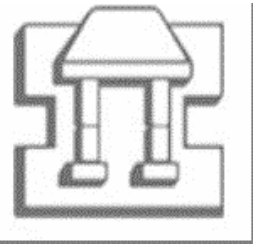




UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Gastritis
Una construcción emocional y fármaco-alimenticia

Tesis empírica

Psicología

Presenta:

Carlos Servando Baños Anaya

No. de cuenta:

09828384-8

Asesor:

Dr. Sergio López Ramos

Dictaminadores:

Mtro. Gerardo Abel Chaparro Aguilera

Mtra. Irma Herrera Obregón

Suplentes a Dictaminadores:

Mtra: Olivia López Sánchez

Mtra: Margarita Rivera Mendoza



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.

Gastritis
Una construcción emocional y fármaco-alimenticia

Agradecimientos

A Dios: *Por darme la fuerza para seguir adelante y por darme la oportunidad de vivir esta vida.*

Al Universo: *Porque me permites saber que formo parte de tu infinito.*

A la Naturaleza: *Porque contigo se aprende a contemplar, valorar y entender la belleza de la vida.*

A mis padres: *Por darme la vida; a ti mamá por bendecirme todos los días por cuidarme en todo momento, por preocuparte por mí y por mostrarme el sentido de ser sensible y cálido ante las cosas, gracias mamá, a ti papá por enseñarme disciplina, humildad, trabajo, lealtad, principios, valores, dedicación y honor, siempre los voy a portar, gracias papá, gracias por cuidarme y quererme. Gracias por darme su amor, los quiero mucho.*

A mi hermano: *Por compartir tus experiencias conmigo, tu conocimiento, por tu confianza y por enseñarme lo que significa ser lo que eres, un hermano. Te quiero mucho.*

A toda mi familia: *Por parte de mi mamá gracias por estar siempre al tanto de nuestra vida, por preocuparse, por mostrarme la unidad y el afecto, gracias a todos mis tíos y tías, a mis primos por su apoyo, confianza, comunicación y alegría. Por parte de mi papá, por mostrarme que aunque sea larga la distancia y poco el tiempo que nos vemos se valora y quiere a la familia que es como si siempre estuviéramos juntos, gracias por ese amor y confianza.*

A mis amigos: *Por su apoyo, su ayuda, por dejarme entrar en sus corazones y por depositar su confianza en mí. Gracias por su amistad.*

A mi maestro: *Dr. Sergio López Ramos. Gracias por mostrarme el camino que debía seguir, por hacerme ver y valorar lo que es el cuerpo y el espíritu, por valorar la vida, por darme la oportunidad de estar a su lado y aprender de su sabiduría y luz, por su comprensión, tolerancia y paz que transmite. Gracias maestro por enseñarnos lo que verdaderamente es, un maestro. Gracias.*

Siempre estarán en mi corazón y en mi espíritu

Dedicatoria

Dedico este trabajo a Dios, al universo, a la naturaleza, a la vida, a la muerte, a todos los que estuvieron apoyándome para realizarlo, a toda mi familia, mis amigos, mi maestro y para las personas que dejaron este mundo hace algunos años (mi abuela paterna, mi abuelo materno, el primo Juan, mis tíos y algunos amigos).

Lo logré

Pienso en mañana trabajando en mi cuerpo hoy

Para pensar en un mañana y tener la posibilidad de ser otros en la vida cotidiana, debemos de empezar a contemplar y cultivar en nuestros corazones cinco principios que alientan y cultivan la existencia del espíritu:

- 1) Dar gracias, estar agradecido; espíritu del agradecimiento.
- 2) Pedir perdón, disculpas; espíritu de la humildad.
- 3) Estar contento con lo que se tiene; espíritu de la satisfacción.
- 4) Cuido las cosas y alimentos, no desperdiciar; espíritu de la noble
pobreza.
- 5) Estar feliz, estar alegre; espíritu de la alegría.

Estos principios deberán ser ejercidos de corazón para transformar el cuerpo y la vida en el aquí y ahora.

Zendo Teotihuacán

Índice

	Pág.
Introducción	6
Capítulo 1. La gastritis y la alopátia	10
1 Breve historia de la medicina alópata	10
2 El uso de fármacos y la medicina	15
3 El aparato digestivo	21
4 El estómago	23
5 ¿Qué es la gastritis?. Formas variadas de la enfermedad	26
5.1 Síntomas	26
5.2 Diagnóstico	29
5.3 Tratamiento	31
5.4 Resultados	34
6 La psicología y la gastritis	39
Capítulo 2. Gastritis y medicina alternativa	41
1 El cuerpo, lo psicosomático y la enfermedad	44
2 La teoría de los cinco elementos. Visión integradora	49
3 Relación entre condiciones ambientales y la enfermedad	69
4 La gastritis y el elemento madera. Reflexión	73
Capítulo 3. El proceso de la gastritis	76
3.1 Plan de trabajo	76
3.2 Resultados	78
3.3 Presentación de resultados	79
3.4 Análisis de resultados	85
3.5 Presencia de elementos y ruta de la enfermedad	129
3.6 Propuesta de intervención	137
Conclusión del capítulo 3	141
Conclusiones generales	151
Referencias	157
Instrumento	161
Tabla de resultados	

INTRODUCCION

En México y en el mundo, la búsqueda del fuero, poder y dinero se ha hecho un modo de vida y ha traído consecuencias como la violencia, la desintegración, la discriminación, el racismo, el crimen, la pobreza, la carrera armamentista, la competencia corporativa, la destrucción del medio ambiente, enfermedades, entre otras; todo en pos de la modernidad, la democracia, la igualdad, la justicia, el bienestar, etc., ideales alejados de una realidad porque se ha olvidado lo esencial dentro de la vida: el cuerpo y la salud.

El cuerpo es el medio por el cual se llega a realizar cualquier acto, sin él no habría una existencia del ser humano como tal. Sus capacidades y características son inmensas por lo que se pueden desarrollar una infinidad de elementos anhelados siempre y cuando se escuche, se atienda, se integre y no se olvide.

En la actualidad el olvido del cuerpo, la fragmentación, el alejamiento de la ciencia y el espíritu y la forma de vida contemporánea, ha separado al ser humano del macrocosmos y ha descuidado su microcosmos además de ser negligente con su salud. Esta última lamentablemente no se considera como un bienestar sino como un gran negocio en donde las ganancias son lo importante y no el alivio corporal, emocional o espiritual que sufre una persona.

Las enfermedades son un resultado de la condición humana y se pueden considerar como un mensaje del desequilibrio corporal y su carente relación con el ambiente. La forma en cómo enfrentar la enfermedad radica en la cultura, la tradición y la alternativa para encontrar el camino de vuelta a la tranquilidad.

El desarrollo de ésta investigación es mera exploración de una de las numerosas enfermedades que acontecen a la sociedad mexicana en nuestros días: **la gastritis**. Esta enfermedad la puede sufrir cualquier persona de distinta edad y sexo pero el proyecto hace énfasis únicamente en la juventud, con el objeto de conocer en ésta temprana edad cómo se desarrolla y por qué, lo que

llevó a crear el objetivo de la investigación: conocer y analizar la construcción emocional, farmacológica y alimenticia de la gastritis a lo largo de la vida de los individuos participantes.

En el capítulo uno se trabajó con el tema de gastritis desde la postura de la medicina alópata con el propósito de conocer y entender el padecimiento en sus dos formas (aguda y crónica) mediante los síntomas, diagnósticos, tratamientos y resultados para así poder identificar y saber la visión, determinación y significados de la medicina alópata en cuanto a la enfermedad.

Se intentó dar a conocer a grandes rasgos lo que la medicina alópata ha descubierto y hecho en cuanto las enfermedades, pero particularmente con la gastritis. Este capítulo comienza con una breve historia de la medicina en la que se expone cómo se ha concebido como ciencia hasta llegar a los avances que hoy en día se tienen para enfrentar las enfermedades, después se aborda de forma específica y detallada el funcionamiento del sistema digestivo llegando al órgano en donde radica la enfermedad, el estómago.

Para dar más sentido al capítulo fue necesario entender el significado que socialmente se le ha dado y ha adoptado este paradigma. Después de esto, la investigación se centró en los síntomas característicos del padecimiento, para pasar a un diagnóstico y tratamiento designado por ésta medicina que en su mayoría se enfoca a los fármacos.

De igual forma se mencionaron los resultados que proporcionan los medicamentos administrados por la medicina alópata haciendo énfasis en las consecuencias que trae un alivio por ésta vía. Por último se hizo un contraste entre ésta ciencia y la importancia de un trabajo psicológico sobre las enfermedades particularizando el padecimiento principal de la investigación.

El capítulo dos esta referido en su totalidad a la medicina holística y se siguió una estructura similar a la del capítulo uno. Se proporcionó una breve historia de la disciplina con la finalidad de hacer mención de que ésta existe desde

hace muchos años y fue pionera en el conocimiento de cómo curar padecimientos además de dar bases para el surgimiento de la medicina alópata.

Para la medicina holística es importante el trabajo con cuerpo es por ello que en este capítulo fue indispensable hacer un apartado que hablara sobre él además de hacer referencia a lo psicosomático como un segundo plano de que las emociones pueden alterar el equilibrio del organismo.

Después se hace alusión a la Teoría de los Cinco Elementos abordando sus características y forma de trabajo con la intención de conocer a fondo la teoría y utilizarla como medio de explicación y localización de los padecimientos en el cuerpo de los jóvenes entrevistados y así poder proponer una alternativa para detener la enfermedad que tanto aqueja a ésta población.

Dentro de éste capítulo también se hizo mención de las condiciones ambientales como factor causal del padecimiento porque de alguna forma afecta al cuerpo haciéndolo propenso a enfermar. Por último se hizo una reflexión en base a la medicina holística de cómo la gastritis está relacionada con el elemento tierra y principalmente con las emociones. La comprensión de la Teoría de los Cinco Elementos en ésta tesis fue fundamental para trabajar con los entrevistados y saber el curso emocional de su padecimiento.

El tercer apartado se consideró como el despliegue de toda la investigación, se explicó el plan de trabajo donde se describe de manera detallada todo lo que se llevó a cabo y lo que se recaudo para hacer posible ésta investigación. Se utilizó como metodología de trabajo la historia oral obteniendo resultados que a su vez se presentaron y analizaron con detenimiento, enseguida se realizó una explicación y desarrollo del análisis mismo que dio sentido al por qué los jóvenes se enferman de gastritis.

El análisis fue dividido en dos partes, la primera habla de la historia de vida por ser primicia del padecimiento puesto que desde el embarazo existe un antecedente histórico, la segunda parte es la historia del padecimiento, que

detalló principalmente el proceso completo de la enfermedad. Con fundamento en la Teoría de los Cinco Elementos se describió y explicó la presencia de elementos y la ruta que siguió la gastritis al momento de que las personas reportaron la aparición de emociones dominantes desde la infancia hasta la actualidad.

Una vez que se analizaron los resultados y se encontró la ruta de la gastritis se hizo una propuesta de intervención con el objeto de dar herramientas a las personas que sufren éste padecimiento y detengan el curso de su enfermedad. La propuesta también es dirigida hacia las personas que no padecen de gastritis y el punto en éste caso es que observen el proyecto como conocimiento y prevención del padecimiento.

Por último, se presentan las conclusiones generales en donde se plasman las ideas centrales de la investigación con todos los puntos abordados desde el primer capítulo hasta el último, anexando al final la bibliografía y el instrumento utilizado para la realización de este proyecto.

La realización de ésta tesis no es únicamente con el propósito de explicar un malestar sino que detrás existe la reconciliación con la vida, con los seres humanos, con la naturaleza y con uno mismo. El crear un material como éste implica esfuerzo, dedicación, paciencia y cambios en la vida personal para dejar algo significativo en generaciones venideras y para ayudar a resolver una problemática con la ayuda de una alternativa como ésta.

Lo demás queda al tiempo y al lector.

Capítulo 1

La gastritis y la alopatía

1 Breve historia de la medicina alópata

La medicina ha venido acompañando a la humanidad desde sus orígenes que son aproximadamente noventa mil años y su surgimiento nace de ayudar a vivir más plenamente a las personas y a las multitudes enfermas. Como es de observarse, la medicina es tan vieja o tan nueva como el origen mismo del ser humano.

La medicina actual, tiene sus orígenes en otro tiempo y con personajes que pasaron a la historia por enaltecer, enriquecer, aportar conocimientos e iniciar esta disciplina en otra realidad, con otros intereses adjuntos (como el de conocer y portar la verdad o ser la cúspide de las ciencias) diferente al de sanar a las personas enfermas.

Esta ciencia aparece en distintas civilizaciones en donde la opulencia del conocimiento, el crecimiento social, el desarrollo político y la religión están en el poder y dominan, transforman y transmiten al pueblo subyugado la información o los acuerdos que se tienen para implementar reglas y normas para poder vivir en una época moderna, según su tiempo.

Para saber de la medicina actual, es necesario conocer por qué existe. La medicina surge porque a lo largo de los noventa mil años de antigüedad humana viene aunada la enfermedad. Es decir, para entender a la medicina tenemos que conocer que es la enfermedad.

Las enfermedades en la antigüedad eran concebidas como castigos divinos o castigos de los dioses por no acatar o cumplir con lo establecido y mandado por las deidades. Por lo que los intermediarios de los dioses para con la humanidad (los sacerdotes) se encargaban directamente de solucionar los problemas que aquejaban a la gente en esos momentos (Pérez 1997)

Las enfermedades pasaron a ser de castigos divinos a malestares provocados por el medio ambiente, por bacterias transmitidas por otros animales o por el contagio de otras personas que vivían en conglomeraciones sociales y que viajaban a través del comercio y el transporte a lugares en donde no había enfermedades de algún tipo o no habían desarrollado inmunidad. En ese tiempo la medicina no era lo que se conoce hoy. La medicina era algo mágico, brujeril, de hechiceros, chamanes o sacerdotes que aliviaban a las personas con aspectos naturales, con elementos que le rodeaban, como lodo, hierbas o la exposición de objetos o climas fríos y calientes (Ortiz 2002)

La medicina actual tiene sus bases en grandes filósofos que enriquecieron esta disciplina conforme avanzaba el tiempo y conforme podían publicar sus investigaciones ya que los aparatos sociales, gubernamentales y religiosos en muchas ocasiones se los impedían.

Esta medicina tiene muchos autores pero solo a algunos que esta misma disciplina considera como las grandes cabezas de la medicina moderna son los más renombrados y a los que aún se les guarda un respeto además de que en estos autores recaen las bases de la medicina actual; tanto, que ahora esto se enseña en diferentes niveles de educación para transmitir a las nuevas generaciones los conocimientos que se desarrollaron hace siglos.

Por nombrar algunos de los padres y autores que se difunden actualmente están Hipócrates, Paracelso, Galeno y Descartes entre otros.

Dentro del brevario cultural común no hay que ser un experto para nombrar a alguno de estos personajes o conocerlo. Esto se menciona porque en muchas instancias de educación se reconocen y se hacen memorizar los nombres de los padres de las ciencias actuales.

Partiendo de este punto dispongo a explicar la medicina actual.

Es de suponerse que los autores antes mencionados provienen de Europa, por lo que el pensamiento médico actual radica en el conocimiento occidental. Es necesario aclarar que el aporte de conocimientos e investigaciones para la medicina, nos solo fue en el continente europeo. No hay que descartar que

distintas culturas y autores de ciudades de todo el mundo fueron partícipes de la creación de una medicina, con la cual vivimos hoy en día.

El pensamiento médico de Europa se difundió en el mundo porque en muchos de esos países existían condiciones y oportunidades para dar a conocer las investigaciones acerca de esta ciencia. Pero volvamos a los inicios de este paradigma.

Como hemos visto, la medicina ha estado con la humanidad miles de años pero el pensamiento médico actual tiene apenas unos siglos.

Hipócrates de Cos vivió a principios del siglo V antes de cristo, es considerado como un médico que pertenecía a los seguidores de Asclepíades (deidad griega de la medicina) y aportó entre otros conocimientos la idea de que las enfermedades son fenómenos naturales y que sus causas son provocadas no por castigos divinos sino por el clima, el aire, la dieta, el sitio geográfico entre otros. Esta postura no solo la infundió este gran personaje. En muchos años atrás algunos filósofos griegos ya trataban de explicar las enfermedades como causas naturales y no de origen divino. Pero tradicionalmente a Hipócrates se le considera el padre de la medicina, por su método clínico y su ejercicio racional sobre esta ciencia. Se dice, que mucha información sobre él no se tiene, solo se conoce lo que distintos filósofos y alumnos del propio Hipócrates escribían sobre su persona y sus trabajos (Pérez 1997)

De lo que se sabe, es que fue de los primeros en establecer la relación entre el proceso salud-enfermedad y su pensamiento es base de la medicina occidental. El legado que dejó para esta medicina es una compilación de 53 a 72 libros y 59 tratados que se pueden encontrar en el Corpus hippocraticum. Actualmente cualquier egresado de medicina tiene que recitar el juramento hipocrático para poder ejercerla plenamente y con la confianza de lo que dice.

