciente se siente bien como que descansaste, al menos ya está estable”

&&&&&&

10 “a lo que una satisfacción que ganes bien, pero al contrario es un trabajo muy pesado, muy hostigoso, muy de presión, estresante..... se acostumbra uno al trabajo, realmente el tráfico, los clientes lo vuelve uno estresantes, pero también es muy bueno se anda uno distrayendo todo el día, estando uno en la fábrica es mortal”

&&&&&&

12 “lo tomó normalmente ahora sí que este, me da alegría desempeñarlo me gusta terminar una cosa así constantemente, cuando tengo trabajo me da gusto terminarlo gracias a Dios..... son muchas emociones, y muchas

tristezas porque es cuando yo lo tengo lo disfruto, en qué sentido que nos vamos a almorzar, salimos a comer, salimos a convivir, y cuando no tengo trabajo se sienten presionados en el sistema que no convivimos como es, yo me quedo en la casa estoy desesperandome porque a veces son dos o tres meses que no encuentro nada y cuando lo tengo volvemos a lo mismo a pagar, disfrutar lo que es, es así mi trabajo”

&&&&&&

13 “depende de la situación y el momento, no se, por ejemplo, antes me ponía muy molesta cuando venía en el metro y en el trafico y venía muy despacio y yo tenía prisa, de hecho me ponía de malas, así como que “A” y lo expresaba, no lo expresa de ninguna manera, nada mas me enojaba y me sentía molesta, y decía, porque vivo tan lejos de la escuela, pero pues no, pero ahora te digo que ya no, tomo todo con mas tranquilidad, trato de hacerlo.”

&&&&&&

14 “si me gusta, y me gusta mucho de hecho quiero dedicarme a eso, pero este, como que últimamente, no tengo como un rumbo definido entonces,.... también ha ayudado a que yo no tenga tantos pacientes en las consultas, siento que debo de tener mi vida..... cuando doy consulta hasta me emociono, este porque me gusta estar dando consulta, porque me gusta estar dando consulta escuchando a la gente, ayudarlas y aprender sobre todo de ellas porque siempre me dejan algo, en el hogar me gusta estar, aunque no es lo que yo quisiera, me gusta estar con mi mamá y todo, pero no es lo que yo quiero hacer, no quiero estar en mi casa, todo el tiempo metida”

&&&&&&

15 “si, me encanta me llena mucho, muy alegre, muy feliz me llena de energía el contacto con la otra persona el poder ayudar, que encuentre una respuesta que tal vez no ha encontrado y que tal vez yo pueda ofrecer..... me llena, de verdad que no me imagino en otra profesión, por suerte caí en esta profesión porque elegí la carrera de tin marín de do pingüe, entré odontología y psicología, el destino me llevo a psicología y de verdad que otra cosa no podía ser me llena mucho,”

&&&&&&

16 “lo que pasa es que me gusto mucho mi trabajo al principio, me gustaba estar todo el tiempo en la tienda, inclusive días que me tocaban descansar, prefería trabajar no me gustaba estar en la casa, pero al fallecer la que era mi jefa ya, ya no estuve a agosto ahí..... Mi jefa murió hace cuatro años”

&&&&&&

17 “en el hogar enojo, angustia, alegría y miedo, alegría cuando dicen algo chistoso alguno de mis hermanos y enojo cuando estoy haciendo el que hacer y pasan y estoy trapeando el piso”

&&&&&&

18 “pues de estrés..... De enojo, de fastidiarse”

&&&&&&

19 “no, en el trabajo que tengo, mi trabajo no tiene hora de salida, yo tengo un horario fijo de 10 a seis de la mañana, pero yo entregó cuentas a las siete de la mañana, no como nada durante la noche, solamente cigarro y la Coca-Cola, a veces llego en la mañana de trabajar y no como porque estoy muy cansado, si

llego a comer es un bistec rápido y sin tortilla, me lo como, me voy a dormir me levanto, si esta mi madre se me prepara algo mientras me estoy arreglando, entonces ya como sino ya no comí, desde que inicié este trabajo tendrá como un año y medio, mi alimentación ha sido muy variada, a lo mejor una comida o dos

&&&&&&

20 “mi horario de trabajo es de siete de la mañana hasta que el trabajo se acabe, un día normal es llegar levantar pedidos, atender clientes, ver que todo esté bien, situaciones de enojo porque no todos salen bien, como las cosas deben de ser, de ira porque mi jefe tiene algunos roces y no permite que el trabajo se desarrolle como debe de ser, sino lo quiere hacer de una forma donde la mayoría no nos parece, de ahí esperar a que salgan todas las camionetas, checar todo, en la tarde esperar camionetas, ver lo que faltó, porque salieron las cosas mal, si regresan mercancía por por qué la regresaron, estar al pendiente de que la mercancía no se eche a perder, terminar haciendo pedidos”

3.2.9 PROYECTO DE VIDA

1 “meterme a trabajar, sacar adelante a mi hija, estar bien conmigo misma para estar bien con los demás.”

&&&&&&

2 “Ahorita mi proyecto de vida, es acabar la escuela, seguir superándome en el trabajo, mmmm,... si se puede acabando la escuela, empezar la universidad, casarme, tener un hijo”

&&&&&&

3 “Si tengo proyecto, no se cuando lo pueda desarrollar, a veces me da pereza, el cual yo creo me da pereza, el cual ese proyecto se queda estancado... Ese proyecto es, seguir fabricando el gel, que ahora me motiva mas, porque en el trabajo, hay mas hombres que mujeres, el cual a cada rato lo usan, llegan y se peinan, al rato, en la tarde, van y se vuelven a peinar, me motivan mas adelante a sacar otro proyecto.... Qué proyecto para mi persona, fincar un cuarto, es un proyecto que tengo, cuando no lo se, no me he puesto una fecha para sacarlo mas adelante o nada mas, no me pudiera preguntar, mas porque algún día lo voy hacer, cuando no se (tose) ...”

&&&&&&

4 “Yo quiero trabajar y ser mejor, tener mejor mi casa, eso es lo que yo me propongo, comprar mas cosas no se..... A mi me gustaría trabajar en una papelería, no se, en algo que vendan, en una zapatería, pero así, donde venden ropa.... “

&&&&&&

5 “este, por decir, ahorrar un dinero, para construir en la casa de mis papás aunque sea un cuarto, o algo así, una construcción, eso me lo doy de aquí a diciembre para tener un dinerito para ver que material empiezo comprar ... “

&&&&&&

6 “éste en.... ahorita donde vivo rentó, tener algo mío, no quedarme donde estoy, ahorita tuve que salirme de donde trabajaba, pero buscar el trabajo y este... buscar otro trabajo y superarme y no quedarme donde estoy “

&&&&&&

7 “bueno, aparte de la samba, hay unas camas que se llaman CERAYEN, estuve yendo a algunas terapias y me sentí muy bien, claro iba a perder tres horas también, pero me levanta y me apuraba lo mas que se pudiera para perder esas tres horas perdidas para ellos pero para mí muy bien, porque yo me sentía muy bien, no me dolía nada y ahorita otra vez me duele todo ya me siento muy mal, creo que hasta mi mente se me estaba esclareciendo, no se si sea su gestión o no se pero yo sentí mucha mejoría”

&&&&&&

8 “tengo muchos planes, tengo deseos de casarme, de.... acabamos de comprar un micro, queremos ir por las placas, comprar un terreno y construir, son muchos los planes”

&&&&&&

9 “encontrarme a un rico que me mantenga (risas) voy a seguir trabajando como los 48 años, pero si me cambien el plan de jubilación hasta los 60 malditos pues si, enfermería me ha dado muchas cosas económicamente, para pagarme gustos hasta en la comida, se lo agradezco a mi carrera y ha mi trabajo”

&&&&&&

10 “lograr las metas que quiero, ser alguien, sacar adelante mis hijos, que tengan un buen desempeño de escuela, que sean alguien en la vida y tratar de aclararles sus dudas también”

&&&&&&

13 “ En parte se esta cumpliendo, es titularme, ejercer mi carrera, estar bien con mi pareja, estar bien con él”

14 “no me preguntes eso, porque yo no tengo proyecto de vida.....
siento que no estoy viviendo una vida que es la mía, como que estoy encargando
(risas) antes de que mi hermana tuviera a su bebé, yo tenía como bien definido
hacia donde quería ir, quería ser mi tesis, quería trabajar, hacer un buen de cosas
que yo no me acuerdo, después de eso, no se , cuando he platicado esto me sentí
como shok como hasta hace dos meses que desperté o menos, siento que todo se
paralizó entonces yo nada más con mi sobrino y todo el mundo me valía madre en
tres o mis proyectos de vida, hasta hace poquito que me puse buscar trabajo
antes de que mi hermana entre la escuela para que ello diera una guardería para
ver quién se lo iba cuidar entonces no encuentro trabajo, entonces yo se los que
cuidando, estoy muy metida en eso..... pues primero, terminar mi tesis,
encontrar un trabajo que yo quiera, me gustaría entrar a una escuela que yo
quiera, cuando tenga mi título quiero entrar a una escuela como promotora de
salud”

&&&&&&

15 “mi proyecto de vida es conseguir trabajo fijó, este seguir dando la consulta, no
pienso dejar de lado el consultorio y hacer una maestría, hacer un doctorado me
gustó mucho la investigación”

&&&&&&

16 “ Mi proyecto de vida sería este, tratar de llevar una dieta balanceada, estar
bien con mis hijos, un trabajo diferente, tener menos irritabilidad, tratar de
cuidarme en la alimentación, y con mis hijos no pelear o no tener problemas”

&&&&&&

17 “Pues trabajar en el DIF de psicóloga o en alguna institución de mujeres, quiero seguir la línea de mi maestro Sergio, creo que algún día la voy a retomar, en un largo tiempo casarme y tener hijos, salir a otro estado o país a ayudar a la gente”

&&&&&&

18 “sería sobre el trabajo..... como todos querer tener cosas, una casa, un carro, tener cosas más adelante, en este caso del taxi tener un carro y trabajarlo”

&&&&&&

19 “híjole,... pues no se seguir trabajando casarme, tener hijos, tener una casa, tener un coche, ser padre”

&&&&&&

20 “desarrollar me en el ámbito profesional lo más que pueda dar, desarrollar mi capacidad y mi intelecto, en el ámbito que sea, siempre y cuando tenga que encontrar las emociones que trato de equilibrar, en aspectos familiares, y en lo familiar es lo mismo tratar de que mi pareja me entienda me comprenda y darle lo mejor a mi hijo,”

3.3 VIVIENDA

3.3.1 Materiales con los que esta construida y distribución del espacio

1 “Pues en esta casa vivimos, varias familias, yo vivo en la parte de arriba, y tengo dos cuartos y un baño, en un cuarto esta mi cocina, y en otro duermo, y así las demás familias.”

&&&&&&

2 “tabique, varilla, loza... zona urbana, al poniente... desde que tenía como tres años.”

&&&&&&

3 “Una pequeña vecindad, una casa de, con un piso, unos 6 cuartos, el cada cuarto es una familia aparte... Al fondo en el primer piso Tiene tabiques y lamina....”

&&&&&&

4 “Es un cuarto medio grandecito, yo dividí, o sea, porque no tiene cocina, es así seguido, yo dividí la cocina y el cuarto, a mi me gusta mucho mi casa... De tabique, de cemento y de loza.....”

&&&&&&

5 “ahorita estamos viviendo mis papás, yo y un hermano que igual es soltero, de material es cemento tabique, lo normal de las casa, mal construida pero este, no tenemos una privacidad, tenemos este, por la costumbre que traemos no nos escondemos mucho unos de otros, un cuarto donde me quedo yo y mi hermano, el otro donde se quedan mis papás, pero ni una puerta para pasar, si te alcanzaron a ver en Cuernavaca pues ya ni modo (risas), no tenemos separaciones de mis jefes y ellos hacen lo que quieren ahí no, así es como estamos viviendo”

&&&&&&

6 “de tabique, tiene losa, viven tres familias conmigo cuatro, es una tienda.....bien, a veces este, me siento molesto porque cierran temprano la puerta”

&&&&&&

7 “hay más familias, está a mi hija al entrar, en las escaleras vive Ramón, y mi mamá también tiene su cuarto, acá arriba vive Ofelia mi sobrino y su esposa”

&&&&&&

8 “es grande porque vivimos en varios miembros de la familia aquí, primos tíos, está compuesta de materiales de tabique, yeso, las puertas son de fierro”

&&&&&&

9 “cemento, el cuarto donde vivo, todo es cemento y nada más ese cuarto tiene lámina..... tengo luz, teléfono, drenaje que se nos tapa, el patio que es chiquito, están las escaleras, la sala, todo el piso de lo que es la sala y el comedor tienen loseta, arriba están dos cuartos el baño”

&&&&&&

10 “de tabique, de aplanados, de dos pisos”

&&&&&&

11 “mi casa es toda de concreta, es de dos plantas, 5 habitaciones abajo, 5 habitaciones arriba, sin contar los baños, tiene un patio grande, que es utilizado como jardín, donde vive es una zona que tiene todos los servicios, agua, luz, drenaje, calles pavimentadas, y vivo ahí desde hace 19 años”

&&&&&&

12 “de materiales sabemos que es de tabique, tiene loza, aquí no esta bien construido, si te das cuenta nada más son dos cuartitos, uno donde están mis hijos, y donde estamos nosotros que agarramos como sala, comedor, recámara, el espacio es muy pequeño”

&&&&&&

13 “ Chica, planta baja y primer piso, es de loza, bueno es una casa de interés social, tiene 5 cuartos y el baño, vivimos 6 personas, es en Iztapalapa”

14 “es un departamento, vivo en el primer piso, tengo dos recámaras y una que se adaptó para mi hermano sala comedor, cocina, baño,”

&&&&&&

15 “arriba hay dos cuartos, los cuales son mi consultorio, abajo esta la sala, la cocina, un cuarto donde hay una cama y una computadora, el cuarto de mi papá se puede decir, hay otro cuarto enfrente de ese cuarto donde dormimos los tres que quedamos porque uno ya se caso, en la esquina hay otro cuarto que es el de mi mamá, afuera está el baño”

&&&&&&

16 “es una casa sola, de ladrillos, de cemento, es chica, tiene la indispensable cocina, sala, comedor, tres recámaras, dos baños”

&&&&&&

17 “de cemento y las puertas de madera..... dos baños, comedor, sala arriba los cuartos”

&&&&&&&

18 “de cemento, de tabique son tres familias la parte de mi papá es abajo, una cocina, una sala y una recámara, y aparte está otro cuarto, y lo de mis tíos está aparte abajo donde vive mi papá, cuatro, la familia de mi tío son tres, arriba son dos y sus dos hijos”

&&&&&&&

19 ” son ocho cuartos, cuarto de baño, una bodega viven cuatro personas”

&&&&&&&

20” chica pero espaciosa.....”

&&&&&&&

3.4 INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS

El consumo de alimentación, cigarro y alcohol de las personas en con gastritis:

La alimentación que mencionan las personas antes de la que presentaran los dolores de la enfermedad, muestra en el trabajo que siempre a sido muy pobre en cuanto al consumo de la primera comida del día como lo es el desayuno, mencionan los entrevistados 5, 6, 9, 10,13 que está primera comida del día

siempre fue muy escasa en cuanto a nutrientes porque solo consumían un café con pan en las mañanas y esto a continuado hasta la fecha. Al igual que comentan que no les daba hambre por las mañanas porque sentía los ardores y había veces que no los dejaba ni dormir, entonces era hasta la tarde que consumían algún alimento. Hago mención en esto debido a que el desayuno va hacer el primer alimento del día, es el que va a fortalecer al cuerpo de energía para realizar las actividades en las que se desenvuelvan y no dejar al estómago sin alimento tanto tiempo.

Es importante señalar que la segunda comida del día siempre consistía en sopa, guisado la cual era una rutina diaria de carne roja en todos sus derivados bisteces con chile, caldo de res, carne de puerco, frijoles, tortillas, y siguen siendo de su preferencia, aunque desconozcan que el que el consumo de estos alimentos va a desgastar al sistema digestivo y a consumir mayor energía al tratar de digerirla y liberarla de toxinas por la ingesta de carne. Las entrevistas 14, 16 y 19 mencionan que siempre comen de todo y no han cambiado su alimentación a pesar de que les dan los dolores e indican que si se les antoja algo se lo comen. Las entrevistas 7,15 y 17 aluden a que han intentado cambiar su alimentación por los constantes dolores que ya son más seguidos.

También es importante señalar que en su alimentación las verduras no es un hábito que hayan realizado desde la infancia, ya que son de los alimentos que ellos no prefieran comer porque asumen que es comida que no les llena y que no tiene ningún sabor, saben que las tiene que consumir, sin embargo desconocen el bienestar que puedan brindar los nutrientes provenientes de estos vegetales y que pueden ayudar a mejorar las cuestiones orgánicas como lo son digestión, el ayudar a digerir y fortalecer al estómago para prevenir los dolores o acidez cuando sienta la gastritis. Se puede notar en los testimonios que a la hora de preguntar por los alimentos de preferencia se dejan guiar por el sabor la mayoría indica que es el picante, ya que como menciona la entrevista 1, sino consume picante no sabe la comida. el cual el sabor va estar regido por una emoción como lo indica la

teoría de los 5 elementos, excepto para la entrevista 10, que aunque consuma poco picante prefiere lo dulce o lo ácido al igual que conocen que al consumir el picante por lo general saben que va ser acompañado con un dolor de gastritis como lo hacen ver en los casos los alimentos que le hacen daño (café, picante, longaniza, carnes rojas etc.) en todas las entrevistas. Aquí es donde entra una interrogante ¿Por qué no pueden dejar de consumir el picante aunque les haga daño? Una cosa más a la que hacen mención son a las comidas que realizan al día, ya que las personas por lo general comen 2 veces en estas entrevistas, 1, 6, 7, 9, 14 ya sea por falta de tiempo o el trabajo que realizan y por la cuestión económica como señala la entrevista 7 prepara uno de comer para lo que le alcance debido a que va hacer fundamental para una alimentación balanceada aparte de los hábitos de comida que uno genera desde la infancia.

Los entrevistados aceptan que no han cambiado su modo de alimentación debido a que refieren que a veces la comida que ellos llevan es la que prepara su esposa con las personas casadas y su mamá por parte de las personas solteras y la vuelven a consumir. Aquí cabe destacar que desconocen que no pueden cambiar su alimentación porque es la alimentación que siempre han llevado, solo la entrevista 6 alude al aspecto emocional que a lo mejor las preocupaciones ocasionan los dolores y el dejar de comer a sus horas por estar en un trabajo o por los problemas que a veces se presentan en su casa, lo cual va ha desatar que ellos sigan manteniendo el mismo tipo de alimentación. La gente con gastritis en este trabajo tiene ubicado los alimentos que le hacen daño y que siguen consumiendo, ya que ellos al compartirnos sus historias de vida hacen mención que su alimentación esta basada en tacos, tortas, quesadillas, alimentos que tienen un nivel de higiene bajo porque las consumen en la calle y porque son alimentos que tienen niveles muy altos de grasas que hacen que el cerebro siga funcionando sin importarles lo que le cueste al cuerpo digerirlo.

Otro punto a mencionar en la alimentación es el consumo de alimentos entre comidas y que argumento cuando mencionan que siempre va ha estar

acompañado por algún dulce como paleta, papitas, o las cosas chatarra como ellos lo dicen, la importancia de mencionar esto es que no van a dejar descansar al estómago y siempre va estar trabajando, digiriendo todo lo que sigan comiendo como lo es la azúcar refinada que se encuentra en estos productos y genere seguir trabajando con el cerebro, en lugar de sentir al cuerpo. Es aquí donde cierro el análisis de la alimentación, comentando que las personas con gastritis van hacer personas que al realizar dos comidas diarias van hacer personas que dejen mucho tiempo de proporcionarle alimentos al cuerpo y a la hora de consumir alimentos van a llenarse o atragantarse de la comida complicando la digestión, a esto le agrego la comida con exceso en irritantes, ya que como lo dicen las personas con este padecimiento, si la comida no pica y no hace sudar a la hora de comer, la comida no sabe.

Otro dos factores que van acompañar para que se presenten estos síntomas son el cigarro y el alcohol, estos vicios que se conocen en la sociedad son elementos que señalan los entrevistados para que sientan los síntomas de la enfermedad, es así que puedo señalar que el consumo de alcohol de los 9 hombres que apoyaron en el presente trabajo señalan que su consumo de alcohol tiene una frecuencia de 8 a 15 días en los cuales ingieren bebidas alcohólicas y que les producen malestares, ya sea a la hora de estar consumiéndolos como lo indica la entrevista 5 o que también cuando se exceden al beber se presentan estos síntomas, la entrevista 6 hace indicar que toma por sentirse a gusto, alegre y sentirse bien por estar en ambiente con los amigos en reuniones o fiestas como lo señalan las entrevistas 1,3, 7,14, solamente la entrevista 2 hace alusión a que es cuando esta en un estado emocional de tristeza.

Es importante señalar la diferencia de los hombres porque son los que mas consumen alcohol en un lapso mas corto de tiempo, intoxicando al cuerpo de sustancias químicas que van a afectar el funcionamiento del organismo, ya que pueden estar afectando al hígado como mas adelante se explicara en el trabajo y emocionalmente teniendo de fondo el querer sentirse alegre, desinhibirse,

contento, hacer cosas que no harían en su sano juicio sin ninguna bebida de por medio.

El cigarro va a remarcar la ansiedad con la que viven aunque no lo señalen tal cual los entrevistados, sin embargo al consumir de 10 cigarros a una cajetilla diaria como lo señalan los casos 4, 6,8, 12, 16 y 19 es un habito que no pueden dejar de hacer como ellos lo indican, y se vuelve a presentar un habito mas, lo cual se puede empezar hablar del estilo de vida de las personas que no quieren cambiar como lo es el consumir un cigarro después de cada comida como lo señalan las entrevistas 1, 5 y 7.