Paracelso, médico, astrólogo, alquimista y demonólogo estableció las bases para la actual ciencia médica. Su conocimiento radica en el pensamiento hipocrático enriquecido con ideas hindúes y alejandrinas. Su libro está dividido en tres partes, la dietética, la farmacéutica y la quirúrgica. Estaba en

desacuerdo con muchos filósofos que pretendían curar las enfermedades solamente con drogas o únicamente con dieta y ejercicio. Su principal tratamiento se basaba en las medidas que propuso Hipócrates que se referían a hacer ejercicio moderado, realizar viajes a casas de campo, no hacer ejercicios violentos, abstenerse de relaciones sexuales, no ingerir bebidas embriagantes, evitar cambios bruscos de dieta o de clima, bajar de peso haciendo solo una comida al día, púrgas frecuentes, baños de agua salada, menos horas de sueño, gimnasia y masajes. En cuanto a la farmacéutica, se dividieron las drogas según sus efectos ya conocidos entre los purgantes, diaforéticos, diuréticos, eméticos, narcóticos entre otros. Se considera que el mejor aporte de este autor es la quirúrgica, en donde se manejan las heridas y sus complicaciones en el cuerpo como la hemorragia, la inflamación o infección con compresas secas de lino o mojadas con vinagre y si esto fallaba se tenía que encontrar la vena que estaba sangrando para ligarla en dos sitios y seccionarla entre las ligaduras y aunado a esto se tenía que aplicar a la herida compuestos de acetato de cobre, óxido de plomo, alumbre mercurio, sal, pimienta, vino blanco o algunas heces de animales. (Pérez 1997)

Galeno (que su ídolo es Hipócrates) es considerado como uno de los últimos personajes que aportaron conocimientos y liderazgo a la medicina hasta la época de Vesalio en 1543. Se adentró en esta materia porque su padre soñó que Asclepio le ordenaba que su hijo estudiase medicina. Fue así como empezaron a proporcionar educación a Galeno que después se convertiría en uno de los principales fundadores de la medicina aportando nueve libros de anatomía, diecisiete de fisiología, seis de patología, catorce de terapéutica, treinta de farmacia, dieciséis sobre el pulso, entre otros; se dice que Galeno abarca absolutamente toda la medicina y que sus textos representan una síntesis del conocimiento médico antiguo. Este personaje histórico quería explicar todo y adoptó la teoría humorística pitagórica e hipocrática, para hacerlo. Retomó y elaboró la teoría de Hipócrates sobre la enfermedad como un desequilibrio de los humores. Su tratamiento principal consta de cuatro puntos. El primero es referido a la sangría, que se aplicaba con la idea de eliminar el humor excesivo responsable del desequilibrio o para derivarlo de un órgano a otro. El segundo es la dieta, que se usaba para evitar con base en los

alimentos que se siguiera produciendo el humor responsable del desequilibrio. El tercero es la purga, la cual tenía como objetivo eliminar con facilidad el exceso del humor causante de la enfermedad. El cuarto y último es el de las drogas, que con su variedad y obtenidas en su mayoría de plantas y animales podían aliviar junto con los otros puntos los problemas de los enfermos (Pérez 1997)

El último de los autores que la medicina considera como uno de los influyentes de este paradigma es Rene Descartes.

Rene Descartes, pensador francés, nació en el año de 1596 y murió en 1650. Es considerado como el padre de la filosofía moderna porque enriqueció la ciencia, las matemáticas, la filosofía, la física, la metafísica, la tecnología, la geometría analítica y la medicina. La frase característica de él y la racionalidad occidental es “pienso luego existo”.

La importancia de René Descartes para la medicina radica en su método para encontrar la verdad que lleva a separar la mente de la materia y concebirlas como entidades distintas, lo que hoy aún prevalece. Este método que se enumera en cuatro puntos sostiene y normaliza que la razón humana debe de estar por encima de todo conocimiento en el mundo. Los cuatro puntos son: 1 la evidencia, que menciona que no se debe dar por sentado o por verdadero algo que no ha sido comprobado con evidencia; 2 el análisis, que infunde desfigurar cualquier problema que se presente hasta en sus más mínimas cualidades; 3 la síntesis, que se refiere a recomponer el problema con la nueva conciencia; 4 la prueba, que comprueba el análisis y la síntesis para confrontar la idea que se está reelaborando. Este es el modelo que sigue la medicina para alcanzar el saber por lo que “...se llegó a concebir al universo como una máquina, al ser humano como un complicado mecanismo y a la enfermedad como la descompostura de la máquina humana” (Ortiz 2002 p.10)

Observando esta evolución de la medicina científica moderna es necesario volver al concepto de la enfermedad. Hemos visto que la enfermedad en un principio era un castigo divino, que después pasó a ser un malestar provocado por el clima o bacterias y que posteriormente se concibió como una falla en la

máquina que es el cuerpo. Actualmente la enfermedad según el diccionario de la real academia de la lengua española es la “alteración más o menos grave de la salud del cuerpo animal o vegetal”.

La tarea entonces de la medicina actual está en el punto de reparar los daños que la máquina corporal presenta como enfermedades con el objeto de prolongar la duración o aliviar a la misma.

Con todo lo anterior se podría entender que la medicina científica moderna observa y trata al sujeto como una máquina. Y sus dolencias físicas, mentales, emocionales, sentimentales, etc. no son mas que fallas en la máquina corporal que necesitan ser diagnosticadas mediante signos y síntomas para determinar una enfermedad y así después recetar un medicamento para aminorar o a veces “curar” los malestares que aquejan a las personas.

2 El uso de fármacos y la medicina

El inicio y la utilización de los medicamentos son muy antiguos y es difícil identificar específicamente cuando se empezaron a usar. Lo que sí se sabe es que la medicina comenzó a utilizar medicamentos que encontraba en la naturaleza para combatir las enfermedades o dolencias de las personas que demandaban ser curadas.

Lo que se utilizaba frecuentemente eran frutas, verduras, especias, flores, resinas, cortezas, entre otras; en cuanto a sustancias minerales se usaban el azufre, hierro, arsénico, cobre, bismuto, mercurio, etc.; y de origen animal (doméstico o salvaje) se usaban la carne, las vísceras, grasas y sangre.

Todos estos elementos eran recetados por los que practicaban la medicina y administrados mediante la ingestión natural, la cocción, machacados o macerados; pero para realizar esto, el experto médico primero tenía que prescribir el remedio, después proporcionarlo a un médico preparador para que

al final se le explicase al enfermo la forma de administración del medicamento (Moreno 2006)

Esta podría ser la actual faceta de la medicina y la farmacología, aunque en esta época es más amplio el panorama en el que se trabaja y las condiciones económicas, políticas y tecnológicas son diferentes, pero las enfermedades siguen persistiendo, aquejan a la población y sus orígenes datan de una nueva sociedad.

En este sentido, la ciencia que se encarga en la actualidad de estudiar los medicamentos, buscar los componentes químicos de los remedios naturales y crear nuevas medicinas sintéticas, es la farmacología.

La palabra farmacología viene del griego *pharmakon* que significa remedio o medicamento y *logos* que significa tratado, estudio, ciencia o colección (Mateos 2000)

La actual medicina tiene un vínculo muy estrecho con esta ciencia. La dependencia de los dos paradigmas viene desde los siglos XVIII y XIX cuando la medicina comienza a madurar y se desprende de las ideas galénicas que destacaban la complejidad agresiva de la polifarmacia que hacía que los mismos médicos observaran con desconfianza sus recursos. También en ese mismo tiempo apareció una corriente considerada hipocratismo que profesaba la desconfianza de las posibilidades terapéuticas de los fármacos (Moreno 2006)

El precursor de la farmacología fue el alemán Buchheim en el año de 1850, cuando la química aparece como disciplina moderna y aporta nuevos conocimientos para desarrollar medicamentos modernos. Buchheim crea el primer instituto de farmacología experimental de su tiempo y sus seguidores hicieron que la farmacología y la terapéutica experimental establecieran los conocimientos precisos de la relación entre composiciones químicas de los fármacos y la acción biológica de los mismos. “La síntesis de la urea en 1828 por Wöhler demostró que la materia orgánica puede ser producida

artificialmente en el laboratorio, aunque la evolución de la química hizo patente otro hecho no menos importante como fue la capacidad del hombre para obtener también por síntesis, sustancias no existentes en la naturaleza y capaces de tener acciones no conseguidas por las sustancias naturales” (Moreno 2005 pág.1)

Los medicamentos vienen a ser entonces el tratamiento principal de la medicina alópata. Su difusión en el mundo creó la necesidad de consumo en las personas enfermas y sus creadores exponen la idea de que son la síntesis extraída de los remedios naturales. Aunque en algunas ocasiones se crean nuevos medicamentos con una composición química que en la naturaleza no existen.

En el artículo 221 de la Ley General de Salud, publicada en el diario oficial de la federación el siete de febrero de 1984 y reformada y publicada el catorce de febrero de 2006 en la página 58 dice acerca de los medicamentos:

Artículo 221.- Para los efectos de esta Ley, se entiende por:

I. Medicamentos: Toda sustancia o mezcla de sustancias de origen natural o sintético que tenga efecto terapéutico, preventivo o rehabilitatorio, que se presente en forma farmacéutica y se identifique como tal por su actividad farmacológica, características físicas, químicas y biológicas. Cuando un producto contenga nutrimentos, será considerado como medicamento, siempre que se trate de un preparado que contenga de manera individual o asociada: vitaminas, minerales, electrolitos, aminoácidos o ácidos grasos, en concentraciones superiores a las de los alimentos naturales y además se presente en alguna forma farmacéutica definida y la indicación de uso contemple efectos terapéuticos, preventivos o rehabilitatorios.

II. Fármaco: Toda sustancia natural, sintética o biotecnológica que tenga alguna actividad farmacológica y que se identifique por sus propiedades físicas, químicas o acciones biológicas, que no se presente en forma farmacéutica y

que reúna condiciones para ser empleada como medicamento o ingrediente de un medicamento;

III. Materia prima: Sustancia de cualquier origen que se use para la elaboración de medicamentos o fármacos naturales o sintéticos;

IV. Aditivo: Toda sustancia que se incluya en la formulación de los medicamentos y que actúe como vehículo, conservador o modificador de alguna de sus características para favorecer su eficacia, seguridad, estabilidad, apariencia o aceptabilidad, y

V. Materiales: Los insumos necesarios para el envase y empaque de los medicamentos.

En el artículo 224 de esta misma ley se dice que los medicamentos se clasifican en dos puntos. El primero es por su forma de preparación en donde se encuentran los magistrales, oficinales y de especialidades farmacéuticas; los magistrales son los medicamentos preparados conforme a la fórmula prescrita por un médico; los oficinales, se dan cuando la preparación se realiza de acuerdo a las reglas de la farmacopea de los Estados Unidos Mexicanos; y las especialidades farmacéuticas, se refieren a cuando los medicamentos se preparan con fórmulas autorizadas por la Secretaría de Salud en establecimientos de la industria químico farmacéutica. El segundo punto es referido a la naturaleza del medicamento, que expone a los allopáticos, homeopáticos y herbolarios. Los allopáticos son todas aquellas sustancias o mezclas de sustancias de origen natural o sintético que proporcionen un resultado terapéutico o rehabilitatorio y que se presenten en forma farmacéutica y se identifique como tal por su actividad farmacológica, características físicas, químicas y biológicas y se encuentre registrado en la farmacopea de los Estados Unidos Mexicanos para medicamentos allopáticos; los homeopáticos, son todas aquellas sustancias o mezclas de sustancias de origen natural o sintético que tenga efecto terapéutico, preventivo o rehabilitatorio y que sea elaborado de acuerdo con los procedimientos de fabricación descritos en la Farmacopea Homeopática de los Estados Unidos

Mexicanos y de las de otros países u otras fuentes de información científica nacional e internacional; y los herbolarios, que se refieren a los productos elaborados con material vegetal o algún derivado de él, y que su ingrediente principal es la parte aérea o subterránea de una planta o extractos y tinturas. Aquí se engloban los jugos, resinas, aceites grasos y esenciales, los cuales tienen que presentarse en forma farmacéutica, y su eficacia terapéutica y seguridad deben ser confirmadas científicamente en la literatura nacional o internacional.

La sociedad y cultura contemporánea están llenas de tecnología lo cual sirve de herramienta para transmitir y difundir en los medios de comunicación con estrategias de ventas o trucos publicitarios los logros de la medicina y la farmacología así como sus nuevos métodos de tratamiento y medicamentos de punta que actúan sobre la enfermedad.

“Cuando a través de los medios de comunicación nos llega la noticia de la obtención de un nuevo medicamento, lo solemos recibir con indiferencia si no nos afecta ó, en el mejor de los casos, nos congratularemos con el descubrimiento. Pero, pocas veces intentaremos reflexionar acerca de las dificultades, problemas ó motivaciones que guiaron al investigador hacia la molécula que habría de constituir el medicamento. Y la verdad es que, si así lo hiciéramos, entraríamos en un complejísimo mundo con un intenso atractivo que nos puede deparar alguna sorpresa” (Zaragoza 2006)

En el mercado farmacéutico existen dos divisiones, los fármacos recetados y los automedicados. Los recetados son conocidos como fármacos controlados, se pueden encontrar en las farmacias pero para su obtención es necesaria la receta del médico el cual es el único que puede recomendar estos medicamentos. Los de automedicación se refieren a una variada gama de terapias para tratar principalmente trastornos del aparato respiratorio, pero también existen otros medicamentos que sirven como analgésicos, vitaminas, minerales y complementos alimenticios. Esta última forma de medicamentos representan el 13.4% del mercado farmacéutico en el mundo.

El primer lugar en el consumo de los fármacos lo tiene Estados Unidos de América con el 49%, Alemania, Francia, Italia, Reino Unido y España en conjunto tienen el segundo lugar en consumo de fármacos con el 25% y Japón ocupa el tercer lugar con el 11% (Zavaleta 2006)

Todos los medicamentos son producidos en aproximadamente 200 laboratorios tanto nacionales como extranjeros que abastecen la demanda nacional en 95% y el resto del porcentaje se cubre con importaciones. Estas importaciones se concentran en diez empresas farmacéuticas internacionales como Pfizer, Glaxo, Sanofi-Aventis, Johnson & Johnson, MSD, Novartis, AstraZéneca, Roche, Bristol Myers Squibb y Wyeth. Y las diez principales clases terapéuticas que más se venden en el mundo son los reductores de colesterol y triglicéridos, antiulcerosos, citostáticos, antidepresivos, antipsicóticos, clases terapéuticas, antiirreumáticos no esteroideos, inhibidores de la angiotensina 2, calcio antagonistas, derivados de la EPO y antiepilépticos. Nuestro país tiene el décimo lugar a nivel mundial en el tema de mercado farmacéutico y su aportación económica por las compras realizadas tienen un valor anual de alrededor de 7.7 miles de millones dólares (Zavaleta 2006)

Con lo anterior podemos observar que los medicamentos están amparados por la ley y que existen normas para utilizarlos y difundirlos. La vasta variedad de fármacos que existen en nuestro país pueden conseguirse en farmacias o en establecimientos de auto prestigio apareciendo en formas de comprimidos, cremas, gotas, grajeas, granulados efervescentes, inyecciones, jarabes, pomadas, suspensiones, ungüentos, supositorios, etc. La medicina alópata emplea todos estos medicamentos y sus formas, con el objetivo de alargar la vida del paciente y resolver, curar o aliviar las fallas, enfermedades o molestias que la máquina corporal presenta por algún descuido, por algún accidente o por transmisión.

En el caso particular de este estudio que se enfoca en la gastritis se va a observar en las páginas siguientes como es que la medicina alópata trata y aborda esta enfermedad.

3 El Aparato Digestivo

El esquema general del aparato digestivo (fig. 1) está conformado por: 1 las glándulas salivares, 2 cavidad bucal, 3 epiglotis, 4 esófago, 5 estómago, 6 esfínter pilórico, 7 páncreas, 8 ducto pancreático, 9 colon, 10 recto, 11 ano, 12 intestino grueso, 13 apéndice, 14 ciego, 15 ileon, 16 duodeno, 17 intestino delgado, 18 hígado, 19 vesícula biliar, 20 ducto biliar, 21 diafragma, 22 tráquea, 23 lengua y 24 boca.

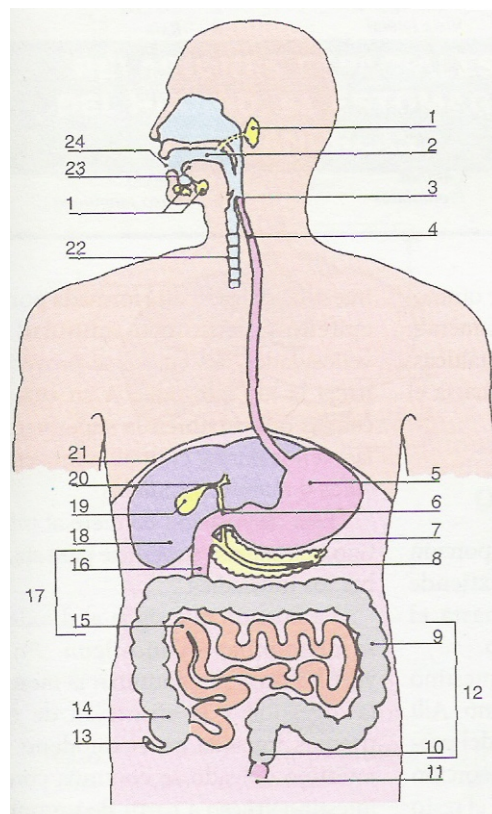


Figura 1

Fuente: Gran Enciclopedia Ecisa. (2001). *Anatomía y fisiología*. Colombia: Editorial norma. Pp. 153-157

Todos los órganos trabajan en conjunto, para generar la digestión que es el proceso en el cual se sintetizan los alimentos en moléculas para que puedan ser absorbidas y transportadas a cada célula del cuerpo y proporcionarlas de energía que provienen de los nutrientes. A su vez dentro de esta misma función

existe otra que se ocupa de evacuar las sustancias de desecho que se generan con la digestión.