Es este otro elemento mas para empezar a mencionar el trabajo en el cuerpo y sea una alternativa para descubrir el daño que ocasiona al cuerpo y la construcción de esta enfermedad, sin embargo va ha estar ligada a la individualidad de cada persona.

El hablar en este trabajo sobre la importancia del cuidado del cuerpo puede ayudar a desbloquear o encontrar el porque no se pueden dejar los hábitos que uno forma desde la infancia.

Relaciones familiares:

Las relaciones familiares nos muestran que los entrevistados no tienen una buena comunicación con los papás y los hermanos, saben y reconocen que al mostrar sus sentimientos son muy secos, y que las conversaciones que pueden realizar son muy cortantes, se les dificulta la manera de expresar el gesto de aprecio o de amor por la familia, a no ser por una fecha importante como lo puede ser un cumpleaños, navidad o año nuevo, es importante señalar que la gente lo hace ver como en el entendido que se quieren y se apoyan, pero no con las palabras y mucho menos con expresiones de afecto, es resaltar este punto, ya que para el

análisis del presente trabajo es fundamental el mostrar los sentimientos y las emociones que experimentan en los sitios donde se desenvuelven.

La manera de expresar algún sentimiento dentro de la familia, es que se consideran familias que pelean mucho con alguno de los papás o con los hermanos, ya que a la hora de querer referirse a algún integrante dentro de la familia, la emoción dominante es enojo como lo señala la entrevista 6, resentimiento entrevista 3 o furia entrevista 4, ya sea que lo expresen a manera de grito, se vuelvan distantes o que se guarden el enojo. Hablar de la emoción dominante es referirnos a la manera en que se educa de los padres a los hijos en la familia, porque es el núcleo donde se aprende a mostrar la expresión de sentimientos, la muestra de cariño y aprecio a las personas. Al querer mostrar interés por un integrante de la familia causa en las personas enojo, porque no están acostumbrados a que pregunten por ellas y sobre todo de sus vidas.

Va hacer fundamental la manera de expresar las emociones debido a que es el complemento para que se desarrolle esta enfermedad, es querer mostrar la frustración o la impotencia de no poder hacer nada a base de un enojo que hagan llamar la atención de la familia y que la manera de mostrar el afecto se guarde y no se de porque hace ver a la persona débil de carácter y sobre todo en los hombres.

Cabe señalar que las personas con gastritis son familias con mas de 5 integrantes que como ellos mencionan es difícil la convivencia dentro de una casa donde todos gritan y llevan problemas.

Relación con él papá:

La relación con los papás de los entrevistados deja ver que la poca comunicación que ellos tiene con él es porque desde la infancia la relación fue distante, debido a que el padre siempre trabaja, estaba fuera de la casa, les pegaba o gritaba cuando estaba en ella, esto hace que la relación que exista con él sea alejada y la consideren de distante, muy seca, o mala creando en los entrevistados un distanciamiento que a la hora de querer expresarle algo con él prefieren guardárselo y no darle a saber, haciendo más alejada la comunicación y provocando tristeza . Entiende que la manera de comportarse o de mostrar sus sentimiento, actitudes, de ellos o de los hermanos va a estar muy ligada con la ausencia del padre y esto hace que busque a fuera la comunicación, en este caso en el grupo de los amigos .como lo señala la entrevista 2, 3, 5,7,14, 15 y 18

Otro factor que se encuentra en las entrevistas es que el padre falleció y los dejo con el anhelo de estar mas tiempo con él, por eso ellos refieren que es bueno recordarlo en los momentos que mostraba sus cariño y sienten tristeza porque ya no esta con ellos 9,16 y 19.

Relación con la mamá

Para 8 personas la relación con la mamá no es muy buena debido a que consideran que es muy seca a la hora de mostrar algún afecto y no lo hacen, es estricta, distante, y en la infancia le tenían mucho miedo por que era enojona esto lo señalan las entrevistas 3, 6, 7, 8, 11,13, 14, 15, cabe destacar que 5 son mujeres y les cuesta mucho trabajo la convivencia de estar en casa con ellas compartiendo el mismo espacio, provocando en ellas una sensación de enojo que contribuya a la enfermedad.

Otro factor importante vuelve hacer la perdida de la madre por fallecimiento como lo indican las entrevistas 1, 2, mencionan que era buena, siendo cortantes y el evitar hablar de ella.

Relación con los hermanos:

La relación con los hermanos muestra que son familias numerosas o que pasan de 5 integrantes las cuales hacen mas difícil una mejor comunicación por los compromisos que cada quien muestra o por terceras personas como es el caso de estar casados, señalan que no hay convivencia con ellos entrevista 2 y que la relación es muy mala con algún hermano porque siempre hay discusiones o conflictos que no permiten tener un mayor acercamiento como lo son las entrevistas 6 y 11.

INFANCIA

En esta etapa de su vida la gente reporta que fue una infancia difícil llena de carencias económicas, la falta de un padre que no estaba a su lado y no estar compartiendo tiempo con él como lo era jugar o divertirse, por el motivo de tener que salir a trabajar o que los castigaban mucho y no los dejaban salir a la calle con sus amigos, al igual que los hacia ponerse triste porque tenían que trabajar desde pequeños como lo mencionan las entrevistas 7, 12 y 19. Siempre eran regaños o golpes cuando hacían alguna travesura y estaban a cargo siempre de los hermanos mayores o con los abuelos ya que con ellos era la convivencia.

Señala la entrevista 3 que le causo mucho resentimiento y todavía lo tiene, porque su madre estaba con su novio en lugar de darle mas tiempo a él y todavía duele recordarlo, aludo a este comentario porque en la infancia ninguna persona comenta si le daba afecto o le enseñaban a mostrar sentimientos, solo remarcan la idea de que fue una infancia triste, porque también es cuando mas los niños se burlan de las características físicas de la persona y hacen que se vuelvan tímidos o inseguros como indica la entrevista 19, por su problema de la vista.

Es también en esta etapa donde uno aprende a identificar las emociones ya que la tristeza por un padre que no estuvo y la convivencia con la madre que tenía que

jugar el doble papel de madre y padre a la vez hacían que fueran estrictas o muy rígidas en cuestiones de educación y provocaban miedo como lo dice la entrevista 12 y 15. Otro punto a tratar es el alcoholismo del padre ya que llegar a la casa y que le pegara a la madre provocaba mas miedo y frustración de no poder hacer nada como lo comparte la entrevista 14 generando en ellos lo que anteriormente se recalca la tristeza desde pequeño por las situaciones que se vivían en la casa y no poder acercarse a los padres porque generan miedo entrevista 16.

Es importante mencionar que las enfermedades que tuvieron en la infancia las mas frecuentes fueron gripe, tos, anginas, sinusitis, dolores de estómago, esto indica que las vías respiratorias en la etapa de la infancia eran acompañadas de un estado emocional que presentaban en ese momento.

ADOLESCENCIA

En esta etapa de su vida de lo que fue la secundaria donde 10 de los entrevistados tienen ese nivel de estudios consideran que fue una etapa muy triste y vacía como lo refieren las entrevistas 1,2,3 y 14 porque las personas con las que convivían eran mayores de edad o se querían sentir grandes ocasionaba que fueran muy burlonas con ellos y quisieran imitar lo que ellos hacían, aparte la situación económica nunca fue lo suficiente para seguir con sus estudios y tenían que trabajar, causaba que les gustara mas el dinero y abandonaran la escuela entrevista 18, para las personas que tienen bachillerato o carrera terminada hacen señalar que fue algo duro y difícil de vivir porque había problemas en el hogar y consideran que los llegó a afectar en su desempeño académico como lo dice la entrevista 7 y 13 que al ver que sus papás peleaban consideraban que les afectaba emocionalmente y no se sentían a gusto en la escuela y empezaba la baja de calificaciones. Al igual marco que es donde empiezan los cambios físicos como lo es el maquillarte o pintarte la cara como lo menciona la entrevista 4 o tener que quedar bien con los amigos al que no te tachen de cobarde por no irte

de pintar, fumar o beber alcohol que es en esta etapa donde uno empieza a formar estos vicios o generar su proyecto de vida.

Es importante mencionar el círculo de amigos debido a que va hacer el lugar donde ellos pueden expresar las cosas que no pueden hablar en la familia como lo son los problemas personales, el desahogarte, el mostrar tu enojo por algo, la relación más estrecha y el responder por uno cuando este en un problema, van hacer cosas que no encuentran en la familia por no querer preocuparlo o porque deben de ser las personas a las que se les educa para comportarse entrevista 5,9,11,13 al igual que pueden ser compañeros para el relajarte como lo es el tomar y sentirse por un momento a gusto y olvidar los problemas del trabajo 8, 19 o lo que hay en casa. Es en este momento de la vida donde pueden mostrar más sentimientos y es en esta etapa donde empiezan a descubrir la relación de noviazgo y expresar los sentimientos por otra persona aunque les cuesta trabajo expresarlo como lo viven en casa entrevista 1, porque les provoca timidez o miedo el acercarse el entablar una relación de amistad o de pareja, también considera que un buen amigo va hacer una persona que la apoye en todo momento en las buenas y en las malas y que les de apoyo y confianza en el momento que lo necesiten.

ENFERMEDAD

Otro punto a analizar es como viven con la enfermedad, hacen señalar que cuando le dan los dolores muy fuertes, se alteran, se ponen histéricos y se enojan todavía más y no quieren que les hablen, se ponen de malas con la familia se les baja la autoestima y la moral, aluden a que tratan de cuidarse de no consumir ningún alimento como lo es el picante, longaniza, el fumar o el tomar y algo que haga enojar a la enfermedad provocando los dolores, la entrevista 1 menciona que a tenido que aprender a vivir con ella porque no aguanta los dolores y también el amanecer con el síntoma provoca que se levanten de malas y no quieran ingerir alimento, saben que la emoción dominante es el enojo por tenerla y por no

cuidarse, tratan por un tiempo de cuidarse al no consumir nada que les haga daño y sin embargo vuelven a lo mismo, generando en ellos la acidez y el ardor.

La familia apoya en cuando han tenido que estar en la cama como es el caso de la entrevista 13, ella refiere que le hace comida diferente que a los demás para que no tenga ya los dolores, sin embargo cabe destacar que ninguna persona hace alusión a las emociones que presentan, saben que es por la alimentación pero hacen de lado el estado emocional al que se enfrenta y es por eso que la frecuencia de dolores es variado para la entrevista 10 y 15, de ahí los demás padecen diario los síntomas y tienen mas de 3 años con el malestar, saben que tiene que cuidarse y que no les gusta tomar el medicamento que es la ranitidina solamente cuando el dolor es muy fuerte y no lo logran controlar con nada.

Consideran que la padecen por las mal pasadas que en algún momento tienen, los hábitos de alimentación, el consumo de alcohol en exceso y el fumar sin consumir alimentos o porque la familia les dijo que la padecen por los dolores que presentan. Solamente las entrevistas 2, 8 y 16 hacen mencionar que contribuyen los corajes y la presión con la viven constantemente para que le den los fuertes dolores.