En algunas ocasiones el sistema digestivo se puede observar y estudiar con las partes más significativas que son un conjunto de órganos conformado por la boca, la faringe, el esófago, el estómago, el intestino delgado y el intestino grueso, que son los que en la bibliografía básica se pueden encontrar.

La boca tiene como función recibir los alimentos para ser triturados por los dientes gracias al movimiento de la mandíbula. Los tipos de dientes tienen sus funciones específicas, como los incisivos que cortan los alimentos, los caninos que desgarran y los molares y premolares que trituran los alimentos para que puedan pasar al siguiente proceso de digestión.

Después de que alimento es triturado, pasa por la faringe que es la vía de la digestión y respiración. Su función digestiva se refiere principalmente a deglutir el alimento que masticaron los dientes mediante su contracción muscular. En colaboración con la epiglotis (que se ubica en la entrada de la laringe) las partículas de alimento no entran al aparato respiratorio.

Posterior a esto el alimento pasa por el esófago que está unido con la faringe para llevarlo al estómago. El esófago es como un tubo que lleva la carga alimenticia al estómago.

Ya que el alimento pasó por los órganos anteriores, llega al estómago. El estómago se considera como un saco elástico con paredes musculares resistentes. En esta pared se encuentra una capa mucosa que tiene pliegues denominados criptas, las cuales contienen glándulas que secretan moco, pepsina y ácido clorhídrico. Cuando los jugos gástricos actúan en la comida la transforman en un fluido que tiene el nombre de quimo. El quimo pasa por el píloro que es el órgano que lleva al intestino delgado.

El intestino delgado es la conexión entre el píloro y el intestino grueso. Dentro de este órgano se encuentra colaborando el duodeno que es en donde se

lleva acabo la mayor parte del proceso digestivo. El Intestino delgado tiene la función de absorber los nutrientes que en el duodeno pasan mediante la ayuda de sus vellosidades y microvellosidades.

Después de que el Intestino Delgado absorbió los nutrientes necesarios para el cuerpo pasa los desechos al intestino grueso. Para identificar al intestino grueso basta con observar el tamaño que es más grande que el Intestino Delgado. El Intestino Grueso, tiene la función de extraer el agua y los sales minerales del quimo enviado por el Intestino Delgado. Cuando se crea la materia fecal y llega al recto se estimula la ampolla rectal y se contrae para expulsar las heces.

El aparato digestivo en conclusión es un sistema complejo en el que los alimentos que entran por la boca pasan por los conductos que llevan al estómago el cual descompone los alimentos para que el duodeno y el intestino delgado se encarguen de absorber los nutrientes esenciales para vivir y que posteriormente sean llevados al intestino grueso que también absorbe los últimos nutrientes pero este evacua por el recto los desechos que el cuerpo no necesita. Con esto se cumple la función de un ciclo alimenticio.

4 El estómago

El estómago como vimos es un aparato receptor de alimentos que tiene la capacidad de descomponerlos para pasarlos a otros órganos y nutrir el cuerpo. Es un órgano muy importante porque es el primero que recibe los nutrimentos para poder vivir, por lo que se tiene que tener un cuidado muy adecuado y estricto aparte de una conciencia alimenticia. Antes de conocer la gastritis debemos saber, qué es el estómago por lo que este apartado se encargará brevemente de este órgano.

EL estómago (ver figura 2) es una pieza del cuerpo humano que puede albergar por un tiempo el alimento que es ingerido y modificarlo en una

sustancia llamada quimo. Su capacidad de volumen puede ser de .5 a 5 litros de alimento (Sanford 1984)

Este órgano une en su parte superior al esófago y en su parte inferior al duodeno. Su localización está en la parte izquierda del abdomen, su diámetro longitudinal mide entre 25 y 30 centímetros y transversalmente se puede encontrar hasta de 12 centímetros. Cuando el estómago no tiene alimento que digerir (está vacío) sus paredes se contraen dando una forma de acordeón (ver figura 3). Por el contrario si al estómago se le proporciona alimento sus paredes se alisan. Este alimento proporcionado se descompone en partículas pequeñas gracias al jugo gástrico que segrega el estómago; se considera que el ácido principal en el estómago es el ácido clorhídrico que se ocupa de destruir cualquier bacteria o microorganismo que es llevado con el alimento. En caso de que el estómago esté vacío mucho tiempo, el ácido clorhídrico puede disolver las paredes del estómago provocando malestares o enfermedades en esta parte del cuerpo (King 2001)

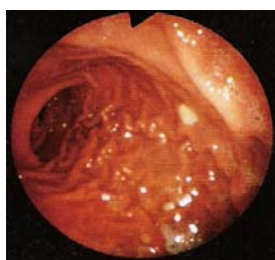


Figura 2
Estómago sano

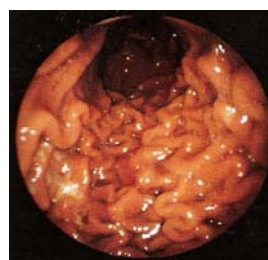


Figura 3
Estómago sano sin alimento

Fuente: Atlas de gastroenterología clínica (1995). El estómago. Editorial Mosby/Doyma libros 2da. Edición. Madrid: España. Pp. 2.8-2.16

Los desempeños del estómago se perciben muy variados, pero algunos son muy reconocidos e importantes y se necesitan mencionar para entender el proceso de digestión. Dentro de estos se encuentra que el estómago posee cuatro funciones que se exponen en: 1) motora, 2) secretora, 3) antibacteriana y 4) de protección de la mucosa. La parte motora explica que el estómago sirve como depósito de los alimentos que están rodeados por líquidos que son expulsados rápidamente por el gradiente de presión entre el estómago y el duodeno; y los sólidos son los que se quedan para ser convertidos en quimo.

La función secretora nos dice que el líquido que rodea el alimento es jugo gástrico y que se produce entre 1000 y 1500 mililitros diarios, este jugo está conformado por ácido clorhídrico, sodio, potasio, calcio, magnesio, sulfato, bicarbonato, pepsina, renina, lipasa, gelatinasa, lisosima, ureasa, anhidrasa carbónica y diversos tipos de moco, todo para que la digestión sea óptima. La función antibacteriana actúa en el estómago y el duodeno lo cual hace que éstos sean estériles y los proteja gracias al ácido clorhídrico y a la pepsina. Por último la protección de la mucosa (que es esencial para las paredes del estómago) es resultado del trabajo de las prostaglandinas que incrementan la secreción de moco y bicarbonato para que no se disuelva por la pepsina y el ácido clorhídrico (Gómez 2003)

Debemos tomar en cuenta que el ponerle atención al estómago ayuda a que éste permanezca en buenas condiciones y no genere problemas. Hemos visto que la función principal del estómago es deshacer con sus jugos gástricos los alimentos y si no se toma en cuenta este proceso lo que puede ocurrir es que las paredes del estómago se disuelvan como si fueran comida ante la falta de alimento, provocando enfermedades gástricas como la gastritis (ver figura 4) que es el tema que se está abordando en este trabajo, después pasa a ser una úlcera (ver figura 5) y que por último evoluciona a un cáncer gástrico (ver figura 6). Las dos primeras enfermedades son muy comunes y si no son atendidas con tiempo pueden provocar algo irrevocable como el cáncer.

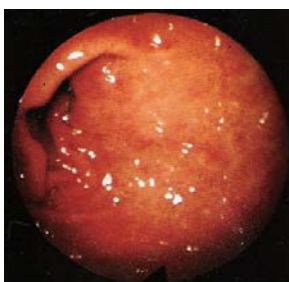


Figura 4
Gastritis

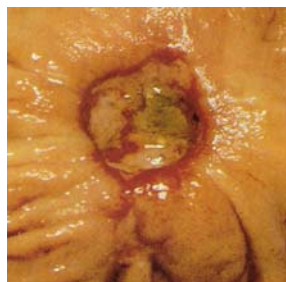


Figura 5
Úlcera gástrica

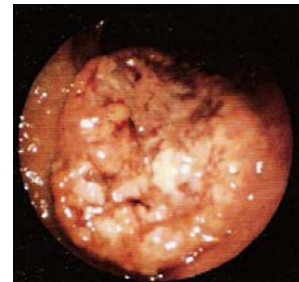


Figura 6
Cáncer gástrico

Fuente: Atlas de gastroenterología clínica (1995), El estómago. Editorial Mosby/Doyma libros 2da. Edición. Madrid: España. Pp. 2.8-2.16

5 ¿Qué es la gastritis?. Formas variadas de la enfermedad

La actividad del estómago es producir ácidos, pero esos ácidos en ciertas ocasiones pueden destruir las paredes del estómago o duodeno por agentes causales previos, produciendo las molestias estomacales como la gastritis a tal punto que puede llegar a causar úlceras y posteriormente cáncer.

El significado que proporciona uno de los diccionarios de la medicina alópata, es que la gastritis “no es una enfermedad única, sino más bien un grupo de alteraciones que tienen en común la aparición de procesos inflamatorios en la mucosa gástrica, pero con distintas características clínicas e histológicas y una patogenia variada” (Harrison 1994, pág. 1583)

Es decir, la gastritis es una enfermedad reconocida por la irritación de la mucosa gástrica provocada por los jugos que segrega.

5.1 Síntomas

Se dice que el concepto claro y preciso de la gastritis no se conoce dentro de la medicina alópata, por lo que únicamente se puede encontrar que el término gastritis se ha utilizado muy vagamente para significar los procesos más diversos.

En efecto, el clínico lo aplica para referirse a síntomas gastrointestinales altos mal definidos, el endoscopista ve por los tubos anomalías de la mucosa que llama gastritis y que no siempre son registradas por el histólogo, y por último, el radiólogo que tiene también sus propios criterios. El uso del término gastritis debe quedar restringido a toda lesión difusa de la mucosa gástrica identificable histológicamente como inflamatoria (Howara 1986)

Los factores causales específicos de la gastritis son difíciles de determinar y más aún se desconoce la relación precisa con la úlcera y el cáncer.

El diccionario de medicina y ciencias de la salud (1995) nos explica que la gastritis se puede presentar de dos formas: 1) Gastritis de forma aguda, la cual puede estar producida por quemaduras graves, cirugía mayor, aspirina u otros

agentes inflamatorios, corticoides, fármacos o alérgenos alimentarios, o por la existencia de toxinas virales, bacterianas o químicas. Los síntomas aparecen como anorexia, náuseas, vómitos y molestias después de las comidas y suelen desaparecer retirando el agente causante. 2) Gastritis crónica que suele ser un signo de enfermedad subyacente, como úlcera péptica, cáncer de estómago, síndrome de Zollinger-Ellison o anemia perniciosa.

Abreu (1991) menciona que dentro de las gastritis agudas se encuentra dividida por subtipos tales como: gastritis aguda superficial, aguda exógena o aguda erosiva, gastritis corrosiva, gastritis infecciosa y gastritis flemonosa.

La gastritis aguda es una enfermedad autolimitada, caracterizada por anorexia, náusea y vómito; se debe a la infección aguda e inflamación de la mucosa gástrica (Powell 1993).

En este tipo de gastritis, se puede observar (ver figura 7) que la mucosa gástrica está enrojecida, y se presentan características en formas de flama, es decir son imágenes rojizas mejor conocidas como hemorragias y se pueden presentar en solo una parte del estómago o en toda la esfera gástrica. Clínicamente existe ardor o dolor en el epigastrio o lo que se conoce comúnmente como boca del estómago y puede haber una diversidad de sintomatología como náuseas, mareos, vómito, etc. Pero es frecuente encontrar también síntomas relacionados al reflujo gastroesofágico como es la acidez, agruras, quemazón de pecho etc. (Murra 2005).

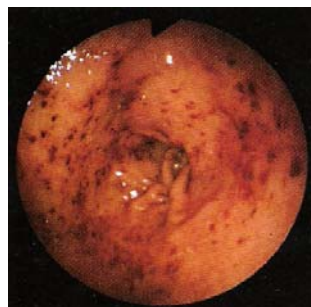


Figura 7. Gastritis aguda

Fuente: Atlas de gastroenterología clínica (1995), El estómago. Editorial Mosby/Doyma libros 2da. Edición. Madrid: España. Pp. 2.8-2.16

Esta forma de gastritis es una enfermedad muy frecuente en la población y tratada de manera correcta y a tiempo es curable, aunque las recaídas son frecuentes por no seguir correctamente el tratamiento. Los síntomas de estas gastritis son dolores o molestias difusas en el estómago, náuseas con o sin vómitos y molestias digestivas inespecíficas (gases, hinchazón, eructos, digestión prolongada, etc.). Los cuadros muy agudos pueden producir dolores severos que pueden confundirse con una úlcera gástrica por lo que el médico debe analizar cuidadosamente el estómago realizando pruebas diagnósticas.

En el caso de la gastritis crónica, los síntomas principales que aparecen son: deficiencia de hierro, deficiencia gradualmente mayor de vitamina B12 (anemia perniciosa), glositis, náuseas, anorexia, vómito y depresión (Read 1985).

La sintomatología se caracteriza por grados diversos de infiltración de la mucosa con células mononucleares y polimorfonucleares, atrofia glandular y metaplasma intestinal. La gastritis crónica se clasifica según su etiología: La gastritis tipo A afecta al cuerpo y fondo aunque respeta el antro. Hay anticuerpos a células parietales que se considera causan daño a la mucosa y conducen a atrofia glandular. La gastritis tipo B se asocia con úlcera péptica. La afección del antro es notable, aunque suele respetar al cuerpo del estómago. La atrofia glandular no es una característica principal, y se mantiene la secreción gástrica. La gastritis ambiental se presenta en zonas donde el cáncer gástrico es frecuente. Afecta tanto al antro como al cuerpo del estómago. Hay asociación con úlcera gástrica benigna y con carcinoma gástrico (Powell 1993).

También en esta gastritis se encuentra una bacteria denominada H. Pylori es denominada como un bacilo curvo que afecta o contribuye a degradar el estómago.

En ciertas ocasiones no presenta síntomas, pero se ha relacionado con la gastritis aguda y más con la crónica porque se encuentra una correspondencia con la inflamación y con el número de folículos linfoides (Yamada 2000)

La gastritis crónica es una entidad endoscópica e histológica en donde la mucosa gástrica se observa pálida con segmentos descoloridos a nivel histológico, (ver figura 8), se observan las glándulas gástricas en menor cantidad, con trastornos en su distribución y morfología; Sus síntomas clínicos en general son inespecíficos (Murra 2005)



Figura 8. Gastritis crónica

Fuente: Atlas de gastroenterología clínica (1995), El estómago. Editorial Mosby/Doyma libros 2da. Edición. Madrid: España. Pp. 2.8-2.16

Aunque no existe una causa específica para que se desarrolle la gastritis, existen aspectos que se consideran importantes para la realización de esta enfermedad; estos aspectos se dividen en exógenos y endógenos, los exógenos se refieren a los alimentos irritantes, las bebidas calientes, tabaco, café, alcohol, medicamentos, etc. Y los endógenos hacen referencia a los trastornos metabólicos (uremia), infecciones, “stress”, desnutrición, entre otros.

5.2 Diagnóstico

La gastritis únicamente se diagnostica mediante la radiología y la endoscopia prescrita y aplicada por un médico, o un gastroenterólogo.

La endoscopia (ver figura 9) es un procedimiento médico en donde se utiliza un endoscopio. Un endoscopio, es un dispositivo médico que consiste en una cámara montada sobre un tubo flexible acompañado de luz que se utiliza para mirar dentro de una cavidad u órgano corporal y que se inserta a través de una abertura natural, como la boca, el recto o la vagina, dependiendo de lo que se vaya a analizar. También se puede insertar este aparato en alguna otra parte

del cuerpo siempre y cuando se haga una pequeña incisión para introducir el endoscopio (Enciclopedia médica, 2004).

En resumen el endoscopio es un dispositivo flexible de fibra óptica con una luz y una cámara en la punta que ayuda al médico a observar el interior de ciertos órganos internos. Cuando el endoscopio es insertado por la boca, el revestimiento o mucosa del esófago, estómago y parte superior del duodeno pueden ser examinados visualmente para detectar cualquier anomalía o tumor.



Figura 9. Endoscopía

Fuente: MedlinePlus (2004) Enciclopedia médica: endoscopía gástrica [En red]. Disponible en: http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/esp_imagepages/8773.htm

Por otro lado, la radiología según Alvarez en 1995, es una rama de la medicina que se ocupa de las sustancias radiactivas que se usan a través de diversas técnicas de visualización, del diagnóstico y tratamiento de enfermedades utilizando cualquiera de las diversas fuentes de energía radiante. Una de las ramas de la radiología es la medicina nuclear, que se dedica a representar imágenes de órganos corporales mediante materiales radiactivos; otra rama, es la radiología diagnóstica, que se ocupa principalmente de la representación por imagen utilizando fuentes externas de radiación, y por último la rama de la

radiología terapéutica, que se encarga del tratamiento del cáncer mediante la utilización de radiación.

Estos aparatos no se utilizan siempre en los diagnósticos de las enfermedades ya que existen otras formas de cómo hacerlo.

Una de ellas es diagnosticar la gastritis conociendo la correlación entre el agente causal y la sintomatología. Es decir si no se encuentran fenómenos hemorrágicos y la sintomatología es directa no es indispensable trabajar con la endoscopia y solamente se debe avocar al tratamiento.

5.3 Tratamiento

La medicina alópata después de diagnosticar una gastritis se ocupa de aliviar o curar los malestares provocados por distintos agentes causales con fármacos acompañados de una dieta balanceada para recuperar el estado normal y óptimo del estómago y sus funciones.

El principal objetivo entonces consiste en calmar el dolor por medio de los analgésicos aplicados por vía parental y neutralizar el efecto de los ácidos gástricos con sustancias determinadas dependiendo de la gravedad de los síntomas.

Los pasos a seguir para el tratamiento de la gastritis son: 1 Ayunar las primeras 24 o 48 horas. Ingerir solución glucosaza y solución salina para completar líquidos. Posteriormente se proporciona una dieta blanda libre de excitantes gástricos; 2 Someterse a un lavado gástrico con soluciones salinas o bicarbonatadas al 1% de acuerdo a la acidez gástrica; 3 Soluciones parentales y electrolitos de acuerdo a las necesidades; 4 Consumir antiácidos y anticolinérgicos compuestos de hidróxido de aluminio y magnesio a dosis de una cucharada cada 2 o 3 horas y en caso de sangrado se debe usar carbonato de calcio. Si el dolor persiste se debe añadir al antiácido un anestésico local de tipo oxetazina y la dosis es una cucharada de 15 a 30 minutos antes de los alimentos. En esta fase también se utilizan anticolinérgicos; 5 Reducir la acidez gástrica con isómeros; y 6 Antagonistas de los receptores H₂. Se recomienda proporcionar cimetidina en dosis de 300 mg.

tres o cuatro veces en 24 horas ya que es el medicamento que tiene menos efectos colaterales indeseables. Con este tratamiento se asegura que se puede curar la gastritis y que es raro el fracaso terapéutico además en ocasiones los reportes expuestos dicen que se puede complementar lo anterior con la utilización y administración de nitrato de plata al .25% en media cucharada con 250 ml de agua antes de los alimentos y señalan que no se presenta argirismo ni toxicidad (Abreu, 1991)

En el tratamiento más común dentro de la alopátia se presentan otros fármacos que son utilizados y recomendados por los médicos para tratar esta enfermedad los cuales son sencillos de utilizar. Por conocer algunos, se describen ciertos medicamentos que se proponen en el diccionario de especialidades farmacéuticas (2003) con los que se trata este malestar.

ALMAX es un antiácido que se presenta en suspensión y tabletas. La compañía encargada es Almirall. La suspensión y tabletas masticables contienen almagato. No se debe administrar durante el embarazo, lactancia o si el paciente presenta hipersensibilidad a la fórmula del medicamento.

DIGENOR PLUS se presenta en cápsulas para regular la motilidad intestinal, es un antiemético y antiflatulento. Su principio activo es la metoclopramida, dimeticona y papaína. La compañía encargada de este medicamento es Rudefsa. No se debe administrar si existe hipersensibilidad en el paciente por el contenido de la fórmula.

DITOPAX-F es un antiácido y antiflatulento presentado en suspensión y cápsulas masticables. Su principio activo es el aluminio, magnesio, simeticona y carbonato de calcio. No se debe administrar si aparece hipersensibilidad a los componentes de la fórmula. La compañía encargada es Schering-Plough.

ESPAVEN ALCALINO es un antiflatulento y antiácido presentado en suspensión y tabletas masticables, la compañía encargada es ICN. El principio activo de las tabletas y la suspensión es baja en contenido de sodio, se encuentran dióxido de aluminio, magnesio y dimeticona. No se debe administrar si hay hipersensibilidad a los componentes activos.

GALIDRIN es un antiulceroso que se encuentra en solución inyectable. La compañía encargada es Probiomed. El principio activo de la solución es ranitidina. No se debe administrar a personas hipersensibles a la ranitidina o que tengan úlceras gástricas malignas.

GELAN PLUS es un antiácido, antiflatulento con bajo contenido de sodio. Se presenta en suspensión y su principio activo es aluminio, magnesio y dimeticona. La compañía encargada es Chirion. No se debe emplear en insuficiencia renal, cálculos de vías urinarias e hipersensibilidad a los componentes de la fórmula.

MTX-2ALF es un polvo soluble para el tratamiento de trastornos digestivos. Su principio activo mononitrato de tiamina, la compañía encargada es Invest. Filosof. Y y Cient. No contiene contraindicaciones.

NEXIUM-MUPS son tabletas de esomeprazol que inhibe la bomba de protones. La compañía encargada es Astrazeneca. No se debe administrar si hay hipersensibilidad al esomeprazol o cualquier componente de la fórmula.

NOAX 3 es un antiácido, antiflatulento de alta concentración presentado en gel. Su componente activo es hidróxido de aluminio, hidróxido de magnesio y simeticona. La compañía encargada es AF. No se debe administrar en insuficiencia renal o si se observa hipersensibilidad a los principios activos.

PALATRIN es un tratamiento de la úlcera péptica, se presenta en tabletas con capa entérica, la compañía encargada es Degot's, su principio activo es lanzoprazol no se recomienda usarlo en menores de doce años o si se presenta hipersensibilidad a los componentes.

PRAMIGEL es un procinético gástrico, antiemético, demulcente y antiflatulento. Se encuentra en comprimidos y suspensión. La empresa encargada es Carnot. Su principal contenido activo es la metoclopramida, hidróxido de aluminio y magnesio, y dimeticona. No se debe suministrar si existe hipersensibilidad a los componentes activos, hemorragia gastrointestinal, pancreatitis o apendicitis aguda entre otras.

SABRO es un antiácido en comprimidos masticables y suspensión, la compañía encargada es Senosian y su fórmula activa es aloglutamal. No se debe administrar si existe anaclorhídria e hipersensibilidad al medicamento.

STELABID es un tranquilizante para el tratamiento de enfermedad ácido péptica inducida por estrés. Se encuentra en grageas y no debe administrarse en pacientes con glaucoma, obstrucción pilórica, hipertrofia prostática y lesiones intestinales obstructivas, náuseas y vómito. La compañía encargada es Armstrong y su componente activo es Trifluoperazina/isopropamida.

TALCID es un antiácido en suspensión y tabletas masticables. La compañía encargada es Bayer y su componente activo es hidrotalcita. No debe administrarse a niños menores de seis años o que el paciente presente hipersensibilidad a la sustancia activa, y en su defecto debe evitarse si existe insuficiencia renal.

ULSAVEN se presenta en grageas y es un antiulceroso, compuesto por ranitidina. La empresa encargada es Collins. No se debe administrar en pacientes que tengan hipersensibilidad a los componentes de la fórmula o con úlcera gástrica maligna.

ULTRAN es un antiulceroso de solución inyectable o presentado también en tabletas. La compañía encargada es Randall. Su fórmula activa es ranitidina y no se debe usar en cirrosis hepática y renal.

UNIVAL es un antiulceroso presentado en tabletas. La compañía encargada es Senosiain. Su componente activo es sucralfato que no se debe administrar si el paciente tiene hipersensibilidad a los componentes de la fórmula.

5.4 Resultados

Con lo que respecta a los resultados de los medicamentos mencionados en el tratamiento, existen algunas descripciones y consecuencias en cuanto a las reacciones secundarias y alteraciones en los resultados de pruebas de laboratorio según el diccionario de especialidades farmacéuticas (2003).

ALMAX supuestamente es bien tolerado. Ocasionalmente se han comunicado diarreas, generalmente este síntoma es leve y transitorio, cediendo tras la suspensión del tratamiento. Debido a que almagato no se absorbe, no existe alteración en las pruebas de laboratorio.

DIGENOR PLUS discreta somnolencia en personas sensibles a la metoclopramida. Ocasionalmente galactorrea. Excepcionalmente pueden presentarse efectos extrapiramidales que desaparecen en 24 horas con el ajuste de la dosis. Puede aumentar las cifras de prolactina en sangre.

DITOPAX-F en algunos casos puede presentar una discreta acción constipante o laxante. Modifica el pH urinario.

ESPAVEN ALCALINO puede ocasionar diarrea o constipación. Modifica el pH urinario.

GALIDRIN presenta reacciones secundarias que denomina raras, ocasionales y por lo general leves. Sistema nervioso central: Vértigo, mal estado general, somnolencia, insomnio. En pacientes graves: confusión, agitación, depresión y alucinaciones. Sistema cardiovascular: Taquicardia, bradicardia, extrasístoles ventriculares. Tubo digestivo: Náuseas, vómito, diarrea, estreñimiento, dolor abdominal, bezoar. Hígado: La administración de ranitidina produce en raras ocasiones aumento de la transaminasa glutámico-pirúvica y hepatitis reversible con o sin ictericia. Sistema musculoesquelético: Artralgias. Sistema hematopoyético: Leucopenia, granulocitopenia, trombocitopenia y pancitopenia. Sistema endocrino: Ginecomastia, impotencia y pérdida de la libido en hombres, aunque la frecuencia no difiere de la existente en la población general. Piel: Exantemas, alopecia. Otras reacciones poco frecuentes: Hipersensibilidad manifestada por broncospasmo, fiebre, exantema, eosinofilia y elevación de la creatinina sérica. Durante el tratamiento con ranitidina puede haber resultados falsos-positivos en las pruebas para detección de proteínas en orina mediante tiras reactivas.

GELAN PLUS a dosis terapéutica, no se conocen hasta la fecha efectos

secundarios pero en ocasiones se presenta estreñimiento; en grandes dosis puede causar diarrea. En pacientes con insuficiencia renal se ha reportado nefrolitiasis por su bajo contenido de sodio. La orina puede presentar modificaciones del pH.

MTX-2ALF no ha presentado o no ha reportado casos de reacciones secundarias como resultado de su uso.

NEXIUM-MUPS ha presentado reacciones adversas que se han identificado o sospechado en los estudios clínicos con esomeprazol; sin embargo, se dice que ninguna dependió de la dosis. Las reacciones más frecuentes son: cefalea, dolor abdominal, diarrea, flatulencia, náusea/vomito y constipación. Poco frecuentes: dermatitis, prurito, urticaria, mareo y boca seca. Sistema nervioso central y periférico: Parestesia, somnolencia, insomnio, vértigo, confusión mental reversible, agitación, agresión, depresión y alucinaciones, predominantemente en pacientes gravemente enfermos. Endocrinas: Ginecomastia. Gastrointestinales: Estomatitis y candidiasis gastrointestinal. Hematológicas: Leucopenia, trombocitopenia, agranulocitosis y pancitopenia. Hepáticas: Aumento de las enzimas hepáticas, encefalopatía en pacientes con enfermedades hepáticas severas preexistentes; hepatitis con o sin ictericia e insuficiencia hepática. Musculoesqueléticas: Artralgia, debilidad muscular y mialgia. Cutáneas: Rash, fotosensibilidad, eritema multiforme, síndrome de Stevens-Johnson, necrólisis epidérmica tóxica y alopecia. Otras: Malestar general, reacciones de hipersensibilidad; por ejemplo, angioedema, fiebre, broncospasmo, nefritis intersticial y choque anafiláctico. Diaforesis, edema periférico, visión borrosa, alteración del gusto e hiponatremia. No existen datos de alteraciones en pruebas de laboratorio

NOAX 3 en presencia de insuficiencia renal puede causar depresión del sistema nervioso central. A grandes dosis puede causar estreñimiento y/o diarrea.

PALATRIN es bien tolerado a largo plazo. Se pueden llegar a presentar reacciones (probablemente relacionadas con lansoprazol) como: diarrea,

cefalea, mareo, náuseas, constipación, síntomas del tracto respiratorio y en casos muy raros, rash cutáneo. En algunas ocasiones se pueden llegar a presentar anemia, leucopenia y trombocitopenia. También se pueden presentar resultados elevados en pruebas de triglicéridos y colesterol. En muy raras ocasiones pueden ocurrir alteraciones en las determinaciones de transaminasas (TGO y TGP), gastrina sérica, fosfatasa alcalina, creatinina, bilirrubina y globulinas.

PRAMIGEL en pacientes sensibles los primeros días de tratamiento y/o a dosis elevadas provoca somnolencia y laxitud. 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.

SABRO hasta el momento, no hay información que reporte la presencia de reacciones secundarias. Debido a que SABRO no se absorbe, no hay reportes acerca de la alteración en las constantes de laboratorio.

STELABID Ha informado por medio de pacientes que provoca constipación, sequedad de boca, visión borrosa, inquietud o insomnio y en contados casos, retención urinaria. Rara vez con dosis bajas, puede aparecer discinesia tardía persistente en algunos pacientes bajo tratamiento prolongado o después de haber suspendido la terapia. El riesgo parece ser mayor en pacientes ancianos, especialmente mujeres, o en altas dosis y en algunos pacientes parece ser irreversible. No se ha informado sobre posibles interacciones con pruebas de laboratorio.

TALCID La administración de dosis altas puede producir la aparición de heces pastosas y aumento de la frecuencia en la defecación. A dosis recomendadas, estas manifestaciones son muy raras. No se han reportado hasta la fecha alteraciones en las pruebas de laboratorio tras la administración de este medicamento.

ULSAVEN presenta reacciones que generalmente son leves y se refieren a cefalea, mareo, malestar general, mialgias, náuseas, diarrea, constipación,

erupciones cutáneas, prurito, pérdida de la libido e impotencia. Debido a su escasa capacidad para atravesar la barrera hematoencefálica, las reacciones a nivel central son muy escasas. La disminución de la dosis o la supresión del medicamento puede ser necesario para el alivio de las reacciones al medicamento. La ranitidina puede causar resultados falsos-positivos en las pruebas de proteínas en orina pueden observarse valores séricos elevados de creatinina, deshidrogenasa láctica, fosfatasa alcalina, ASAT (SGOT), ALAT (SGPT), y de bilirrubinas total. Pueden disminuir las cuentas de leucocitos, eritrocitos y plaquetas.

ULTRAN y su administración intramuscular puede causar dolor en el sitio de la aplicación. La administración intravenosa puede causar sensación de quemadura y ardor. En forma ocasional se ha informado de cefalea, vértigo, rash cutáneo y reacciones de hipersensibilidad. Raramente se presentan confusión mental y alucinaciones. Sin embargo, no se ha podido demostrar relación directa entre la utilización de ranitidina y esta sintomatología. Hay una reacción falsa-positiva en las reacciones urinarias para presencia de proteínas. Pueden aparecer incrementadas las pruebas para creatinina, glutamil-transpeptidasa y transaminasa en suero.

UNIVAL tiene reacciones secundarias leves y rara vez llevaron a discontinuar el medicamento. En estudios que incluyeron más de 2,500 pacientes tratados con sucralfato, se informaron reacciones secundarias en 121 (4.7%), siendo la constipación el síntoma más frecuente (2.2%). Otras reacciones fueron diarrea, náuseas, malestar epigástrico, dispepsia, resequedad de boca, exantema, prurito, dolor de espalda, mareos, somnolencia y vértigo. Hasta el momento no se han reportado alteraciones en las pruebas de laboratorio.

Si hacemos un análisis de los fármacos descritos podemos observar que una persona al someterse al tratamiento alópata por una gastritis se obtiene como resultados el múltiple desarrollo de nuevas enfermedades o malestares. Para curar una enfermedad se pueden generar otros padecimientos, debilitamientos o deficiencias en el cuerpo que se tenía por objetivo mejorarlo de los males que lo agobiaban al principio.

En la actualidad más del 60 % de la población mexicana tiene algún tipo de gastritis (SSA, 2006). La INEGI en el 2006 reportó que las enfermedades digestivas son la segunda causa de egresos hospitalarios en el país. De estas enfermedades, de cada cien mil habitantes 1365.7 asistieron a alguna institución de salud por malestares estomacales como úlceras, gastritis y duodenitis.

Para conocer la magnitud de esta enfermedad en la modernidad, basta con observar los innumerables medicamentos que se difunden y venden (en forma de bombardeo) por televisión, radio, revistas o cualquier medio de comunicación masiva. Esto nos habla de que verdaderamente existe una población en México enferma y que los factores causales según los autores son desconocidos. En resumen, toda esta generalidad de medicamentos y formas de curar esta enfermedad nos da una visión aproximada del gran número de mexicanos que padecen esta enfermedad y que están en busca de aliviar esas dolencias físicas de la gastritis y de mejorar su vida.

6 La psicología y la gastritis

La psicología como disciplina de la salud se debe relacionar con este tema para encontrar en el cuerpo emocionalmente atrapado por la fragmentación, una respuesta a su proceso o su construcción de la enfermedad, para así poder entender nosotros como psicólogos el proceso de esa dolencia.

Existe un proceso de construcción de las enfermedades y por tanto se pretende encontrar cómo es que los sujetos construyen las posibilidades para desarrollar enfermedades crónicas degenerativas. La necesidad de la realización de esta investigación es para poder comprender la construcción emocional de la gastritis tomando en cuenta la ingesta de los medicamentos como apoyo de las personas al no encontrar otras alternativas. Además, se pretende conocer y analizar el proceso de alimentación que es muy importante en este padecimiento, porque con esto, se observará cual es el órgano de dominancia, así como la emoción dominante en los sujetos y la relación que tiene con un olor y un sabor determinado.