TRABAJO

Los casos 1, 6, 8 y 9 menciona que el trabajar en una actividad donde se presta un servicio da como resultado que las emociones dominantes se han enojo, nerviosismo, preocupaciones y provoque en ellos los síntomas de la enfermedad. Particularmente la entrevista 6 y 8 que son **chóferes** provoca en ellos la angustia de no sentirse seguros, porque al no estar en una empresa que les de prestaciones laborales genera en ellos dichas emociones. Por otro lado la cuestión económica es un factor que manifiestan, es gratificante, por que en algunos días logran sacar más del dinero que podrían obtener en una empresa, es

por ello que regresan a trabajar en la misma actividad aunque esta provoque seguir llevando el mismo estilo de vida.

Los entrevistados mencionan que la convivencia en su trabajo con la gente provoca en ellos enojo porque tienen que estar con presión y tratando de complacer a la gente; como en el caso 1, que su actividad era ser mesera y refiere que a veces no tiene tiempo de comer y los clientes manifiestan que su actitud es siempre de estar enojada. Argumentando que la gente señala la manera en que uno puede mostrar sus gestos con los demás y no darse cuenta.

Hay tres entrevistados que su actividad se encuentra en el hogar y su rutina diaria es el barrer, trapear, lavar trastes, cambiar las cosas de su lugar y sacudir, explican que las emociones son de aburrimiento, angustia, alegría y miedo, ante la problemática que viven como en los casos 4, 7 y 17.

Los casos 3 y 5 disfrutaban de su trabajo ya que señalan que les satisface el aprender cosas nuevas y el poder superarse así como el reconocimiento que buscan de los otros y siendo el dinero una parte importante.

Quiero destacar que en todos los casos de las entrevistas es el trabajo una parte fundamental que provoca que la gente entre en un estado de estrés, angustia, nerviosismo y miedo, debido a que los factores económicos y circunstanciales que se pueden presentar en la labor que realizan, la inestabilidad de empleo como lo señala el caso 12, el tratar con terceras personas, la falta de reconocimiento y la monotonía del hogar.

PROYECTO DE VIDA

El Proyecto de vida de los entrevistados se centra en idealizar sus planes a futuros los cuales consisten en tener una mejor condición económica y solvente en la cuestión material, como lo es el construir una casa, comprarse un carro, formar

una familia, tener hijos, comprarle algo a sus padres o el seguir superándose en cuestiones académicas.

Es de desatacar que una persona (entrevistado 14) desconoce cuál es su proyecto de vida o hacia donde dirigirlo y en el caso 3, tiene presente el proyecto pero no sabe cuando lo podrá desarrollar.

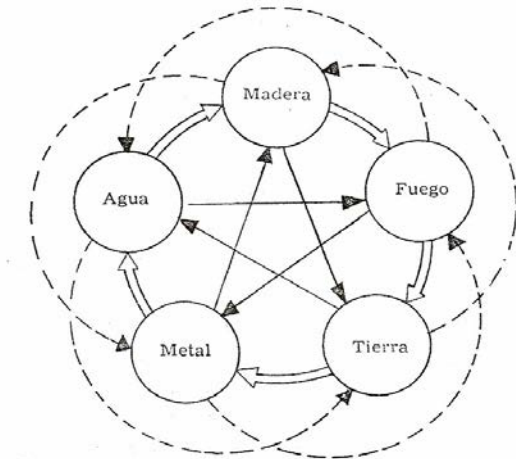
Cabe señalar que todas las personas entrevistadas muestran sus planes a futuro en cuestiones económicas sin mencionar las emociones que se puedan dar en su diario vivir dejándolas pasar por desapercibido y no enfrentar la realidad de su problemática; dejando a un lado el abandono corporal y la prevención de una enfermedad crónica degenerativa que pueda seguir presentándose y desarrollándose, por supuesto este tema lo abordare de manera más amplia en el siguiente apartado.

Ruta de la enfermedad

A continuación empezare a mencionar la ruta de la enfermedad conforme lo señala la teoría de los 5 elementos ya que al ser una relación Holística- Integrar permite abrir una visión mas extensa de la enfermedad y no quedarnos con el análisis que señala la medicina alópata.

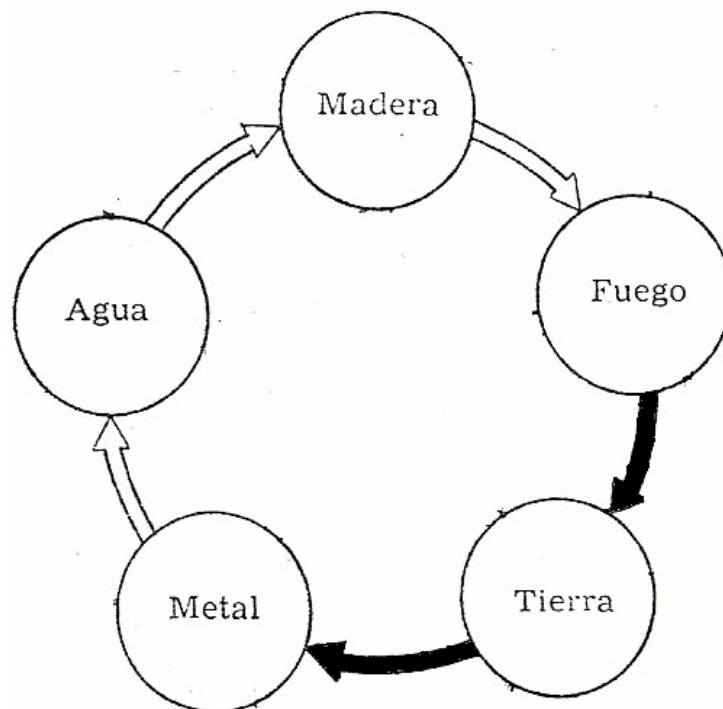
La teoría de los 5 elementos permite articular la historia de vida comentada por los entrevistas porque abre un campo mas extenso y mas completo de cómo uno construye la enfermedad dando valor a las emociones, la alimentación y el ambiente dejando ver al cuerpo como el microcosmo que tiene relación como el macrocosmo es decir, lo que hay en el exterior en la vida diaria de la persona va a afectar en su interior empezando a ocasionar el desequilibrio entre lo que uno piensa y lo que el cuerpo siente.

Esta teoría se compone de 3 relaciones intergeneración, interdominancia, y contradominancia al igual que a cada elemento corresponde una emoción, un sabor, un órgano tesoro y un órgano taller, un color.



Si partimos del principio que es una construcción de la enfermedad, esta se inicia en la infancia apoyándonos en la primera relación que es la de intergeneración

INFANCIA



Relación de intergeneración

Iniciare hablando de la enfermedad desde el elemento FUEGO ya que al ser la correspondencia con la emoción ALEGRÍA y con los órganos CORAZÓN E INTESTINO DELGADO, va hacer aquí donde se gesta la alegría por vivir, cuando el niño nace y los padres ven el fruto de su amor, otorgan el cuidado, el amor, la alimentación, porque la familia va hacer el primer contacto que el niño tenga para que aprenda a dar y a recibir el amor enseñados en los primeros años de vida.

Dentro del núcleo familiar se produce el calor que cobija al niño, es también donde se aprende las costumbres como lo es el mostrar las emociones, el sentimiento de afecto con la expresión corporal (abrazo) donde los entrevistados nos comentan que les es difícil demostrarlo, al igual que el hábito de la alimentación, por que con el fuego se cocinan los alimentos que prepara la mamá con amor y los cuales se consumen en la mesa para una mejor convivencia, sin embargo esto dura hasta los primeros años de vida porque se pierde la alegría por vivir, ya que los entrevistados nos platican que fue una infancia triste y señalo que se pierde el sentido de la vida, donde la falta de un padre que los protegiera y el amor de una madre que los alimentara va hacer que desde la infancia los problemas con la familia empiecen a crecer debido a que la ausencia de alguno de los progenitores por trabajo y que no este a la hora de consumir alimentos va hacer que la convivencia y la comunicación con la familia se rompa y empiece a alejarse y aun mas si el padre se vuelve estricto con el niño, esto va a generar que el niño anhele el cuidado como en los primeros años de su vida. Así mismo la alimentación va hacer aprendida en este círculo al igual que los sabores de preferencia en su consumo de alimento que en este caso los entrevistados mencionan que es la carne y el refresco, los cuales se van a ver reflejados en el siguiente elemento.

El siguiente elemento es TIERRA y tiene su correspondencia con la emoción es ANSIEDAD y con los órganos BAZO PANCREAS Y ESTÓMAGO, si he hablado del primer elemento donde se empieza a construir la enfermedad que es corazón y

su elemento es fuego, a falta de un calor de hogar que se pierde en la infancia, porque hay ausencia de un padre como lo indican las personas al aumentar la falta de amor, la persona va a generar mas calor patógeno provocando sequedad en la TIERRA por tanto calor que ha generado la persona al estar teniendo problemas afectivos con alguno de los padres o toda la familia , va hacer que el niño quiera a pagar ese fuego interno con la comida provocando ANSIEDAD ya que ellos mencionan que comen de todo aunque no les nutra y no lleven una alimentación balanceada desde la infancia teniendo como sabor de preferencia después de cada alimento un dulce en está etapa o entre comidas.

El BAZO es el órgano tesoro en este elemento y tiene la función de digerir los alimentos, y es donde al cuerpo va haber reflejado lo difícil que le cuesta asimilar tanta comida y sobre todo la carne que es su mayor consumo de alimento, en vez de aumentar la energía para el cuerpo de los alimentos consumidos, va a disminuir la energía del cuerpo ya que el ESTÓMAGO al ser órgano taller de este elemento el que reciba los alimentos y realice el primer paso para la digestión y los almacene por un momento va a quemar toda la energía en vez de aprovecharla.

En este sentido si el bazo tiene la función de digerir los alimentos en el sentido orgánico, al niño le va costar trabajo digerir la falta de un padre que trabaja y que no se encuentra en casa o su forma de ser, o a su vez el cariño de una madre como lo indican los entrevistados, y en vez de aumentar la energía para encontrar la alegría por vivir, la va a gastar digiriendo los alimentos pesados que se consumen desde la infancia formándose en esta etapa una desarmonización entre lo orgánico y lo emocional, ya que para que funcione se debe de estar equilibrados. En el estómago es donde se empieza a desarrollar desequilibrios estomacales porque es el que almacena tanto la comida como las emociones que están en el exterior (tristeza, Peleas con algún miembro de la familia, la soledad, miedos) y cuando estás emociones recargan al estómago, el estómago va a empezar a extenderse o crecer.

Al estar equilibrados en este elemento los órganos y las emociones va a permitir la convivencia con los demás. Al ser Bazo y Estómago va hacer que si trabajan en conjuntos, ayudados también por la alimentación van hacer que la distribución de los alimentos en el cuerpo sea mejor y también la convivencia con los demás en este caso la familia y la relación que mencionan con los hermanos.