En este tiempo “moderno” se vive con una psicología la cual intenta explicar todo mediante la conducta, las relaciones interpersonales, la mente, etc.; y es por eso la importancia de conocer, analizar y observar como profesionales de la salud, las nuevas enfermedades del mundo contemporáneo mediante un enfoque psicosomático, ya que nos da la oportunidad como psicólogos y a la psicología de adentrarnos a los procesos y construcciones de enfermedades que son orgánicas en un sujeto que ha desarrollado una enfermedad ligada a las emociones y por consiguiente a un tipo de alimentación. Es importante mencionar que aquí las enfermedades psicosomáticas son aquellas que tienen una manifestación y desarrollo por causas psicosociales (López 2002)

En este trabajo se utilizará la historia oral porque es un elemento con el cual se va a conocer y comprender la dinámica propia del sujeto con relación a los hechos y fenómenos sociales en los que se encuentra inmerso. Esto es que el sujeto va a apalabrar sus vivencias, experiencias, sentimientos, etc. Como ente particular y de forma única e individual no se pondrán diagnósticos ni prejuicios, sino que lo único que vale es la historia del sujeto contada por él mismo. Es decir, el sujeto es un documento vivo que porta la información necesaria para conocer el proceso de la enfermedad.

La propuesta de esta disciplina es que no debemos observar al cuerpo y a los órganos por separado, sino al contrario el cuerpo se tiene que concebir en su totalidad como un microcosmos que está en sintonía con su medio ambiente. Esta sintonía se convierte en una relación unidireccional, en donde lo que le sucede a una parte le sucede también a la otra; simplemente se explica con esto, que al no tener claro y no tomar en cuenta al cuerpo como unidad se cae en la fragmentación (se concibe al cuerpo humano por partes separadas y se hacen ver ajenas unas de otras) dejando de lado la mirada integradora del cuerpo la cual nos podría servir para escuchar y entender al organismo y buscar una solución para sus problemas.

Capítulo 2

Gastritis y medicina alternativa

La medicina alternativa es una medicina tradicional que ha sido acompañante de la humanidad desde sus orígenes. Esta medicina fue el primer paso de la humanidad para aliviar los malestares del cuerpo mediante los elementos naturales que le rodeaban. Se ha pretendido desaparecerla por considerarla maligna, mágica, de brujería, o incluso por falta de credibilidad y “sustento científico”. Pero se ha reconocido que la forma de tratar a los pacientes con elementos naturales, son verdaderamente eficaces para aliviar dolencias en los sujetos que padecen alguna enfermedad.

El significado y comprensión de la medicina alternativa son relativamente antiguos en relación con la historia de la humanidad. La medicina alternativa “es aquella medicina que “conceptualiza” al cuerpo en su totalidad y no únicamente la suma de lo biológico, psicológico y social que finalmente es el reflejo de la fragmentación. Se habla de totalidad no solo haciendo referencia al cuerpo solo, sino a éste en relación con la naturaleza” (García, en López 2002, pág 49)

Por mencionar un poco de historia acerca de la medicina alternativa en nuestro país se puede decir que en México después de la conquista llegó el periodo de la colonia, que determinó, la transculturación de la herbolaria india-española, bajo los auspicios de las órdenes monarcales que se dedicaban a ofrecer servicio médico de gran importancia cualitativa y cuantitativa en el México de entonces. Se aceptaba en buena medida la herbolaria pero no el marco de referencia (Lara 1997)

En México la población indígena, utilizó la herbolaria ya aculturizada, como único recurso médico, pero no solo por su eficacia sino por su identificación cultural. En cambio la población española o criolla de la ciudad recurría a lo que se denomina actualmente medicina oficial, la cual era practicada por los médicos de la Real y Pontificia Universidad, quienes creían conocer el tratamiento de padecimientos comprendidos en el marco de la medicina

galeno-hipocrática. En la universidad la autoridad médica cuestionaba la correcta aplicación de las yerbas para el tratamiento de los enfermos, pero no el recurso vegetal en sí, además atacaba la medicina que aplicaban los indígenas mexicanos por el marco cultural en el que se utilizaba popularmente.

Se calcula que en México el número de plantas medicinales existentes para aliviar o curar enfermedades está por encima de tres mil. En conjunto, las plantas más utilizadas forman un grupo que oscila entre seiscientas y setecientas especies con una variedad de hojas, raíces, flores y otras. Los fundamentos que sustentan a la medicina tradicional, corresponden a categorías independientes entre sí, como la magia, la ciencia aplicada y la religión. Esta situación motiva al rechazo de la medicina alternativa, porque según las ciencias positivistas, las ciencias exactas y biomédicas, los argumentos de la medicina alternativa no son concretos en su campo de estudio. Cabe señalar que no todas las ciencias están en desacuerdo con la medicina alternativa, las ciencias sociales están interesadas en todas las manifestaciones culturales del hombre y su entorno social (Lara 1997)

Estos conocimientos occidentales con los que crecimos en nuestro país fueron el resultado y parte del inicio de la fragmentación del universo y el cuerpo de ciencias que querían explicar todo a partir de un englobamiento ambicioso del cosmos.

Descartes propuso la idea de crear una sola ciencia que pudiera explicar absolutamente todo en el universo. Nada quedaría fuera de lo que él estableciera. Y lo que estuviera fuera de lugar de lo que se proponía no era más que conocimientos probables a los cuales no se les debería de dar un asentamiento porque no eran bien conocidos o generaban dudas. Descartes en su afán de la búsqueda de la verdad en la vida y en el universo no se percató de la contrariedad de su propia propuesta. En el siglo XX la física demostró con sus argumentos que no existe una certeza científica absoluta y que todos los conceptos y teorías son limitados y aproximativos (Capra, 1992)

Es decir, hasta el mundo es muy grande para que una ciencia sea dueña de él. Imaginemos entonces el universo.

El tomar la visión de Descartes como la verdad absoluta y el aceptar su método como una forma efectiva y global de lograr el conocimiento ha sido una de las principales causas del desequilibrio cultural en la actualidad (Capra, 1992)

Al paso de tres siglos la creencia de Descartes de que la clave del universo se hallaba en su estructura matemática y que el sinónimo de ciencias era las matemáticas se mantuvo fuerte por su carácter científico absoluto. Pero al proponer esta fragmentación, se concibió la idea de hacer un borrador social histórico. Es decir, se trató de borrar de la memoria de la sociedad los estudios de la humanidad con ideas nuevas y revolucionarias que darían explicación a todo. También este efecto de borrador alcanza a tocar el ámbito social, cultural y psicológico, porque se estaría borrando la propia historia de la humanidad, su propia evolución y su relación con este mundo y el universo.

La fragmentación es clara al decir que el universo material es una máquina y solo una máquina. Que en la materia no hay ni vida, ni metas, ni espiritualidad. Con estas afirmaciones lo que se logró fue separar al cuerpo de la naturaleza, de su entorno y se hicieron a un lado la vista, el gusto, el olfato y el tacto. Por eso distintas ciencias y en el caso particular de la medicina alópata, tienden a tener serios problemas al no poder explicar muchas de las enfermedades que aquejan a la población en la actualidad porque ésta ciencia solo ve a los organismos vivos como máquinas (Capra 1992)

Actualmente la medicina alópata siguiendo los parámetros del siglo XVII sigue diciendo que a la ciencia que le venía acompañando a la humanidad durante miles de años le falta carácter científico.

El lineamiento de la alopátia gira alrededor de cuatro criterios: la objetividad, en donde el observador permanece separado de lo observado; el reduccionismo, en donde los fenómenos confusos son explicados como fenómenos compuestos por otros más simples; el positivismo, en donde todos los datos deben ser físicamente mensurables; y el determinismo, que habla de poder predecir los fenómenos venideros con el conocimiento de las leyes científicas y las condiciones iniciales.

La propuesta de la medicina alternativa es hacer observaciones sobre la interacción entre los organismos vivos y su medio ambiente de forma que no se limite a explicaciones reduccionistas o fragmentarias. Este tipo de medicina profundiza los síntomas de la enfermedad sin olvidar el estilo de vida y bienestar psicológico del paciente (Emoto, 2005)

Así, la medicina alternativa se abre paso y reconocimiento aún con la descalificación de la medicina alópata. Porque la medicina alternativa no solo propone aliviar las dolencias del cuerpo sino integrar lo que se separó hace siglos para resolver las demandas de la sociedad actual y no solo intervenir en ellas.

En conclusión la medicina alternativa surge y se desarrolla prácticamente desde la aparición del hombre en nuestro planeta, puesto que la enfermedad ha estado presente en toda la historia de la humanidad; solo que los distintos enfoques y pensamientos de algunas corrientes y hombres con el posicionamiento del poder en el campo de la salud, con el amparo y refugio de la ciencia, justifican los actos con los que atienden a los pacientes enriqueciendo así al reduccionismo, para desaparecer a la medicina alternativa.

El daño por la descalificación hacia la medicina alternativa parece que no ha afectado del todo, porque esta medicina llega a más personas dando como resultado un mejoramiento en su salud pero no solo física sino también mental y espiritual que es de los principales objetivos de la medicina alternativa. Dar a conocer y hacer ver el cuerpo de una manera integral y proporcionar una verdadera calidad de vida.

1 El cuerpo, lo psicósomático y la enfermedad

López en el 2003 nos dice que para desentrañar la creación de espacios diversos en el interior del cuerpo es preciso aproximarse a la vivencia para poder sentir el cuerpo, o al menos observar el proceso de sus posibles patologías y desequilibrios energéticos que se concretan en una sintomatología y hoy día son una realidad en el cuerpo, y es preciso interpretar con una nueva

relación de órganos, emociones, cultura, familia, entre otros procesos, para darle un sentido distinto al término psicosomático y un trabajo con el cuerpo que dé oportunidad de crear otras soluciones.

La psicología como disciplina de la salud se debe relacionar con la gastritis y con la medicina alternativa para encontrar en el cuerpo una respuesta al proceso de construcción de la enfermedad, y así poder entender desde nuestra rama cómo es que esta dolencia ha llegado a aquejar al setenta por ciento de la población de este país, porque en verdad éste dato nos quiere decir que siete de cada diez mexicanos tiene un tipo de gastritis. Eso significa que verdaderamente existe un problema que la medicina alópata no ha podido resolver.

Para poder adentrarnos a la enfermedad debemos entender primero al cuerpo que es la unidad con la cual lidiamos y vivimos día con día pero que no se le da la debida atención.

Como primer dato para comenzar a entender el cuerpo hay que observar en la historia, la racionalidad que trajo la afirmación “Primero pienso, luego existo” de Descartes; porque el hombre occidental asumió su identidad con la mente racional en vez de con todo su organismo. La separación del cuerpo y la mente se han reflejado desde entonces en toda la cultura. Entonces, como se vive encerrado en la mente se ha olvidado por completo cómo pensar con el cuerpo, cómo servir de él para llegar al conocimiento y así mismo nos hemos alejado de nuestro entorno natural y nos hemos olvidado de coexistir y cooperar con una rica variedad de organismos vivos (Capra 1992)

El cuerpo en sí, es el principal centro de nuestra salud, no es simplemente una máquina compuesta de materia que aloja órganos y vísceras. El cuerpo es una síntesis en la que se puede conformar el espacio y el tiempo, dando un aporte importante a la cultura y a la nutrición. También se considera como el espacio donde confluyen las relaciones individuo-sociedad y es la síntesis de un proceso social e histórico pero también de una construcción cultural que transforma las funciones de los órganos y establece nuevas relaciones con la fisiología del individuo (López 2000)

El cuerpo es un microcosmos que está en relación con todo y debe de estar en armonía con la naturaleza y el universo porque somos parte de él. Con el pensamiento occidental se dejó venir un aire de egocentrismo, ambición y supremacía por sobre todo. Es decir, se llegó a un grado en el que la humanidad se sentía y siente ser dueño de todo lo que le rodea a tal punto de que creamos que somos como dioses.

El ser humano es el único animal en la naturaleza que puede adaptarse a cualquier medio ambiente y que puede manipular algunas cosas para su beneficio. Pero esto no significa que seamos dueños de todo. Somos una parte de la naturaleza cósmica que tiene relación constante con el mundo y sus características.

Por principio de colectividad se debe de tener una sintonía con nosotros mismos, con nuestro microcosmos y con el macrocosmos.

Sin embargo la vida en la industrialización y las ciudades o megaciudades competitivas, crean necesidades más allá de lo que realmente requerimos. Lo que provoca que desgastemos nuestro cuerpo y nuestra energía para obtener bienes materiales que en ocasiones solo sirven para satisfacer el vacío que aqueja a muchas personas. Una persona puede pasarse toda una vida buscando los bienes que no le son necesarios para vivir y que únicamente lo alejan de sí mismo, de la naturaleza, y del universo.

Este punto es de los más importantes porque es aquí donde da comienzo el olvido del cuerpo. El olvido del cuerpo nos ha llevado a no prestarle atención, a no sentirlo, a no comprenderlo y a no escucharlo. El cuerpo se hace como algo inexplicable cuando con él podemos encontrar la salud y el bienestar físico, emocional, psicológico, sentimental y espiritual.

El cuerpo está sujeto a la cultura y a los deseos de los otros para poder construir y seguir teniendo la misma interpretación del mundo. No se puede escapar de la cultura ni de la historia pero “existe la posibilidad de transformarse en el cuerpo y dejar los deseos que nos construyeron para ser iguales o hegemónicos” (López, 2002)

El cuerpo es un recurso para poder comprender a los individuos. El cuerpo puede expresar un lenguaje que nos ayuda a entendernos y a mejorar la calidad de vida. Si observamos a una persona con una enfermedad crónica degenerativa, podemos decir entonces con toda lógica que esta persona se encuentra enferma porque existe un olvido rotundo del cuerpo. Tal es el caso de la gastritis.

La enfermedad al principio la podemos ver como un aviso del cuerpo de que algo anda mal y que se necesita poner atención en él. Lo que hace la medicina alópata es aliviar solo las dolencias físicas superficiales pero no va a la raíz del verdadero problema. Contrario de esto, la medicina alternativa interviene pero también ayuda al paciente a escuchar su cuerpo y lo vincula con la naturaleza porque somos parte de ella. Además transforma la manera de pensar del paciente de racional a pensar integralmente.

En la actualidad la gente tiene una concepción de la cultura que hace caso a la propaganda del “libre dolor” y a la solución del bienestar físico buscando siempre la cura más fácil y rápida. La búsqueda para “acabar” con sus dolencias físicas culmina cuando se encuentra con los fármacos, pero lo que no sabe es que comienza una nueva etapa de evolución de la enfermedad o enfermedades al no solucionar el medicamento el dolor que vive la persona; incluso, a veces la enfermedad no evoluciona, y la droga únicamente se enfoca a destruir el cuerpo hasta degradarlo.

La propuesta de esta disciplina alternativa es que no debemos observar al cuerpo y a los órganos por separado. El cuerpo se tiene que concebir en su totalidad como un microcosmos que está en sintonía con su medio ambiente. Esta sintonía se convierte en una relación unidireccional en donde lo que le sucede a una parte le sucede también a la otra; con esto se explica que al no tener claro y no tomar en cuenta al cuerpo como unidad se cae en la fragmentación (se concibe al cuerpo humano por partes separadas y se hacen ver ajenas unas de otras) dejando de lado la mirada integradora del cuerpo la cual nos sirve para escuchar y entender al organismo y buscar una solución para sus problemas.

Para adentrarnos más a la enfermedad y conocer la relación del término psicosomático, tenemos que tomar en cuenta que ésta terminología lleva implícita la valoración del aspecto físico e incluye ambas partes, mente y cuerpo, no como entidades separadas, sino como fuerzas unidas que emergen e interactúan en el interior de la totalidad del paciente (Miller, 1967)

En el sentido estricto el significado del término enfermedad psicosomática se refiere a todas aquellas enfermedades en donde su manifestación y desarrollo están bajo la influencia demostrable de factores psicosociales. Lo psicosomático es un resguardo de los seres humanos ante la inmensidad de mensajes que reciben y no saben como procesar o incluso no se puede hacer una interpretación porque es demasiada la información que llega y sigue llegando (López 2002)

El proceso psicosomático, se da cuando el sujeto tiene una reacción física frente a una vivencia conflictiva que va acompañada de transformaciones morfológicas, por eso se da como resultado una enfermedad orgánica. Las enfermedades psicosomáticas se caracterizan por manifestarse a cualquier edad y una vez provocadas el desarrollo es crónico. También para sus apariciones el paciente experimenta un malestar psíquico, estas características psicológicas han llamado la atención por su constancia. Así, lo psicosomático es adoptado en una nueva realidad social que poco a poco se va asimilando en la población como un estilo de vivir y los niveles de somatización se convierten en un modo de vida o pseudo realidad.

El caso psicosomático de la gastritis es de una reacción del aparato digestivo porque el abdomen es un sitio de expresión de las emociones. “El aparato digestivo tiene tres funciones tomar, recibir y eliminar, es especialmente conveniente para la expresión de estas tres tendencias emotivas elementales. Además, existe relación entre ciertas tendencias de la personalidad y los diferentes trastornos del tracto gastrointestinal, así como una relación sobre la parte del tracto digestivo afectado. Así la parte superior del mismo, está condicionada a expresar las tendencias de recibir, mientras que la parte inferior expresa las tendencias de retener y de dar”. Los conflictos emocionales como la ansiedad, hostilidad y resentimiento, se acompañan de aumento de

secreción ácida, aumento de circulación y destrucción de la mucosa gástrica (Diez 1975)

La meta de la medicina alternativa en el cuerpo, apunta a la prevención de enfermedades y al bienestar, que es la utilización de fuentes internas de cada individuo para su beneficio ya que el sujeto es un participante activo, y su salud depende del equilibrio de las fuentes internas y del medio natural y social externo.