Al no poder resolver los problemas con los demás en la infancia y al ver que hay ausencia de cariño y de amor o carencias afectivas va hacer que la enfermedad siga construyéndose pasando al siguiente elemento en la relación que es METAL y tiene correspondencia con la emoción TRISTEZA y sus órganos son PULMÓN E INTESTINO GRUESO Y SU SABOR DOMINANTE ES EL PICANTE. En esta etapa de la infancia la emoción dominante es la tristeza ya que a la hora de preguntar como consideraban esta etapa de su vida la mayoría la considero llena de tristeza porque no había nadie quien jugara con ellos, las carencias económicas ya que es el elemento metal y va en conjugación con el dinero, se empezó somatizar mas la carencia afectiva en cuestiones orgánicas, como lo es las enfermedades que padecían de pequeños a la hora de preguntarles como lo fueron las Gripas constantes y Problemas Estomacales, fueron las enfermedades que construyeron en la enfermedad y daban indicio al problema emocional, el frío que generaban al no tener calor de hogar, repercutía en las vías respiratorias, afectando al pulmón de la emoción de no sentirse queridos o amados provocando tristeza y el ambiente donde crecen, una ciudad contaminada lo que dificulta la respiración provocando problemas estomacales, porque la correspondencia de órgano en Corazón es Intestino Delgado elemento fuego, la falta de armonización en Bazo y Estómago elemento Tierra y en Pulmón en Intestino Grueso elemento Metal dan como resultado el debilitar al aparato digestivo, e irritándolo con el sabor de preferencia el cual se empieza a agudizar en esta etapa que es el Picante.

La importancia de este elemento es que los pulmones van a permitir que entre lo nuevo como puede ser la alegría por la vida y desechar lo viejo como puede ser los problemas en la familia, El oxígeno al entrar va abrir nuevas formas de crecimiento en la persona, sin embargo si la respiración se estanca y no mueve a

los pulmones ni el intestino grueso, se puede empezar a generar un vacío y seguir con la tristeza como lo dicen las personas, la tristeza es una de sus emociones dominantes, y no ayudar al intestino grueso a realizar su función a sacar lo que hace sentirse triste.

Como he señalado en la etapa de la infancia, la pérdida por la alegría de vivir se rompe a muy temprana edad y es difícil de afrontarla si no se está equilibrado, como he mencionado las enfermedades que se encuentran en la infancia son Gripas y problemas estomacales, sin embargo no se presenta la Gastritis hasta la etapa de la Adolescencia donde empieza a crecer el daño y a manifestarse en esta segunda ruta y la continuación de la enfermedad, retomare algunos elementos señalados en la primera ruta.

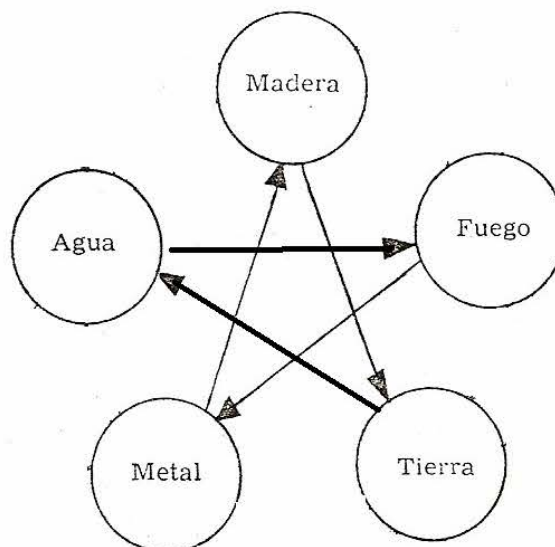
He mencionado que la ruta de la enfermedad para que se diera la gastritis en estas personas entrevistadas es porque se rompe el lazo familiar a muy temprana edad, el calor que uno encuentra en la familia termina a los 7 u 8 años de edad, generando en las personas un fuego excesivo de reencontrar el calor de hogar que se ha perdido, porque la falta de afecto en el núcleo familiar se volvieron separadas, distantes, no aprendieron a mostrar amor, y mucho menos la expresión corporal de un abrazo, porque los hace débiles y en la adolescencia les cuesta trabajo proporcionarlo, a sus mismos padres, a sus mismos hijos, o a sus mismos hermanos, la falta de un padre que siempre estuvo lejos de casa o dominante, generó en ellos que la comunicación se perdiera, el alejamiento de la persona sobre la familia, hizo que perdieran la alegría de ver a una familia unida, donde la preparación de los alimentos ya no se compartía de la misma manera, el fuego con el que cocinaba los alimentos la mamá, no les nutría como el amor que necesitaban, generando en ellos la búsqueda de un calor de afecto, empezándose a mover en otro círculo como lo son los amigos o el trabajo donde como mencionan se sienten a gusto porque al menos tienen compañía y tener que buscar el calor afuera, y que no lo encontraran generaba más calor, secando a la TIERRA, formándole grietas o heridas de tanto fuego contenido en el corazón,

empezando a provocar la acidez y el dolor de estómago al somatizar la gastritis, al no poder estar conviviendo en la familia porque la alimentación que se lleva hace que el bazo y el estómago gasten energía en digerir los alimentos y no puedan estar en armonización al igual que con la gente que los rodea, porque están ansiosos de apagar el fuego que se ha generado con la comida y en recibir amor porque lo que buscan mas es el dulce de las golosinas, sin embargo buscan lo dulce de la vida, y están mas preocupados en recibir amor que en darlo, Al igual que la armonización con el elemento Tierra en la ciudad en la que viven y el tipo de trabajo que desarrollan, no permite una articulación con el elemento, porque la mayoría de los entrevistados viven en zona urbana, donde el pavimento a taponeado a la Tierra, generando mayor calor porque la ha dejado sin respiración, ha hecho que la ansiedad suba en las personas que colaboraron en este trabajo, teniendo como base, el fumar o el estar teniendo una golosina en la boca que genere obsesiones en el cerebro y provoque una mente desarticulada del cuerpo porque el bazo y el estómago están desequilibrados, es importante retomar el ambiente porque como mencione, la teoría nos muestra y nos indica que todo lo que pasa al exterior pasa en nuestro interior, entonces al ya no haber tierra en la ciudad, el los órganos correspondientes a este elemento se desequilibran y va a tener como resultado ansiedad, es por esto que las personas no pueden dejar de consumir los mismos alimentos aunque les provoque daño, porque no hay armonía con el elemento Tierra, la mente está desarticulada del cuerpo y el consumo es lo que la cabeza requiere y no le hacen caso al cuerpo, como no le hacen caso a lo que pasa en la tierra y por eso la tapan, como tapan el hablar de su familia a la hora de preguntarles, lo ocultan, les hace mal hablar de ella porque los pone triste y se vuelven tajantes a la hora de mencionarlo.

Así como se oculta la basura en esta ciudad, estas personas entrevistadas ocultan sus emociones, almacenándolas como lo hacen con el alimento, sin embargo en un sentido literario, al almacenar las emociones en el estómago va hacer que se extienda y empiecen a querer salir las emociones y al no poder sacarlas o demostrarlas, se va formar una pequeña herida al interior del estómago buscando

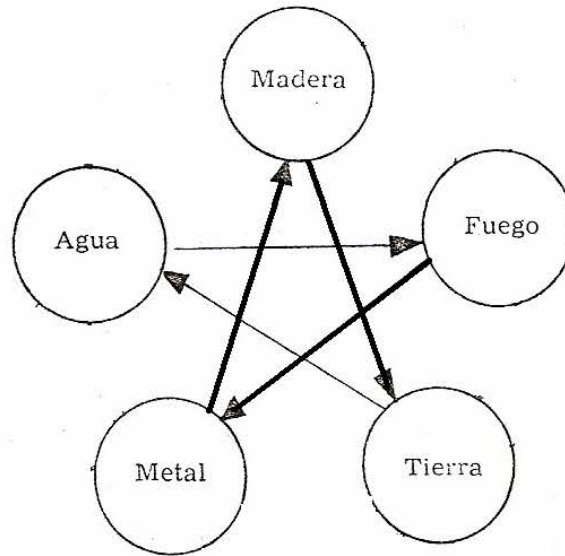
escapatoria y lo que va a encontrar es tristeza, porque si partimos de que la tierra en su interior forma metales, lo que se va encontrar después de acumular tantas emociones el estómago va a encontrar TRISTEZA que es una de las emociones dominantes que fácilmente identifican las personas y que toda su vida ha estado presente, porque hay carencias materiales y sobre todo afectiva, las cuales van ha estar presentes en el trabajo que realizan y en los proyectos que tienen a futuro, como lo es cuando pregunte por su proyecto de vida, todos quieren tener algo económicamente, casa, un carro, vivir mejor económicamente, pero no mencionan jamás el estar bien consigo mismos, es por esto que este elemento que es metal va ha estar exaltado tanto en emoción que es tristeza y como actitud ante la vida riqueza, lo que nunca tuvieron, al igual por su sabor de preferencia el cual es el picante en toda su vida, mencionan que la comida no sabe sino tiene picante, aunque después les duela, parece ser que así aprendieron a vivir, porque sino duele o no arde como cuando comen, la vida no les sabe.

En la segunda relación la cual es interdominancia, los órganos deben de trabajar siempre en armonía, sin embargo en esta segunda fase de la teoría de los 5 elementos, continua la ruta de la enfermedad, teniendo como base los elementos que ya mencione FUEGO, TIERRA Y METAL, son los correspondientes a los órganos que desarrollan la gastritis sin embargo al estar en esta segunda relación con los demás empieza a tener mas claridad los testimonios de las personas que contribuyeron a este trabajo.



La entrevista 7 señala "lo que me paso, yo estaba yendo cada seis meses, después me bajaron a ocho meses y últimamente ya iba a ser cada año, pero este yo tengo muchísimos problemas, resulta que yo tengo un infección en el riñón supuestamente ahorita, estoy tomando mucho medicamento y son las molestias que yo siento del ardor que no puedo estar en paz, me dieron ampicilina, metopilma, me dieron paracetamol, y la diclosilina, si se termina la ampicilina..... mira quién sabe qué, pero a la vez digo me voy a curar, pero ya se tardo, supuestamente está (me enseña medicamento) es para el riñón porque me ardía mucho y me dolía cuando hacía pipí, pero ahorita ya no se si no está funcionando, uno porque ahorita me arde demasiado el estómago y yo lo siento, en las vías urinarias yo no siento mejoría...."