2 La Teoría de los Cinco Elementos. Visión integradora

La Teoría de los Cinco Elementos se relaciona con la medicina tradicional China que surgió hace miles de años, actualmente su uso es muy importante para diagnosticar una enfermedad, proporcionar un adecuado tratamiento o simplemente para prevenir enfermedades y fortalecer el cuerpo, la mente y el espíritu, por eso que la medicina tradicional China es considerada una medicina holística. Tiene sus bases teóricas y filosóficas en la investigación y observación a través de los años del macrocosmos (universo) y el microcosmos (cuerpo).

Este tipo de medicina abarca diferentes disciplinas como la acupuntura, el naturismo, la digitopuntura, fitoterapia, aromaterapia, auriculoterapia, cromoterapia, iridología, reflexología, masajes y oligoelementos, entre otras. (Santibáñez 2006). Todos enfocados a prevenir enfermedades, mejorar la salud y alargar la vida.

En esta investigación la Teoría de los Cinco Elementos va a ser la base del estudio de 30 personas que padecen gastritis para así encontrar e interpretar el proceso y significados que tienen los sujetos con respecto a la enfermedad. Para entender mejor la teoría de los cinco elementos se tiene que conocer el trabajo de la medicina tradicional China, el significado del Chi y la relación existente con la teoría del yin yang.

El Chi

El Chi es denominado una fuerza o energía vital que se encuentra presente en todos los elementos del universo. Se dice que los chinos son los que más han investigado, estudiado, utilizado y basado su cultura y tradición en el Chi.

Esta energía solamente se puede observar en las expresiones del macrocosmos y el microcosmos porque su esencia es invisible (Zi, 2006). El Chi se puede hallar en tres aspectos, como Chi celestial (en el cielo), como Chi terrestre (en la tierra) y como Chi vital (entre la humanidad).

El Chi celestial es la energía que mantiene unido al universo y revela cómo en el momento del nacimiento de un individuo se puede marcar su destino mediante la posición de los planetas y las estrellas que se encuentran en el cosmos. El Chi terrestre se presenta en los campos magnéticos de la tierra, los colores, las formas que denotan el entorno natural, en las orientaciones y en la luz solar, y por último el Chi vital que se expresa en los meridianos (camino de energía) del cuerpo que deben estar en armonía para que su flujo sea óptimo y no se altere la fuerza vital del cuerpo provocando desequilibrios (Boero 2001)

El Chi debe fluir con armonía para que cualquier aspecto del universo esté saludable, en este caso particular se estaría hablando del cuerpo humano o sea del Chi vital. Pero tampoco hay que descartar la influencia o relación que tiene este elemento con los otros dos aspectos del llamado Chi, se tiene que observar el equilibrio de un aspecto con los dos restantes para que se pueda vivir plenamente y no coexistir en separación del cosmos, que es un punto importante de la medicina tradicional China, la integración.

El proceso de salud-enfermedad en la medicina tradicional China se remite al buen funcionamiento del Chi o al desequilibrio de éste. Lo que se menciona es que cualquier perturbación, bloqueo o estancamiento del Chi puede manifestar una alteración perjudicial en el cuerpo o el espíritu del ser humano.

Así, la enfermedad pasa de ser un simple problema en la vida a un resultado de la falta de armonía que tienen los sujetos con el ambiente que les rodea así como una carencia de equilibrio en los acontecimientos de su vida cotidiana (Santibáñez 2006)

Para aliviar las enfermedades que aquejan a un ser humano o simplemente para que sea más saludable el cuerpo, se tiene que trabajar la energía vital lo cual es un arte en la medicina tradicional China. La energía debe estar en movimiento constantemente como en el universo, debe estar cambiando continuamente para que no sea estática y no se convierta en un almacenamiento que podría llevar a un exceso o simplemente a una falta de energía en el cuerpo y espíritu por la escasa o mala circulación del Chi.

Dentro de los amplios ejercicios para mantener en movimiento la energía vital existen tres puntos que son fundamentales para la curación de enfermedades o para tener una buena salud física, mental y espiritual. El primero se avoca a la relajación del cuerpo y del pensamiento, el segundo es la respiración y el tercero se refiere al trabajo de la mente. Si no se siguen estos puntos con disciplina los resultados serán muy pobres y el flujo de energía no se equilibrará eficazmente, por lo que se tienen que respetar los tres aspectos y crear un equilibrio total para así ser más resistente y fuerte ante los problemas de la vida que puedan presentarse (Palanques 2006)

Teniendo en cuenta el conocimiento del Chi, ahora se podría conocer el siguiente paso que es la relación con la teoría del yin-yang y así poder observar las grandezas o deficiencias de los cinco elementos en el ser humano y su ambiente circundante.

La Teoría del Yin Yang

Una teoría de la medicina tradicional china para entender la vida es la teoría del yin yang que sostiene que todo fenómeno en el universo conlleva dos aspectos opuestos los cuales se encuentran a la vez en contradicción y en interdependencia. En estas dos fuerzas primordiales (yin-yang) se encuentra el

Chi que es la fuerza de la vida o la energía vital que mantiene con vida a los seres humanos y a todos los elementos del universo. (Ver figura 10)

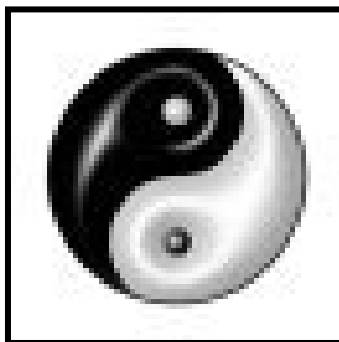


Figura 10

Fuente: Metrópoli Global (2005). Logos a color, symbols, ying-yang. [En red]. Disponible en: http://metropoliglobal.sonnerie.net/1-015/es_es/logos-color/1027-symbols/9114-ying-yang/top-1.html#cont

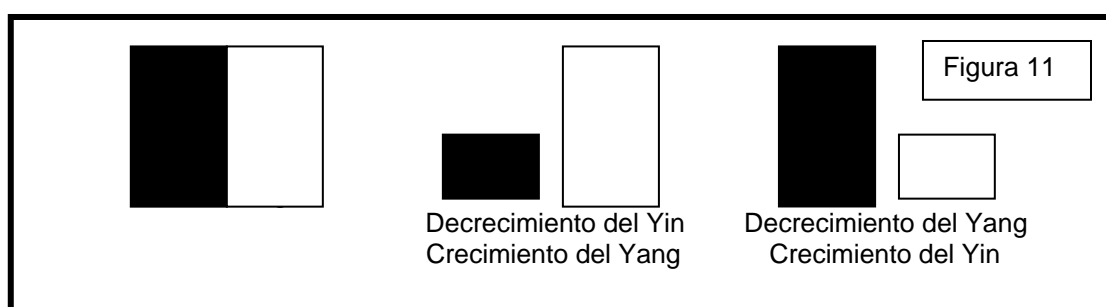
Se dice que cuando el universo estaba vacío comenzó a moverse, siempre existiendo en estado de cambio. Gracias a este movimiento se generó agua, el agua generó madera, la madera generó el fuego, el fuego calentó y expandió el aire o vacío y se produjo una gran explosión. Posterior a esta explosión las partículas más pesadas y oscuras descendieron hacia la tierra lo que se denomina Yin y las partículas claras y ligeras se elevaron hacia el cielo lo que se nombra Yang. Así, el principio del yin-yang es un triagrama en donde el ser humano y la naturaleza se encuentran en medio de la tierra y el cielo (Zi 2006)

Yin (negro) es considerado sustancia, representa a la tierra, con principio femenino, es receptivo y de oscuridad, es la fuerza que se quiere contraer en la nada. Yang (blanco) es considerado como la energía pura, corresponde al cielo, con principio masculino, es activo y de luz, es la fuerza que anhela expandirse a todo. La relación entre ambas fuerzas es lo que establece la naturaleza del universo y su relación se presenta como los cinco elementos que forman todas las cosas, madera, fuego, tierra, metal y agua (Hass 1982)

La relación entre yin y yang es la ley universal del mundo material, principio y razón de la existencia de millones de cosas y causa primera de la aparición y desaparición de toda entidad. La teoría del yin-yang se compone

principalmente de los principios de oposición e interdependencia, crecimiento y decrecimiento, e intertransformación. (Campos 2002)

En la oposición entre yin y yang trasciende la contradicción y lucha entre dos fuerzas opuestas dentro de una cosa o de un fenómeno para mantener el equilibrio de éste. La relación de interdependencia entre yin y yang significa que cada uno de los dos aspectos es una condición para la existencia del otro y que ninguno de ellos puede existir aisladamente. Decrecer implica perder o debilitar y crecer implica ganar o reforzar. Estos dos aspectos del yin y el yang dentro de un ser vivo no son estáticos sino dinámicos y permanentes. El decrecimiento del yin conduce al crecimiento del yang y el decrecimiento del yang conduce al crecimiento del yin, y a la inversa. (Ver figura 11)



La intertransformación del yin y yang significa que bajo ciertas circunstancias cada uno de los dos aspectos, yin y yang, dentro de un ser, se transforman en su opuesto, por ejemplo yin puede transformarse en yang y yang puede convertirse en yin. La transformación se lleva a cabo principalmente cuando existe la posibilidad de cambio en el individuo además de las indispensables condiciones externas. La intertransformación del yin y yang es la ley universal que gobierna el desarrollo y el cambio de las cosas

Tomando esto como parte del marco de la explicación de la vida y del proceso salud-enfermedad se pueden entender con mayor facilidad los cinco elementos y su relación entre ellos así como el vínculo que se tiene con el ser humano y la naturaleza que le rodea. Con base en estos datos se puede observar cómo un sujeto desarrolla una enfermedad a partir de los desequilibrios en el cuerpo y en la naturaleza que le rodea.

Los Cinco Elementos

Según la leyenda China, los cinco elementos llegaron desde todas las direcciones de la brújula acompañados de los factores climáticos creando así el mundo y el cuerpo humano.

La Teoría de los Cinco Elementos dice que el mundo material puede ser explicado en cinco elementos simbolizados por la madera, el fuego, la tierra, el metal y el agua. La medicina tradicional China utiliza esta teoría para explicar los fenómenos naturales, los órganos, los tejidos, las emociones humanas e interpretar las relaciones entre la fisiopatología del organismo humano y la naturaleza.

Los cinco elementos expresan cada uno su propia naturaleza y conforme a sus tendencias internas mantienen determinadas relaciones, unos con los otros. Estas relaciones, son las que se ubican en los elementos conforme a un orden preciso ocupando una posición exacta que proporciona el equilibrio en los movimientos, cambios y compensaciones de cada uno. Los cinco elementos tienen una interacción continua que mantienen el equilibrio armónico de todo el conjunto, cada elemento realiza su función que está dictada por su naturaleza específica.

Cada elemento de la teoría está relacionado con una de las direcciones de la brújula, con una estación del año, un color, un sabor, órganos corporales, tejidos y muchas otras asociaciones y su proceso pasa del nacimiento, al crecimiento, luego a la maduración, después a la cosecha y por último al almacenamiento.

En la teoría de los cinco elementos la enfermedad se clasifica como yang (caliente, en exceso y cercano a la superficie) o como yin (frío, insuficiente y profunda). Las causas de la enfermedad son diversas pero en su existencia se pueden encontrar enfermedades externas y enfermedades internas. Las enfermedades externas se pueden dar por algunos climas como el viento, el calor, la humedad, la sequedad y el frío o por bacterias, agentes infecciosos,

venenos o heridas traumáticas. Por el lado de las enfermedades internas, éstas aparecen por un exceso de alguna emoción como alegría, tristeza, ira, depresión, obsesión, preocupación, pena, miedo, tensión, un esfuerzo excesivo, o por un desajuste dietético como la actividad sexual excesiva, coagulación sanguínea o por herencia. Aunque las causas de las enfermedades sean distintas la dinámica es la misma, ambas actúan en el ser humano penetrando en un organismo débil y lastiman a un órgano específico (Haas 1982)

La enfermedad puede ser minimizada con la fluencia correcta del Chi, porque así se canaliza la energía a todo el cuerpo humano de lo contrario el individuo seguirá siendo una persona desequilibrada y susceptible a cualquier enfermedad en cualquier ambiente en el que se desenvuelva.

Los cinco elementos pueden ser de gran ayuda para encontrar los procesos por los cuales los sujetos enferman además se pueden observar cuales son los elementos que tienen excesos o dominancias y cuales son los que no tienen una energía con la cual puedan coexistir con los demás elementos. A continuación una exposición de cada elemento nos acercará más a sus relaciones y al proceso salud-enfermedad de cualquier individuo.

Elemento Madera

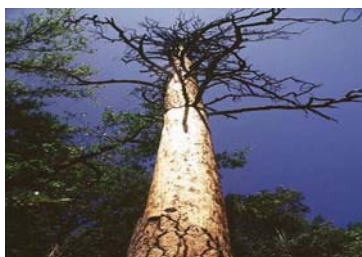


Figura 12

Fuente: GuíaFe (2002). Árbol. [En red]. Disponible en: http://www.guiafe.com.ar/fotos-argentina/details.php?image_id=627&sessionid=2ce48dc968434f9c87d2deb3861b2c2f

El elemento madera está representado por el hígado y la vesícula biliar. El hígado es considerado órgano yin y la vesícula biliar es considerada como

órgano yang, otros órganos y tejidos que acompañan al elemento madera son los ojos y los tendones. La emoción de este elemento es la ira, su color es verde, sabor agrio, su estación del año es la primavera, el sentido de orientación es el este, su factor ambiental es el viento y su desarrollo es la germinación.

Este elemento se refiere principalmente a las entidades vivas, al crecimiento, a los árboles, las plantas y el cuerpo humano, su color característico fue determinado por el color predominante de la primavera, el color verde, que se encuentra en la naturaleza de la mayoría de las plantas. Este elemento se encarga de proporcionar claridad mental y capacidad de centrarse en cualquier aspecto además de planificar y enriquecer la toma de decisiones en un ser humano. Su orientación hacia el este es por el principio de creación del día por lo que este elemento gobierna por las mañanas en que debemos despertar y levantarnos con energía. Su factor ambiental está relacionado con la limpieza del aire (el aire viejo) el cual es trasladado a otro punto y trae un aire nuevo, limpio y fresco (Hass, 1982)

Los principales órganos que representan al elemento madera (hígado y vesícula biliar) se encargan de ayudar a la digestión y procesamiento de distintas sustancias o alimentos que son introducidos al organismo.

El hígado está ubicado en la parte superior derecha del abdomen y dentro de sus tareas se encuentran el almacenar y distribuir la nutrición por todo el cuerpo, ayuda a procesar y descomponer la sangre, y se encarga de filtrar las toxinas de la corriente sanguínea. Las células del hígado producen bilis (que es un líquido amarillento verdoso que contiene agua, sales biliares, bilirrubina, colesterol, ácidos grasos, lecitina y sales orgánicas), ésta colabora con la digestión de alimentos y sustancias ingeridas por un sujeto. El resultado de la digestión se almacena en la vesícula biliar para que los intestinos la utilicen en la descomposición de grasas además de que fortalece la capacidad de absorción de ácidos grasos por parte del intestino delgado. La vesícula biliar se localiza en la parte inferior y en el extremo frontal del área central del hígado, su tarea principal se enfoca en almacenar y secretar la bilis para ayudar en la

digestión y emerge principalmente para la descomposición de las grasas además de que la concentración de ésta permite la absorción del agua (Hass, 1982)

Dentro de las más de 200 funciones que tiene el hígado se encuentra una muy importante, su armonía. Si esta armonía está presente en el órgano va a proporcionar al sujeto una vida larga y placentera, de lo contrario el individuo se quejara de tener los ojos amarillos y un abdomen inflamado por el mal funcionamiento hepático.

Cualquier exceso o falta de alguna de las características que representan al elemento madera pueden provocar desequilibrios en el ser humano propiciando un terreno para la debilidad del organismo que finalmente llega a enfermar y degradar la vida de cualquier persona.

Elemento Fuego



Figura 13

Fuente: Blair J. (2003). Fires of Life. [En red]. Disponible en:
<http://www.nationalgeographic.com/eye/wildfires/phenomena.html>

El elemento fuego es caracterizado por el corazón y el intestino delgado. El corazón es órgano yin y el intestino delgado es órgano yang. Otros órganos y tejidos que acompañan a este elemento son la lengua y los vasos. La emoción de este elemento es la alegría, su color representativo es el rojo, su sabor es el amargo, su estación del año es verano, su sentido de orientación es el sur, su factor ambiental es el calor y su desarrollo es el crecimiento.

El verano es el gran emisor de alimentación del elemento fuego, aquí se presenta el crecimiento y la maduración de la naturaleza y se puede observar en las plantas fuertes, sus flores y los frutos que éstas nos proporcionan. Al igual que en la naturaleza, en el ser humano debe crecer y madurar de manera que se de un paso más en la vida pero siempre con equilibrio.