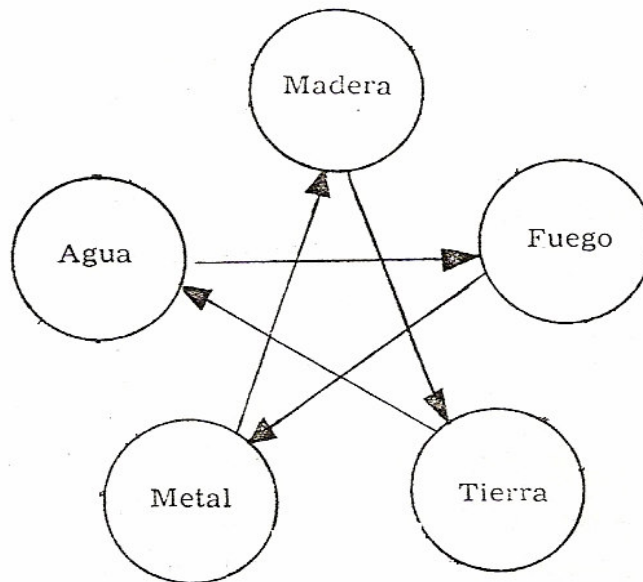
Comenzare a mencionar desde el elemento Tierra porque aquí es donde se somatiza la gastritis, al ser hijo de Corazón, la tierra se calienta por las emociones acumuladas y seca el Agua correspondiente a RIÑON y VEJIGA y a la emoción MIEDO que hay en el cuerpo, al no haber agua porque el calor en tierra es mucho, el órgano se va a debilitar de energía, generando mas miedo y confusión al querer resolver los problemas con la familia, como lo mencionan dos de las entrevistadas, y también es importante mencionar que el tipo de medicamento que toman va hacer expulsado por orina correspondiente a este órgano y va a contribuir a generar esta emoción aunque no la señale, o en problemas orgánicos como en el caso de una persona (mujer) que le duelen los riñones como menciona en la entrevista del medicamento que consume. El miedo crece y es difícil de ver pero en los hechos resalta en las personas, al no acercarse a su papá o su mamá para contar sus problemas y el miedo a no querer resolverlos, creciendo a su vez la emoción y el elemento agua en exceso,



va a apagar el fuego del corazón y va a perder la alegría por vivir, haciendo mas difícil la convivencia con la familia y ya no sentir el calor de hogar, ni el gusto por los alimentos sino simplemente comer, por comer, como el vivir día con día, afectando así el calor generado a la tierra, pero sobre todo fundiendo el elemento Metal, es por esto que la tristeza es una de sus emociones que mas resaltan, porque al perder la alegría por vivir, se van a fundir en una tristeza como ellos lo señalan, el no estar bien con ellos, el no estar bien con su familia, el no estar bien en el trabajo, o el lugar donde habitan, esto va a generar que toda la tristeza que ellos traigan les provoque enojo por querer salir adelante que es la segunda emoción que ellos señalan, y corresponde al elemento Madera y su emoción Enojo, generado por no poder resolver sus problemas, y con la contribución de la alimentación basada en grasa, va hacer que el Hígado y la Vesícula Biliar estén contracturados de grasa y alcohol porque es lo que consumen en una cantidad exagerada y no permita purificar la sangre que es la energía para realizar cualquier actividad, además tanto enojo va hacer por la falta de armonía con la madera la cual se encuentra en árboles y que en la zona geográfica que habitan ya no haya dificulte la armonización con este elemento y al no estar en equilibrio las personas no van a tener la decisión, ni el carácter para poder enfrentar su enfermedad que no le dan importancia, ni a resolver sus problemas personales, es por esto que a falta de árboles o de el elemento madera el hígado y la emoción

enojo van a crecer como ellos no lo mencionan, es estar enojado por cualquier cosa y también porque afecta al sistema nervioso, y los enojos se los coma el estómago, cerrando el ciclo en Tierra, al no haber árboles que cubran del calor, y la tierra este pavimentada, el estrés, y la ansiedad van a estar presentes porque el estómago va a ser el almacén de las emociones que vivan día con día, y cuando se presente el dolor o la acidez, de la enfermedad es porque a la gente le quema la falta de alegría por la vida, el enojo por no poder salir adelante con otra actitud y el ardor por almacenar tantas emociones en la vida diaria.

Para concluir este punto, es de importancia retomar el efecto de los medicamentos debido a que en la actualidad el consumo de estos a incrementado por la difusión que se le ha dado en la mercadotecnia, donde el mensaje que se proyecta a la gente es la aliviar el dolor al consumir una pastilla de cualquier marca o laboratorio poniéndolo a disposición de la gente encontrándolas en los supermercados, en cualquier farmacia y sobre todo la compra de estos sin prescripción medica sin importar el punto de vista de un especialista.



Al parecer la gastritis desde la condición actual en la que vivimos se puede automedicar, porque se tienen a la mano las pastillas, porque le es más fácil a la gente consumir el medicamento, sin conocer o sin importar las causas que con el tiempo puedan llegar a generar estos, ya que debemos recordar que son químicos y que cuesta trabajo expulsarlos del cuerpo. La mercadotecnia ha realizado la difusión de este tipo de vida donde el consumismo ha generado muchas afectaciones al cuerpo, durmiendo, olvidándonos de una educación de prevención y cuidado de él volviéndonos compradores sin importar el precio que cueste el medicamento siempre y cuando calme el malestar por un momento.

Sin embargo como hemos visto la relación órgano – emoción permite abrir un panorama más extenso del consumo de estos, como señala en el testimonio del recorrido de la enfermedad, el consumo de estos va a generar problemas en los riñones, debilitándolos debido a que la mayoría de los medicamentos se expulsan vía la orina, va a dar como resultado que la emoción MIEDO se dispare y se vuelva una sociedad llena de miedos, por peligro a que lo asalten en las calles, por miedo a chocar con otro automóvil, a perder un empleo, y sobre todo miedo a la falta de compromiso que uno puede llegar a generar para cualquier situación que se presente en su vida. Además si partimos del hecho que el riñón humedece y estimula los órganos y estimula la función del soma y la psique se va haber afectado en el crecimiento de las personas y al ser el órgano que guarda la energía de toda nuestra vida, al estar trabajando en un doble esfuerzo por expulsar el medicamento, la emoción con que se vive y poca agua que se consume, va hacer que el promedio de vida en las grandes ciudades disminuya, ya que al estar faltando una agua limpia que purifique, se va haber contaminada por toda la basura que uno genera, como nuestro cuerpo en la ingesta de medicamentos.

Una reflexión más es que debemos de considerar que las 20 personas entrevistadas son familia extensas las cuales están ligadas a la cultura patriarcal, y que al ser tanta la exigencia presente en la sociedad va hacer que el lazo familiar

se pierda y haya un distanciamiento y la falta de la alegría por vivir haga que en la infancia ellos hayan generado problemas estomacales y de vías respiratorias, para que en la adolescencia no puedan generar su proyecto de vida y cause una mayor frustración y sobre todo ansiedad donde el consumo de cigarro y alcohol sean estímulos para evadir la responsabilidad y sobre todo por ser de un espacio geográfico de condición media baja e influya mas sobre la cuestión económica y pierdan de vista su interés por el estudio, porque como se observa en los testimonios en la etapa de la adolescencia sus estudios para la mayoría de ellos son hasta secundaria, por falta de dinero, pero también por los problemas emocionales que son cruciales en esta etapa de la vida.

CAPITULO 4

CONCLUSIONES GENERALES

La gastritis es algo tan común en la sociedad actual que las personas no le dan demasiada importancia como se analizó con las 20 personas entrevistadas, tal parece que la visión que tienen de la salud y sobre todo del cuerpo es cuidarlo cuando los dolores son muy intensos y ya no lo toleran, y tienen que asistir al médico.

Es por eso que en este trabajo concluyo que al ser una enfermedad que se ve como natural no se le da importancia, porque los dolores son tolerables y se olvidan de hacerle caso tomando una pastilla, ya que es lo que se ha enseñado, a no sentir dolor, opino que se debe de crear una conciencia del cuidado del cuerpo, porque los dolores que brinda la enfermedad son mensajes que se han olvidado en tomar en cuenta, para la prevención de otra posible enfermedad mas compleja.

Se ha tratado al cuerpo con un mecanismo como lo señala la perspectiva medica y viendo al medicamento como la solución para adormecer al cuerpo que lo utilizan como un instrumento de trabajo, y el olvido corporal, dejando de lado el cuidado que se le debe de dar en cuestiones orgánicas como lo es la alimentación, la cual se ha llevado por muchos años. indicando con la somatización de la enfermedad que no ha sido la adecuada y que de alguna forma la siguen consumiendo, señalando esto porque la alimentación va hacer fundamental para generar en el cuerpo una armonización de trabajo en los órganos y que se pueda contribuir con la mejora del padecimiento.

Es importante señalar que no se debe de tener una enfermedad crónica degenerativa, como lo es un cáncer, diabetes, que es lo mas común en nuestros días, la gastritis como hemos visto es la señal de que el organismo esta indicando algo, que se tiene que solucionar lo que esta pasando para no darle vida a la

construcción de algún otro mal. La gastritis debe de empezar a tomar auge en la sociedad, se debe de tratar a fondo, se debe de solucionar, pero no con una pastilla como lo mencionan los mensajes publicitarios, ya que es una construcción de años, desde la infancia donde las emociones toman vida propia afectando al cuerpo cuando estas se conjugan con el estilo de vida que se lleva.

Las emociones son el objetivo principal de este trabajo, porque es abrir otra posibilidad a la construcción social, para repercutir en lo individual de la persona para trabajar con la enfermedad, es saber que se encuentran en el diario vivir, es reconocer que afectan y contribuyen a la formación de algún síntoma, y en una paradoja ayudan a tener otro estilo de vida si se aceptan, si se reconocen y sobre todo si se trabaja con ellas para poder manejarlas, es ampliar la información que se conoce por la medicina alópata, otorgando un pequeño espacio para saber que somatizan en el cuerpo dando la señal de que algo está pasando en la persona.

Hablar de emociones es experimentarlas, vivirlas, identificarlas, hacer caso de nuestro cuerpo, cuidarlo, alimentarlo tener otra forma de vida, sin embargo esto lo va a dar el trabajo sobre el cuerpo y la alimentación que uno le brinde, es por esta razón que la psicología viene a conjuntar una nueva forma de analizar las enfermedades, buscando que en el proceso psicológico se empiece a trabajar en su cuidado, con diferentes alternativas donde el resultado de este trabajo sea la persona y venga a formar parte de su vida, ya que la psicología puede trabajar con el aspecto emocional, donde se pueda empezar a formar una nueva educación de prevención de la salud.

Como hemos visto la gastritis pasa por todos los elementos que nos indica la teoría de los 5 elementos, a su vez pasa por todas las emociones señaladas, la pérdida de la alegría por vivir, la preocupación que causa la cuestión económica, la tristeza por no poder solucionar los problemas familiares, el miedo para recuperar la esencia de la vida y el enojo por no ser lo que los demás piensan; esto quiere decir que la gastritis debe de ser de cuidado para la gente que la manifieste

ya que al pasar por todas las emociones y resaltan dos de ellas que es enojo y tristeza va dar como resultado que no encuentren la alegría por vivir o que se pierda muy rápido como sucedió en la infancia por estar triste y una gran frustración por un deber ser que no existe como tal, causando enojo y no tener la fuerza para decidir y planear su proyecto de vida.

También es importante señalar tres aspectos que ayudan a contribuir en la construcción de la enfermedad, Cultura. Geografía, ambiente. Lo cual nos damos cuenta influye en la historia de vida de la gente que ayudo ha este trabajo.

Donde a continuación las menciono : Como vemos la cultura en general tiene gran importancia en la construcción de la enfermedad, ya que al ser la familia mexicana a la que heredamos las costumbres y tradiciones podemos ver que al ser el núcleo donde uno tiene el primer contacto vemos que es donde se aprende a relacionarse con la demás gente, al igual que las expresiones de las emociones, como son coraje, tristeza, preocupación, miedo, como vemos la gente entrevistada es cortante con su familia a la hora de expresar o hablar del tema que se refiera a ellos, así que ni la persona se puede acercar al integrante con el que se tenga un resentimiento o conflicto como lo puede ser papá, mamá o algún hermano, ni estos mismos acercarse a la persona que se entrevisto.

También es importante señalar que en la familia se aprende el proceso productivo, al igual que todas las costumbres y la educación de un padre dominante , con el cual no se platique, la relación sea distante y sobre todo haga saber su dominio de poder en la familia como lo indican los entrevistados, sin embargo si se trabaja con los aspectos emocionales se pueden encontrar alternativas de poder manejar la situación con el padre que haya conflicto, y esto lo puede ofrecer las alternativas terapéuticas que brinda la relación órgano-emoción, al igual que se aprenda a expresar las emociones, se aprenda los hábitos de alimentación y sobre todo la toma de decisión. La familia también va hacer donde uno a desarrollar la preferencia por un sabor, así como el gusto o la preferencia de alguna comida en

especial que contenga carne y el rechazo de las verduras va a contribuir a que el cuidado del cuerpo y la prevención de la salud se deje de lado, por la fragmentación de resolver con el pensamiento racional y no hacerle caso al cuerpo.

Al igual que la geografía va a determinar varias actitudes que los entrevistados presentan, al ser una colonia donde la condición económica es clase media baja o de bajos recursos, la condición va hacer determinante para algunos factores aunque se vea como contradictorio, el espacio (casa) en el que se desenvuelven va hacer pequeño y que los integrantes de las familias en su mayoría son extensas va hacer que se tenga una difícil convivencia dentro del lugar que uno habita, provocando malos entendidos y sobre todo expresión de enojo, porque las condiciones de la casa no son aptas para estar viviendo de 5 a 12 personas en los diferentes casos que se han presentado, llevándolos al consumo de alcohol por la tristeza con la que viven y que los amigos en la geografía que se desarrollan sea como el medio para poder encontrar por un momento la alegría por vivir o estar un rato a gusto como ellos lo mencionan.

Un factor mas es el ambiente, entendido en este punto el trabajo el cual como vemos es muy variado, sin embargo vemos que la mayoría de los participantes tienen un nivel de estudio hasta la secundaria y donde prefirieron optar por trabajar por las falta de ayuda económica que se presentaba en el núcleo familiar contribuyendo a los gastos del hogar y no teniendo un trabajo estable por la falta de preparación o de compromiso para poder encontrar un trabajo mejor.

Al mismo tiempo el ambiente en la ciudad donde nos desarrollamos, la contaminación, el trafico, los hábitos de alimentación, la sobre población y los trabajos mal pagados van hacer que generen estrés en las personas y tenga una implicación en el cuerpo, al ser un ambiente contaminado las personas les falta el aire limpio para respirar y va tener consecuencias como enfermedades de vías respiratorias, alimentos contaminados por comer en la calle, y sobre todo el poder manejar las emociones que provoca en el cuerpo, la tristeza por no poder meter

aire limpio a los pulmones, que ayuden a mejorar la calidad de vida, y que el aire limpio lo dan los árboles que es la madera y ya no tener zonas boscosas va a generar en las personas que no estén en armonía con el elemento y provoque la exaltación de la emoción de este elemento que es el enojo, al igual que las calles de la ciudad que están cubiertas por el pavimento y que la tierra ya no tenga como respirar, va a provocar en las personas estar en desequilibrio con la gente que los rodea provocando mayor ansiedad como la presentan, comprar, gastar, consumir alcohol, cigarro, comer lo que el cerebro indica y sobre todo al racionalizar la emoción a la hora de hablar.

Para cerrar es importante indicar que la cultura, la geografía y el ambiente en el que nos desenvolvemos, brinda la posibilidad de elegir otra forma de vida, cuando uno da cuenta de lo que está pasando a su alrededor, pero sobre todo las posibles soluciones que uno mismo puede encontrar en el trabajo con el cuerpo.

Para empezar a encontrar otro tipo de respuestas en la búsqueda de la salud la cual nos interesa como trabajadores de la salud, es elemental reconocer que la individualidad de la persona ayudada por su historia de vida va a dar como resultado que la contribución del psicólogo empiece a tomar auge en nuestra sociedad, así como nuestra educación para la prevención del cuerpo.

La aportación de la relación ÓRGANO- EMOCIÓN fue fundamental en este trabajo, porque permitió abrir propuestas a la construcción de la enfermedad y sobre todo al ser una teoría holística integrar permite contestar un ¿Cómo es que se dio la enfermedad? Teniendo como base la historia de vida de las personas entrevistadas, donde las emociones que experimentan en su diario vivir coinciden con los órganos afectados en el padecimiento, al igual que los sabores y su desequilibrio con el ambiente que los rodea por su condición geográfica, sin embargo, también permite decidir la manera en que uno quiere vivir, resolviendo las situaciones que a uno le afecte emocionalmente, para no dar paso a una somatización de alguna otra enfermedad más compleja.

Para concluir, el papel del psicólogo debe de jugar una función importante en el campo de la salud, no solamente debe de trabajar con la mente, debe de trabajar en conjunto con el cuerpo, cambiando la visión cartesiana que se tiene de él, apoyado con las terapias alternativas para encontrar respuestas y hacer que el cuerpo despierte, las cuales pueden ser acupuntura, bioenergética, masaje terapéutico, reflexiología, herbolaria sin olvidar la meditación ZEN. Sin embargo al ser una propuesta que se trabaje con el cuerpo y una filosofía de vida, el psicólogo debe de empezar por el ejemplo.

REFERENCIAS

- Berman, M. (2001) El reencantamiento del mundo. Chile. Edit, Cuatro vientos
- Boltanski, I. (1975) Los usos sociales del cuerpo. Argentina, Edit, Periferia
- Cano, M. (2003) Patologías del aparato digestivo, Madrid, Dilema.
- Capra, F.(1982) El punto Crucial, Buenos aires , Argentina, Estaciones
- Diana, J. (2004) Chanamismo, México Edit, mexicanos unidos
- Duran, N. (2004) Cuerpo, intuición y razón. México, CEAPAC
- Freíd, S. (1984) El malestar en la cultura, México, Edit, Alianza
- El Kibalion (1995), tres iniciados, México, edit, Orión
- Edward T. (1997) El destino indivisible de la educación, Méxocp, Edit, Pax México.
- García. C. (1991). Tratamientos de enfermería, México D.F. McGRAW-HILL, Interamericana de España.
- Kart, J. Isselbacher. (1994). Principios de Medicina Interna. España, McGRAW-HILL, Interamericana de España.
- Marvin H. SLEISENGER, (1978). Tratado de Gastroenterología, México. Interamericana de México.
- Martí. A (1996). Programa nacional de Habilidades y Desarrollo para el Médico general., México, Pfizer.
- Mevers. F, (1977). Farmacología clínica, México D.F. El manual moderno.
- Larios M. (2006) "La depresión como un proceso construido en el individuo: desde una visión psicósomática", no publicada, Universidad Nacional Autónoma de México" Campus Iztacala, Edo de México

- López. R. S. (1997) Zen, Acupuntura y psicología, México, Edit, Plaza y Valdés
- López. R. S (2000) Zen y cuerpo Humano, México, Edit, VerdeHalago
- López. R. S. Lo corporal y lo psicosomático I (2002). México, CEAPAC, edit Plaza y Valdés.
- López. R. S. Las enfermedades psicosomáticas: una interpretación, citado en Lo corporal y lo psicosomático I (2002). México, CEAPAC, edit Plaza y Valdés.
- López. R. S. La concepción del cuerpo: medicina alópata y alternativas citado en Lo corporal y lo psicosomático I (2002). México, CEAPAC, edit Plaza y Valdés.
- López. R. S. Lo corporal y lo psicosomático II (2002) México. Edit. Zendová
- López. R. S. Lo corporal y lo psicosomático III (2003) México. Edit. CEAPAC.
- López. R. S.(2000), Prensa, cuerpo y salud en el siglo XIX, México, CEAPAC.
- López. R. S. (2002) Historia del aire y otros olores en la ciudad de México 1840-1900, México, edit, Miguel Ángel Purrúa
- Nguyun. V. (1980) Auriculopuntura, Madrid, España, Edit, Cabal
- Ohashi. W. (1991) Cómo leer el cuerpo, Barcelona, España, Edit Urano
- Patrice van E. (2004). Me pesan mis ancestros, la psicogenealogía de hoy, México, CEAPAC.
- Ramírez. R. (2006) "Construcción de la Colitis una visión no fragmentada del cuerpo", no publicada, Universidad Nacional Autónoma de México Campus Iztacala, Edo de México
- Reid, D. (1996) Medicina Tradicional China, Barcelona España, Edit Urano
- Weisz. G. (1998). Dioses de la peste, México. Siglo XXI.
- Zhang. J. (1984). Fundamentos de Acupuntura y Moxibustión de China, República Popular China, Edit, Lenguas Extranjeras
- PLM, (2005) Programa de información sobre los medicamentos,