En la teoría de los cinco elementos y en la medicina tradicional china el verano proporciona energía al corazón y al intestino delgado, pero también alimenta dos aspectos fisiológicos extra, la circulación sexual o pericardio y el triple calentador o llamado también tres quemadores. El pericardio se encarga de proteger al corazón y regula la fluencia de sangre, las secreciones sexuales, el calor y la nutrición por todo el cuerpo, mientras que el otro sistema se ocupa de mantener la temperatura y la calidez adecuada para todo el cuerpo (Hass, 1982)

Con lo que respecta al corazón y al intestino delgado sus funciones también son muy importantes y básicas para la vida de los seres humanos. El corazón es un músculo que bombea 12.000 litros sangre al día a todo el cuerpo llevando oxígeno y elementos nutritivos para la buena función del organismo. Su tarea es regulada por un sistema eléctrico que envía descargas y produce una contracción del músculo generando así las pulsaciones. Su tasa y ritmo están determinados por la respiración y por los estados mentales y emocionales de la persona (Hass, 1982)

En el caso del intestino delgado, sus 6 u 8 metros aproximados de extensión conectan al estómago con el intestino grueso y se divide en tres partes, el duodeno, el yeyuno y el íleon. El trabajo de este órgano es principalmente el de la nutrición, ya que por medio de él se digieren y asimilan los nutrientes que ingresan al organismo llevándolos por medio de la sangre al hígado que va a distribuir los nutrientes para usarlos inmediatamente o para almacenarlos en forma de glucógeno y utilizarlos después como glucosa, ácidos grasos o aminoácidos, dependiendo de las necesidades del cuerpo. El intestino debe estar limpio para que los elementos nutritivos sean asimilados de manera

correcta y se muevan a una velocidad considerable para que pasen sin ningún problema al intestino grueso (Hass, 1982)

Este elemento también se encuentra asociado con la emoción alegría que genera la creatividad, la intuición y el movimiento, es la acción que lleva a cabo la idea del elemento madera.

El fuego se ha relacionado simbólicamente con la función del corazón porque es lo que proporciona vida, calor y afecto a nuestro cuerpo por medio de los ríos que recorren nuestro organismo (las venas) pero también estas actitudes se transmiten a las personas que nos rodean compartiendo y contagiando esa alegría por vivir. El fuego es considerado como luz y calor que produce entusiasmo, vitalidad y energía; alimentarse con sabores amargos ayuda a tener un corazón y un intestino delgado sanos, fuertes, en armonía y alegres. Pero el exceso o repulsión de este sabor al igual que el color rojo son indicadores de un desequilibrio en el elemento fuego que se tiene que resolver pronto, si no se remedia el problema éste podría alterar el sistema debilitando y enfermando a sus órganos o a otros que tengan relación con el elemento fuego.

Elemento Tierra



Figura 14

Fuente: Brimberg S. (2004). Photo of the day. [En red]. Disponible en:
<http://lava.nationalgeographic.com/cgi-bin/pod/PhotoOfTheDay.cgi?day=07&month=10&year=04>

El elemento tierra tiene como órganos representativos al estómago, al bazo y al páncreas. El bazo y el páncreas son órganos yin y el estómago es órgano

yang. Otros órganos y tejidos que le acompañan son la boca y los músculos. Su emoción representativa es la ansiedad, su color es amarillo, su sabor es dulce, su estación del año es verano tardío, su sentido de orientación es el centro, su factor ambiental es la humedad y su desarrollo es la transformación.

Para el elemento tierra el verano tardío se encuentra a finales de verano y principios de otoño, es un periodo en el que el ser humano se prepara de manera más dinámica para realizar su trabajo. En la naturaleza las cosechas se dan con abundancia proporcionando frutas, verduras, etc., es decir la naturaleza está completa y en el ser humano el organismo debe estar igual. El verano tardío es una estación en donde aparecen aspectos de otras estaciones, surgen de manera sencilla o de manera extrema, en esta época se puede sentir un calor muy fuerte o una humedad de la misma magnitud.

En la medicina tradicional china, este elemento es visto como la madre que nos proporciona alimentos, apoyo para poder mantenernos de pie y el refugio para cuando los seres vivos mueren. La tierra es el centro de los otros elementos por eso su orientación radica en ese mismo punto, su transición se ve reflejada en la naturaleza y en la metamorfosis del interior del cuerpo. Este elemento proporciona la capacidad de crear pensamientos, ideas y opiniones. Es una emoción de ansiedad, simpatía o compasión la que ayuda al cuerpo a sentirse bien con uno mismo, con los demás y con el entorno natural, pero si existe una carencia o una dominancia de estos aspectos, se manifiesta una enfermedad por el desequilibrio que hay en el sujeto. Pueden aparecer obsesiones, falta de simpatía o simplemente se acude constantemente a determinadas ideas o problemas lo que se convierte en obstinación o tenacidad frente a la aceptación de nuevas ideas, cambios de la vida o puntos de vista (Hass, 1982)

La teoría de los cinco elementos menciona que dentro de los órganos representativos del elemento tierra, el estómago es el receptor de la alimentación y obtiene los nutrientes necesarios de los alimentos ingeridos para después pasarlos al bazo el cual distribuirá los nutrientes. El estómago también tiene la función de tolerar o digerir no solo alimentos sino emociones como pensamientos o sentimientos que el individuo genere en su vida, esto puede

afectar de manera grave si el estómago es un órgano débil, aparte de que ésta pieza del cuerpo es muy sensible y está conectado con el sistema nervioso por lo que cualquier falta o dominancia en las emociones que lo representan puede provocar un malestar físico y emocional en el individuo. De esta manera si un sujeto está perturbado emocionalmente o tiene una vida de tensión, su apetito y nutrición serán deficientes, y por otro lado si el individuo tiene un carácter alegre su hambre y capacidad digestiva están en equilibrio, se aprovecharán todos los nutrientes con aprecio sin tener ningún problema.

El bazo es un órgano que tiene distintas funciones una de ellas es almacenar sangre y destruir los glóbulos sanguíneos viejos. Otra muy importante es que actúa como el órgano de reserva para la formación de sangre en los adultos. En el caso del páncreas se observa que tiene la capacidad de segregar hormonas que pasan a la sangre y regulan el uso de la glucosa en el cuerpo. El páncreas segrega una hormona llamada insulina que reduce el nivel de azúcar en la sangre de una persona estimulando a las células que utilicen glucosa; pero este órgano también puede segregar una hormona llamada glucagón y transportarla a la sangre resultando con esto la elevación del azúcar en el organismo (Hass, 1982)

Por eso el sabor dulce está asociado con el elemento tierra, la azúcar que genera naturalmente el cuerpo se le llama glucosa humana y es el combustible del cuerpo que es obtenido de los alimentos que se ingieren en la nutrición.

Estos órganos son esenciales para el proceso digestivo y la nutrición del ser humano; en la teoría de los cinco elementos si existe un abuso o una falta en los sabores dulces y en sus emociones, puede alterar el funcionamiento de los órganos dañando a otros y a ellos mismos. Por este motivo se tiene que ejercitar al estómago, al bazo y al páncreas con una buena alimentación y con un equilibrio en las emociones que caracterizan al elemento tierra. Todo el funcionamiento digestivo también depende de las actitudes que tome el sujeto ante las embestidas que da la vida, las emociones se deben manejar con cautela en este elemento para que no se dañe la capacidad de digestión de los órganos que conforman este sistema.

Elemento Metal



Figura 15

Fuente: Mobley G. (2001). The quest for gold. [En red]. Disponible en:
<http://www.nationalgeographic.com/xpeditions/activities/16/questgold.html>

Los principales órganos que representan al elemento metal son los pulmones y el intestino grueso, los pulmones son considerados órganos yin y el intestino grueso es órgano yang, los otros órganos y tejidos que acompañan al metal son la nariz, la piel y las vellosidades. Su emoción es la melancolía, su color es blanco, su sabor es el picante, su estación del año es otoño, su sentido de orientación es el oeste, su factor ambiental es la sequedad y su desarrollo es la cosecha.

Este elemento indica el inicio de la vuelta personal al interior del individuo. Su estación se refiere principalmente a la cosecha y fructificación del crecimiento de la primavera y el verano. El metal representa las sales y minerales de la tierra, su función radica en crear estructura y comunicación en todo el ambiente y el cuerpo porque está conectado con aspectos interiores y exteriores.

El sentimiento expresivo del elemento metal es la melancolía y se puede observar en el color blanco que simboliza ya que es el indicador de un desequilibrio relacionado principalmente por la tristeza, penas, dolor o preocupaciones, se identifica principalmente en la tez facial de personas que vivieron una experiencia emocional de características anteriores, estas personas suelen tener las mejillas y la piel que rodea a los ojos con un tono blanco. Cuando estos sentimientos afloran pueden ser saludables pero cuando son muy fuertes e incontrolables pueden ocasionar problemas en los pulmones

y en el intestino grueso. La melancolía y la preocupación pueden ser causa de una respiración pobre o de una eliminación inadecuada (Hass, 1982)

Otra manera de identificar problemas en el elemento metal es con la observación y conocimiento de los alimentos consumidos como el picante o el sabor especiado. Estos sabores abren los sentidos, limpian los senos nasales y estimulan los pulmones pero el exceso trae severas consecuencias en sus órganos representativos y en otros órganos del cuerpo humano.

En la teoría de los cinco elementos los pulmones y el intestino grueso son zonas del cuerpo que deben estar limpios para que su funcionamiento sea de manera óptima. Los pulmones son el órgano que comunica al exterior con el interior por medio de la respiración, este acto es esencial para el mantenimiento de la vida del ser humano porque intercambia oxígeno y dióxido de carbono a través de los capilares pulmonares. La respiración se manifiesta como respiración externa del organismo y como respiración interna que se da cuando las células toman oxígeno que transporta la corriente sanguínea y desprende dióxido de carbono que es llevado a los pulmones por la sangre (Hass, 1982)

En cuestión del intestino grueso se dice que es un órgano que soporta mucha tensión. Su longitud aproximada es de 165 centímetros y recorre el borde del abdomen que lleva conectado el apéndice. Se divide en colon ascendente, transversal, descendente y sigmoideo, y el recto. Su tarea principal es absorber agua, pero también cumple con la culminación del ciclo digestivo absorbiendo los últimos nutrientes para el cuerpo con la ayuda de algunas bacterias que descomponen y sintetizan los alimentos y vitaminas, después de esto el intestino grueso termina su trabajo formando, almacenando y desechando las heces. Este último producto de la digestión tarda en formarse y en salir del cuerpo de 24 a 36 horas, pero este proceso también depende de los alimentos que se hayan ingerido, algunos se mueven muy rápido y tardan en salir poco tiempo pero otros son muy pesados y tardan en ser evacuados más tiempo del aproximado. La evacuación congestionada puede ser producto de la mala

alimentación o de un manejo inapropiado de las emociones que vive la persona (Hass, 1982)

En definitiva los pulmones son el órgano que propician un equilibrio en el cuerpo impartiendo equidad en todos los órganos; y el intestino grueso hace saber si el camino que elige un individuo en su vida es el correcto o el apropiado para seguir en toda su existencia.

Elemento Agua



Figura 16

Fuente: Stanfield J. (2005). Photo of the day. [En red]. Disponible en:

<http://lava.nationalgeographic.com/cgi-bin/pod/PhotoOfTheDay.cgi?day=25&month=2&year=05>

Por último se encuentra el elemento agua. Este elemento tiene como órganos principales los riñones y la vejiga. Los riñones son órganos yin y la vejiga es órgano yang. Los órganos y tejidos acompañantes de este elemento son los oídos y los huesos. Su emoción característica es el miedo, su color es negro, su sabor es salado, su estación del año es invierno, su sentido de orientación es el norte, su factor ambiental es el frío y su desarrollo es el almacenamiento.

El agua es signo de vida y el órgano que lo representa es el riñón donde se guarda la energía genética, la heredada y la adquirida; genera los elementos estructurales del cuerpo como el cerebro, la médula espinal, huesos, dientes, sangre y cabello, e interacciona con la vejiga. El agua se puede encontrar en todo el ambiente que nos rodea y forma parte del cuerpo humano en un 70 u 80%. El invierno es la estación que se asocia con éste elemento y por este hecho se debe buscar el calor interior del ambiente y los seres queridos.

El sabor salado de éste elemento se debe a que la mayoría del agua es salada y en el cuerpo humano el agua posee muchas sales minerales que pueden ser evacuadas por medio de la orina, saliva, sudor y lágrimas. El exceso de este sabor en el cuerpo retiene el agua en los riñones, provoca tensión alta, problemas cardiacos, problemas renales y daños severos en el flujo de sangre, en éste último es importante recordar que se encuentra la correlación con elemento fuego, por lo que el exceso del elemento agua puede apagar la alegría de un ser humano (Hass, 1982)

En este elemento la emoción de miedo emerge como un pánico, una fobia específica, paranoia, ansiedad general ante la vida o una negatividad que espera lo peor; esta emoción manifestada en un sujeto llega a dañar los riñones o a la vejiga de manera seria.

La medicina tradicional China dice que los riñones son el almacenamiento de la vida o la fuerza vital que está correlacionada con los huesos, la médula, el nacimiento, la vida y la muerte, el ciclo de la transformación, la fuerza de voluntad, la ambición y el deseo de hacer algo en la vida. La falta o el exceso de una de estas características desencadenan un problema en este elemento. Así mismo, los riñones tiene la responsabilidad de filtrar la sangre para mantenerla limpia y en equilibrio, la filtración de éste fluido genera la orina que es enviada a los uréteres y a la vejiga; de esta manera los riñones se convierten en el órgano extractor de todo tipo de sustancias o elementos que ingresan al cuerpo que después pasan a la vejiga para ser desechados en su momento. Este segundo órgano del elemento agua se encuentra ubicado en la pelvis, su función principal es almacenar y eliminar la orina que le fue enviada por los riñones. Se dice que en la vejiga también residen las emociones y si no funciona apropiadamente ocasiona tensión al resto de los sistemas del cuerpo entre otros malestares (Hass, 1982)

Una forma de identificar un desequilibrio en el elemento agua es reconociendo el color azul o negro en la tez de una persona o en la atracción o rechazo excesivo del color al igual que en los otros elementos. Mucho o poco color del

elemento agua muestra el desequilibrio o el intento de reforzar el órgano o emoción que presenta una problemática seria en el individuo.

Horarios de los Órganos

En el caso particular de los órganos que conforman la teoría de los cinco elementos de la medicina tradicional China, se dice que poseen un horario que implica el momento cúspide positivo de cada órgano, en donde se concentra la máxima circulación de energía y la sangre nutritiva. Si este momento cúspide positivo se llega a manifestar en el horario opuesto al correspondiente la cúspide funcional podría ser negativa. La hora de prevalescencia de los órganos está estructurada de la siguiente forma: Pulmón de 3 a 5 am, Intestino Grueso de 5 a 7am, Estómago de 7 a 9 am, Bazo de 9 a 11 am, Corazón de 11 a 1 pm, Intestino Delgado de 1 a 3 pm, Vejiga de 3 a 5 pm, Riñón 5 a 7 pm, Pericardio de 7 a 9 pm, Triple Función de 9 a 11 pm, Vesícula Biliar de 1 pm a 1 am y el hígado de 1 a 3 am (DiproRed 2006)

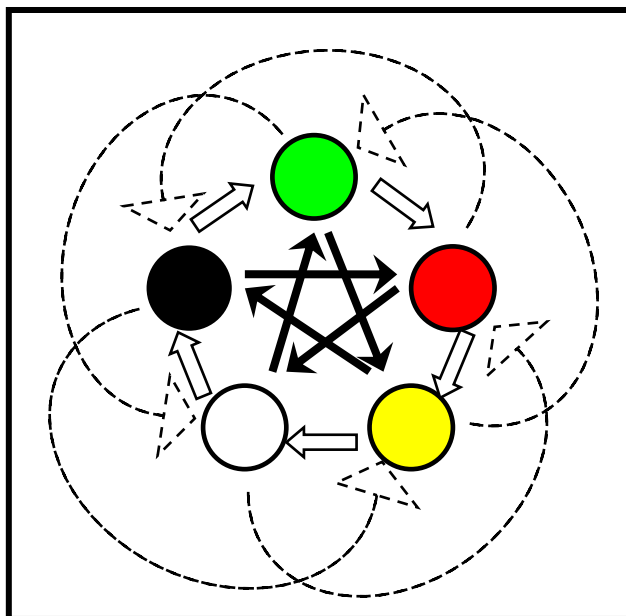
En cada horario que corresponde a los órganos se podría entrenar con múltiples ejercicios en general para coadyuvar en la armonía de los elementos y en equilibrio que debe permanecer en ellos. Este equilibrio es parte de una de las relaciones de los elementos que a continuación se expone.

Relación entre los elementos

En la teoría de los cinco elementos existen tres tipos de relación que pueden explicar el proceso salud-enfermedad del ser humano, en primer lugar está la intergeneración, después la interdominancia y por último la contradominancia (Ver figura 17). Estas relaciones se pueden observar por medio de las identificaciones de las características de los cinco elementos en la naturaleza y en el cuerpo de una persona que goza de una vida y una salud considerable o de una persona que presenta dolencias y afecciones provocadas por una enfermedad que a veces se vuelve crónico degenerativa.