ANNEXOS

Número	Edad	sexo	Estado civil	Escolaridad	Occupacion	Delegacion	Servicio medico	Enfermedad	T. de padecerla	Sintomas	Frecuencia de dolores	Zona de dolores	Medicina que consume	Cada cuanto la consume	Alimen. Antes de Enfermedad	Alimen. Desp. De Enfermedad	Alimen. Que prefiere	Alimen. Que rechaza	Alimen. Entre comidas	Sabor dominante	Relación Papil	Relación Mamá	Relación Hermanos	# de integrantes de Familia	# que ocupa en la Familia	Emoción Dominante	Consumo de Alcohol	Consumo de Cigarro	Ideal de Belleza	Signi de su Cuerpo	Otras Enferm.	Religión
1	25 años	Mujer	Casada	Bachillerato	Hogar	D.F.	Seguro	Gastritis	7 o 8 años	Ardor	Antes diario ahora una vez	Estómago	Ranitidina y Buscapina	Cada 8 horas	a veces verdura, carne	las mismas cosas	gorditas, tacos, pechugas	Las verduras	Dulces papitas Chicharones	Picante y Salado	Bueno	Faleció	Relación buena	6 hermanos	4 de 6 hermanos	Enjo y Tristeza	1 o 2 veces al año	1 después de cada comida	Yo quisiera ser flaca	El motor de mi existencia	Gripe y estómago	Católica
2	24 años	Mujer	Soltera	Carrera de secretariado	Secretaria	D.F.	Seguro	Gastritis	Desconoce	Ardor	Diario	Boca del Estómago	Ranitidina	2 al día	verdura carne	lo que se me antoje	ejites con huevo y verdura	El chayote	Dulces	Picante	falta conversación	Faleció	No convivio con ellos	6 hermanos	5 de 6 hermanos	Enjo	Cada 15 días	Cuando Toma 3 o 4	Estar delgada	Es estar delgada	Gripe y estómago	Católica
3	28 años	Hombre	Casado	Secundaria	Ayudante	D.F.	Centro de salud	Gastritis	Desconoce	Ardor	Diario	Boca del Estómago	Ranitidina y Melox	Es variado	Caldo de pollo, carne frijoles	café y un pan, pescado	huevo con ejites, bisteces	Las verduras	Dulce galletas y pan	Picante	Mala	La redacción es muy seca	No es tan seca	2 hermanos	El mayor	Enjo	Fin de semana	Cuando tomo 1 o 2	No hay ideal de belleza	El motor de mi existencia	tos, gripe, bronquitis	Católica
4	20 años	Mujer	Casada	Secundaria	Hogar	D.F.	Centro de salud	Gastritis	4 años	Acidez	2 veces por semana	En el estómago	TUMS	Es variado	Nopales, Ejites, Frijoles	pan, café guisado, lo mismo	pescado, carne de res	Las verduras	Tacos, papas, chicles.	Picante y Salado	Muy buena	Pelea mucho	Pelemos	2 hermanos	La segunda	Enjo	Cada 15 días	1 cajetilla diaria	Estar delgada	Nada mas tienes un cuerpo	Le sale sangre de la nariz	Católica
5	32 años	Hombre	Soltero	Secundaria	Carpintero	D.F.	Particular	Gastritis	6 años	Ardor y Acidez	3 veces al mes	Escoflo y Boca del estómago	FACIDEZ Y LOCEPA	cada que me da el dolor	De todo	Sigo comiendo lo mismo	la carne molida	La leche y los moles	Refresco	Picante y Salado	Nunca estubo	Buena, le cuanto mis cosas	No tengo buena relación	5 hermanos	El mas chico	Enjo y Alegria	Cada 6 o 15 días	1 Cada 2 o 3 días	La belleza es la mujer y el interior	Es un instrumento	Anginas flemas	Protestante
6	23 años	Hombre	Casado	Secundaria	Chofer	D.F.	Particular	Gastritis	4 años	Agruras y Ardor	Diario	En el Estómago	TUMS y Ranitidina	Es variado	frijoles, pan, leche, tortillas	Ya como mas balanceado	Bisteces ampanizados	Las mollejas de pollo	Cigarro	Picante	Le pegaba	Mamám me pegaba	Mal con mi hermana	4 hermanos	El 3 hermano	Enjo	Cada 8 días	10 o 12 días	Alguien que sepa hablar	Lo mejor que tengo	Tos y gripe	Católica
7	44 años	Mujer	Casada	3 de primaria	Hogar	D.F.	hospital General	Gastritis	12 años	Acidez y Ardor	Diario	Escoflo y Boca del estómago	Ranitidina	Cada 4 horas	Leche, pan, fruta, verduras	tacos, tortas, lo mismo	Huevo con chile y bisteces	La sardina y las verduras	Rara vez dulce, el cigarro	Picante Y Acido	Nunca estubo	Fue muy estricta	Sentia que las odaba	7 hermanos	El 3 hermano	Enjo y Tristeza	Solo en reuniones	1 Después de cada comida	La belleza es una vanidad	lo mejor que uno tiene	De los riñones	Católica
8	24 años	Hombre	Soltero	Secundaria	Chofer	D.F.	Particular	Gastritis	3 años	Ardor	Diario	Boca del Estómago	Omeprazol y Ranitidina	Dos al día	de todo, leche pan verduras	Guisado, carne de res	Verduras y carne	la picante y las verduras	Refresco y cigarro	Picante y Salado	Buena	Pelemos	tranquila	3 hermanos	El 2 hermano	Enjo y tristeza	Cad 6 días	1 cajetilla Diaria	No tengo ideal	Año a mi cuerpo	Sinusitis	Católica
9	34 años	Mujer	Soltera	Carrera de enfermería	Enfermera	D.F.	Seguro	Gastritis	14 años	Acidez y Ardor	Diario	Escoflo y Boca del estómago	Omeprazol y Ranitidina	1 en la noche	Mas carne pero de todo	Lo mismo	Carne molida y bisteces	menos las verduras	Dulces	Picante y Salado	buena hasta que fallecio	Fue muy estricta	Diferencia de opiniones	5 hermanos	El 4 hermano	Enjo y tristeza	dos cubas casa 6 meses	1 dieito	La gente que es humilde	Es el que no cuidó y lo trato mal	Gripe y estómago	Católica
10	36 años	Hombre	Casado	Secundaria	Chofer	Ixtapalca	Particular	Gastritis	3 años	Acidez y Ardor	1 o 2 veces al mes	Escoflo y Boca del estómago	Ranitidina	Es variado	Mucha carne roja	Lo mismo	pollo con verduras	Las verduras y el brocoli	Dulces	Dulce y Acido	De peless	No tengo problemas	No se acocan a mi	5 hermanos	El 2 hermano	Enjo y tristeza	Una vez a la semana	Dejo de fumar	La belleza es interior y exterior	Es un elemento	Gripe y estómago	Católica
11	23 años	Mujer	Soltera	Universidad	Estudiante	Nauclpan	Seguro	Gastritis	1 año	Ardor	Diario	Boca del Estómago	Ranitidina	Es variado	Yo coma de todo	consume lo mismo	Frijoles y mole de hora carne	abonozco las verduras	Fruta	Picante y Dulce	No expreso nada con él	Siempre fue distante	No me llevo bien con mi hermana	5 hermanos	El 2 hermano	Enjo y Tristeza	antes cada 8 años ya no	mucho, ahora ya no	Me gusta mejorar mi estilo	Sino siento dolor es que esta sano	Gripe y anginas	Católica
12	48 años	Hombre	Casado	3 de primaria	Piomero	D.F.	hospital General	Gastritis	12 o 13 años	Acidez y Ardor	Diario	Escoflo y Boca del estómago	Ranitidina y Melox	ranitidina	Huevo, pan con leche licuado	Lo mismo	verdura y carne de todo	las verduras y el chicharo	Dulce	Picante y Dulce	No lo conocí	No tengo problemas	No es una relación bonita	8 hermanos	El 7 hermano	Tristeza	Cada 15 días y dejo 2 o 3 meses	Aprox. 1 cajetilla Diaria	Mi mujer y la naturaleza	Me sientto bien como Dios a dado	No me enfermaba	Católica
13	23 años	Mujer	Soltera	Universidad	Estudiante	D.F.	Particular	Gastritis	7 años	Ardor	Fin de semestre	Boca del Estómago	Ranitidina	Cad 6 horas	Carne roja, tortilla y pan	Leche, café, chilaquiles	para vitamina T, tacos tortas	El bebabel, huevo frito, nopales	papitas con salsa dulces	Picante y Acido	El siempre me ha apovado	No es muy buena	No es una relación estrecha	3 hermanos	La mayor	Enjo	antes cada 8 días ahora cada 15	Antes diario 2 o 3 ahora ya no	Me siento bien como estoy	Lo cuidó en lo emocional y orgánico	Presión baja	Católica
14	23 años	Mujer	Soltera	Carrera terminada	Psicologa	Estado de México	DIF	Gastritis	5 años	Acidez y Ardor	Diario	Escoflo y Boca del estómago	RIOPAN	1 cucharada en la tarde	Polo, verdura pan carne de todo	Ensalada, mucha verdura	Verduras y carne	Jitomate, leche, huevo	Comida Chatarra	Dulce y Picante	No lo cuento mis cosas	Ella es muy enojona	Me llevo bien con mi hermana	3 hermanos	La mayor	Enjo Tristeza y Miedo	Variado	Aprox. 9 cigarras por fiesta	Que sea autentico	Donde depositamos	Bronquitis y Gripe	Católica
15	22 años	Mujer	Soltera	Carrera terminada	Psicologa	Estado de México	Seguro popular	Gastritis	2 años	Ardor	1 vez al mes	Boca del Estómago	Ranitidina	Es variado	Huevo, pan, leche, tortilla	fruta y verduras verde oscura	espagueti y enchiladas	El chayote	Galletas y Papitas	Picante	Una relación muy mala	Miedo a mi mamá	una relación de grosserías	4 hermanos	La mayor	Tristeza	Variado	No fuma	Tengo que estar delgada	Es grandioso y magnifico	Gripe	Católica
16	47 años	Mujer	Separada	Primaria	Hogar	D.F.	Particular	Gastritis	8 años	Ardor	Todas las mañanas	Boca del Estómago	Ranitidina	tres pastillas cuando es muy fuerte	Mucha fruta, y carne roja	poca carne y mas verduras	La carne y los tacos	Todo me gusta	Papitas dulces helados	Picante y Acido	Faleció	Muy bien	No hay relación con mi hermano	4 hermanos	El 3 hermano	Tristeza Enjo y Miedo	Solo en reuniones	1 cajetilla Diaria	Bonito delgada y atractiva	Bajar de peso para cuidarlo	Ninguna	Católica
17	24 años	Mujer	Soltera	Carrera terminada	Psicologa	D.F.	Particular	Gastritis	2 años	Ardor	una vez al mes, 2 crisis fuertes	Boca del estómago	Leche de Magnesio	Cada 8 horas	De todo, sigue siendo la carne	café, mas verduras a la semana	Carne y verduras	El brocoli y el ajo	Fruta, yogurt, dulce o papitas	Picante y Dulce	Es distante muchos redamos	Yo daría la vida por ella	De peless	8 hermanos	La 7 hermano	Tristeza	Dos veces cada 3 meses	Una cajetilla a la semana	Estar delgada	Mi cuerpo es todo lo que tengo	Estómago	Católica
18	25 años	Hombre	Separado	Secundaria	Chofer	D.F.	Particular	Gastritis	2 o 3 años	Acidez y Ardor	Diario	Escoflo y Boca del estómago	Sal de uras	2 sobres por semana	De todo	lo mismo	Tacos, tortas, carne	Broccoli	Refresco tortas tacos	Picante	nunca jugué con él	Es buena	Relación buena	7 hermanos	El mas chico	Tristeza y Enjo	Cada 8 días	Fines de semana	Que sea bonita	Es algo maravilloso	Gripe y Tos	Cristiana
19	32 años	Hombre	Soltero	Preparatoria	Supervisor	D.F.	Seguro	Gastritis	21 años	Ardor	casi diario	Boca del Estómago	Ranitidina	Es variado	De todo, pero carne	Lo mismo carne	Tacos, tortas, carne	Las verduras	Refresco	Picante	buena hasta que fallecio	Casi no se frecuentan	Relación buena	4 hermanos	El mayor de 4	Tristeza y Enjo	Cada 8 días	3 cajetillas diarias	Alta, delgada Blanca	Lo es todo	Gripe y estómago	Católica
20	33 años	Hombre	Casado	Preparatoria	Supervisor	D.F.	Seguro	Gastritis	8 años	Ardor y Acidez	Antes diario ahora una vez	Boca del Estómago	Ranitidina, pepi, omeprazol	Es variado	De todo	Lo mismo	Grasas y picante	la leche y el café	golosinas, refresco	picante	buena	muy buena	casi no hay convivencia	4 hermanos	El 2 hermano	preocupación y enjo	Una vez a la semana	de 4 a 6 cigarras diarios	No tengo ideal	un instrumento	garganta y estómago	Católica