Teoría de los Cinco Elementos

Figura 17



La intergeneración implica promover el crecimiento (Ver figura 18). El orden de la intergeneración es que 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, para encontrar mejor el sentido de esta relación, también se puede explicar de la siguiente manera, la madera puede generar el fuego, del fuego y la madera se crean cenizas que generan la tierra, la tierra da vida y aloja al metal que este a su vez conforma el agua que alimenta a la madera. Este ciclo se da permanentemente y de manera indefinida, aquí todos los órganos están articulados por el principio de la vida, si alguno de los órganos está ausente el microcosmos no funciona ya que debe estar en un equilibrio interior de acuerdo con el exterior. Su movimiento es a favor de las manecillas del reloj generando de esta manera el chi.

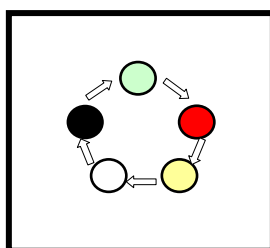


Figura 18

La interdominancia significa que cada elemento puede ser a la vez dominante y dominado siguiendo el mismo orden de la intergeneración, es decir la madera domina la tierra, la tierra domina el agua, el agua domina el fuego, el fuego domina el metal y el metal domina la madera. Dicho de otro modo, la madera acaba con la tierra, la tierra acaba con toda el agua, el agua apaga el fuego, el fuego funde al metal y el metal corta a la madera.

El microcosmos ya está establecido y empieza a moverse de manera autónoma lo que significa que el cuerpo existe en relación con otros lo que hará que el cuerpo se exprese en estado físico y emocional. Esta relación no es de continuidad, al interior de los elementos se hace una estrella lo que implica que la relación no es de cooperación sino de afectación por lo que un órgano o emoción empieza a dominar. En esta relación se crea una enfermedad que es un desequilibrio energético. (Ver figura 19)

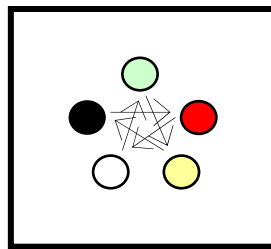


Figura 19

La contradominancia se encuentra y funciona por fuera de la primera y la segunda relación, circula en contra de las manecillas del reloj e indica el momento de un desequilibrio energético en donde el microcosmos está en decadencia por lo que el cuerpo y sus funciones sufren lo mismo. En este nivel se localiza el proceso de la destrucción del sistema de red de cooperación de los órganos. (Ver figura 20)

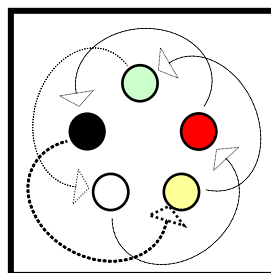


Figura 20

La teoría de los cinco elementos y sus relaciones entre ellos nos aproximan al entendimiento del orden, correspondencia, cooperación, equilibrio, desequilibrio y destrucción del macrocosmos y el microcosmos; éste es el proceso de salud-enfermedad del cuerpo que trata de explicar, intervenir, curar y prevenir la medicina holística además de integrarlo a su naturaleza de origen. Es importante aclarar que éste método no es una ley sino la base de una teoría que puede ayudar a explicar el proceso de un desequilibrio del microcosmos a partir de la propia vivencia del sujeto, entendiendo por esto como el conocimiento del estilo de vida de los seres humanos y la correlación que se tiene con la sociedad, el ambiente y el macrocosmos, todo esto es una integración y se debe observar de esa manera, ya que cualquier elemento o aspecto puede afectar o beneficiar al cuerpo.

3 Relación entre condiciones ambientales y la enfermedad

Es necesario y de suma importancia abrir un apartado que haga mención de cómo y de qué manera afectan las condiciones ambientales al cuerpo para ampliar el panorama de la generación de enfermedades en una sociedad como en la que vivimos.

Primero, por condiciones ambientales se debe entender como el entorno natural en donde vivimos pero se hace referencia también a las condiciones sociales en donde todos tenemos una participación en forma de relaciones interpersonales.

El ser humano ha creado un modelo económico político y social en donde no hay una participación activa, constante y permanente con el cosmos, hay una separación que lleva al desequilibrio en el cuerpo, con sus semejantes y con el medio que nos rodea, los intereses no van de acuerdo a la armonía que se debe tener con el macrocosmos y con todos los seres vivos.

En México el artículo primero de la ley general del equilibrio ecológico y la protección al ambiente 2006, dice: ARTÍCULO 1o.- La presente Ley es reglamentaria de las disposiciones de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos que se refieren a la preservación y restauración del equilibrio ecológico, así como a la protección al ambiente, en el territorio nacional y las zonas sobre las que la nación ejerce su soberanía y jurisdicción. Sus disposiciones son de orden público e interés social y tienen por objeto propiciar el desarrollo sustentable y establecer las bases para:

- I.-** Garantizar el derecho de toda persona a vivir en un medio ambiente adecuado para su desarrollo, salud y bienestar;
- II.-** Definir los principios de la política ambiental y los instrumentos para su aplicación;
- III.-** La preservación, la restauración y el mejoramiento del ambiente;
- IV.-** La preservación y protección de la biodiversidad, así como el establecimiento y administración de las áreas naturales protegidas;
- V.-** El aprovechamiento sustentable, la preservación y, en su caso, la restauración del suelo, el agua y los demás recursos naturales, de manera que sean compatibles la obtención de beneficios económicos y las actividades de la sociedad con la preservación de los ecosistemas;
- VI.-** La prevención y el control de la contaminación del aire, agua y suelo;
- VII.-** Garantizar la participación corresponsable de las personas, en forma individual o colectiva, en la preservación y restauración del equilibrio ecológico y la protección al ambiente;
- VIII.-** El ejercicio de las atribuciones que en materia ambiental corresponde a la Federación, los Estados, el Distrito Federal y los Municipios, bajo el principio de concurrencia previsto en el artículo 73 fracción XXIX - G de la Constitución;
- IX.-** El establecimiento de los mecanismos de coordinación, inducción y concertación entre autoridades, entre éstas y los sectores social y privado, así como con personas y grupos sociales, en materia ambiental, y
- X.-** El establecimiento de medidas de control y de seguridad para garantizar el cumplimiento y la aplicación de esta Ley y de las disposiciones que de ella se deriven, así como para la imposición de las sanciones administrativas y penales que correspondan.

En todo lo no previsto en la presente Ley, se aplicarán las disposiciones contenidas en otras leyes relacionadas con las materias que regula este ordenamiento.

La ley quizá engloba muchos aspectos, es muy prometedora y tal vez políticamente correcta pero la realidad denota otro panorama y su aplicación en nuestro país no es muy seria. Cada vez se observan y se sienten de distintas formas los contaminantes que nosotros mismos creamos. Estos contaminantes que no queremos ver en nuestros hogares los desechamos en lugares que estén alejados lo más posible de los asentamientos o las aglomeraciones humanas, sin darnos cuenta del daño que causamos al ecosistema generando así los tóxicos que en definitiva respiramos todos en el aire y que inhalamos a diario.

Pareciera ser que el crecimiento de la tecnología y la ciencia van de la mano con la destrucción del mismo ser humano y del medio ambiente en el que vive (Krippendortt, 1985). De qué sirve en este caso que la ciencia médica alópata descubra como “curar” o prevenir enfermedades si el comportamiento y conciencia de muchos sujetos no está en poner atención a su cuerpo y al cosmos además de que no integra al sujeto sino que lo separa o lo fragmenta dejando sin posibilidad al individuo atendido a enfrentarse así mismo y a los problemas que le vienen cotidianamente.

El sacrificio y daño que se está haciendo al planeta recordemos, es pos de la modernidad que nos va a traer una supuesta armonía, seguridad y la paz social. Pero no se ve. Al contrario lo que se observa es la depredación, rapacidad y destrucción del medio en que vivimos que finalmente es nuestra casa. Es decir, a la naturaleza le arrebatamos más de lo que le devolvemos. Este principio de dar y recibir, todavía no reciente del todo a las altas esferas sociales, por lo que no importa qué se le arrebatara al otro con tal de obtener lo que se desea. Después sorprende la bravura de la naturaleza recuperando su territorio haciéndonos ver el lugar que ocupamos en este planeta, lamentablemente a la mayoría de la población no le interesa y no se encuentra

en la menor disposición de hacerlo porque se ocupa de otros aspectos que no son la prioridad en la vida.

En la historia de México lo que se observa es una lucha por adquirir y mantener el poder, y los gobiernos que son resultados de ello atienden otras demandas que dejan de lado la verdadera lucha y forma de abordar los problemas sociales como las enfermedades. Aunado a esto existen otras partes poderosas del país (empresarial y tecnológicas) que se dedican junto con los primeros grupos de poder político y social traer la modernidad, comodidad y el supuesto mejoramiento de la calidad de vida, con la falsificación de alimentos (que dañan al cuerpo y que sus desechos atentan contra la naturaleza), con mejoras de tipo estético, y con el consumo irracional y la ausencia de respeto por otras formas de vida, además los pocos cambios o mejoras que se realizan se aplican principalmente en las cabeceras y no en todos los ámbitos territoriales del país (Chaparro, en López 2002)

La propuesta de un estilo de vida que fomentan estas instituciones lejos de ayudar se vuelve destructiva porque el capital se dedica exclusivamente a proteger sus negocios e inversiones sin ver que provoca reacciones negativas en el entorno del que depende. Esto da como efecto que la gente carente de una conciencia integral sufra de enfermedades provocadas en el ambiente por decisiones tomadas de algunos sectores sociales que bajo sus intereses no benefician a la población.

Ante este panorama sombrío, desolador y de culpa, en la actualidad se ha venido dando un consumismo de productos ligeros, reciclados o reciclables, que siguen dañando al cuerpo y siguen deteriorando el entorno que nos rodea.

De esta manera la creación de enfermedades en una sociedad es la suma del desequilibrio del ser humano consigo mismo y con la naturaleza, y la única opción que piensa un alto índice de población para solucionar su problema de salud es acudiendo a lo que la mercadotecnia farmacéutica, avalada por la ciencia y la tecnología le propone, es decir se vende una idea de estilo de vida

en donde la enfermedad es un problema mínimo que puede solucionarse “rápido y de manera efectiva” con un fármaco.

Se tiene que reconocer y aceptar que la degradación del ambiente y el fomento de un estilo de vida que no integra al cuerpo en su totalidad alejan al sujeto a tener una calidad de vida sana y fuerte con la que pueda perdurar mucho tiempo. Por ejemplo, las emisiones en el aire por diversos contaminantes siguen trayendo debilitamientos del sistema inmunológico de los seres humanos provocando y formando un terreno para las enfermedades como irritaciones en distintas partes del cuerpo, problemas respiratorios y digestivos, o una oxigenación cerebral pobre, sin muchos nutrientes o verdaderamente destructiva, entre otras.

Todo esto generalmente lo omitimos en nuestras vidas dejando pasar a nuestros cuerpos las enfermedades que si bien aparecen al instante también pueden ser almacenadas y cultivadas para después aparecer de manera grave y es ahí en donde el sujeto se da cuenta de que posee un cuerpo que está más allá del explotarlo para obtener intereses de otra magnitud.

4 La gastritis y el elemento Madera. Reflexión

Mediante toda la exposición de este capítulo se puede deducir por lógica que la gastritis (un problema digestivo ubicado específicamente en el estómago) es una enfermedad que radica en el elemento madera y que aloja a los órganos estómago, bazo, páncreas y que es representado por el color amarillo, sabor dulce, la estación del verano tardío, la emoción de ansiedad, etc.

Pero ¿cómo surgió la gastritis en el sujeto?, ¿qué originó el desequilibrio en el cuerpo del sujeto?, ¿cómo fue el proceso de construcción de esta enfermedad?, ¿cómo viajó la emoción dominante hasta estacionarse en el estómago?, ¿de qué manera se atendió el padecimiento?

Ante estas preguntas surge la necesidad y objetivo de conocer y analizar la construcción emocional, farmacológica y alimenticia de la gastritis a lo largo de la vida de los sujetos participantes en esta investigación. Estas brindaron su experiencia a través de una entrevista para saber más a fondo el problema en cuestión. Resolver este objetivo implicó adentrarse en las emociones, sentimientos, estilos de vida, percepciones sobre el cuerpo y la enfermedad, y la correlación existente entre los colores, sabores y estaciones del año.

Algunos se preguntarán ¿qué tiene que ver en este caso la alimentación con las emociones? Mucho, la forma de alimentación sirve para identificar como el estilo de vida del ser humano afecta sus emociones pero también se estudia cómo las emociones dominan al individuo acorralándolo a ingerir cierto tipo de alimentos con un sabor específico el cual produce una enfermedad en el sujeto por el olvido del cuerpo. Como se vio en la exposición de la teoría de los cinco elementos, cierto tipo de nutrientes con un sabor determinado pueden ser indicadores o propiciadores de un desequilibrio en la armonía intergeneracional de los elementos en el cuerpo del ser humano.

La alimentación debe ser balanceada y rica en elementos naturales que forman parte del entorno para desarrollar de manera benéfica todas sus potencialidades físicas, psicológicas, afectivas, emocionales, espirituales, de aprendizaje, de socialización y de identidad cultural. Pero la importancia de este tipo de nutrición no solo conlleva comer cierto tipo de alimentos sino también asumir una actitud integral ante la vida y el universo. En la actualidad muchos alimentos en el mercado (resultado de la producción capitalista que solo se interesa en la manufacturación de mercancía y no en su calidad) son procesados de tal manera que su consistencia nutritiva es pobre o se pierde además de la administración de conservadores que son peligrosos o nocivos para la salud estomacal (Baca, 2004)

A veces cambiar los hábitos alimenticios por una conciencia de salud es difícil, en ocasiones las personas necesitan enfermar para entender que el suministro de alimentos naturales es necesario y de suma importancia para su coexistencia. Sin embargo existen personas que no tienen un interés en la

forma y calidad de su nutrición, simplemente se dejan llevar por el placer, deseos, deleites de sabores, olores y colores de diversos platillos que solamente tienen una apariencia agradable pero no una calidad nutritiva.

Es muy complicado modificar el estilo de vida pero vale la pena fomentar y eliminar los agentes nocivos, perjudiciales y los focos de infección para tener un resultado positivo y cuantificable sobre la salud individual así como lo referente a la población en su totalidad (OPS, 2006)

De esta forma el estómago se convierte en la cavidad receptora y procesadora de alimentos, emociones o sensaciones para colaborar en la generación del chi vital. Un estómago fuerte y bien entrenado con alimentos no muy masticables favorece al cuerpo proporcionando salud considerable y una vida larga. De lo contrario el estómago será débil y propenso a distintos malestares como la gastritis.

En el siguiente capítulo se podrá observar con más detalle la resolución del objetivo planteado en esta investigación. La gastritis en el presente proyecto no es asimilada como una simple enfermedad que resultó de una mala alimentación como generalmente se explica, sino que se parte de la idea de que los hábitos alimenticios propician y pueden ser resultado de emociones que desequilibran la armonía del cuerpo de los entrevistados. Con apoyo y fundamento en la teoría de los cinco elementos de la medicina tradicional china se podrán conocer y analizar las cuestiones establecidas en este proyecto del estudio de la gastritis.

Capítulo 3

El proceso de la gastritis

Para conocer y entender el proceso de la gastritis fue necesario recurrir directamente a la persona que padece este malestar ya que en ella se encontraron las respuestas que sirvieron para esclarecer el proceso de construcción del mismo.

3.1 Plan de trabajo

El trabajar con una persona que vive con este padecimiento implicó dialogar, preguntar y escuchar. Con estas habilidades se pudo obtener la información necesaria mediante una entrevista, que es la principal herramienta de trabajo para saber de la historia de las personas. Fue primordial entrevistar a los individuos porque ellos son un documento vivo que expresan en una historia oral emociones, sentimientos, significados, conceptos, filosofías, etc., muy necesarios para saber cómo fue el curso de la gastritis.

Objetivos

1. **General:** Conocer y analizar la construcción emocional, farmacológica y alimenticia de la gastritis a lo largo de la vida de los individuos participantes.
2. **Específicos:** Conocer y analizar cómo surgió la gastritis en el individuo, Conocer y analizar qué originó el desequilibrio en el individuo y, Conocer y analizar qué aspectos afectaron al estómago para provocar el padecimiento en la persona.

Metodología

El método de investigación de este proyecto fue la historia oral la cual implica un procedimiento establecido de construcción de nuevas fuentes para la

investigación sociohistórica con base en los testimonios orales recogidos sistemáticamente para investigaciones específicas.

La historia oral ha ofrecido orientación y ha proporcionado medios para obtener un conjunto de propósitos, como buscar un mejor conocimiento de la historia y sociedad contemporánea y el poder contribuir a modificar una practica científica frecuentemente desligada de su entorno y de los individuos sociales con que interacciona.

El interés de la historia oral surgió por la búsqueda de nuevas alternativas para el oficio de los historiadores, que se fueron concretando en el proceso de detección de nuevos individuos sociales, con el propósito de abordarlos en escalas y niveles locales y regionales para buscar y comprender fenómenos sociohistóricos particulares mediante la producción de nuevas fuentes de información y evidencia histórica.

La historia oral esta interesada en conocer y comprender la dinámica propia de los grupos y sociedades humanas, además, se preocupa por los hechos y fenómenos sociales en los que participan instituciones e individuos involucrados en determinados procesos económicos, políticos y culturales.

Hacer historia oral significa producir conocimientos históricos, científicos y no simplemente lograr una exposición ordenada de fragmentos y experiencias de la vida de otros individuos. Además no solo importa construir y sistematizar las nuevas fuentes orales, sino que se requiere integrarlas y confrontarlas con los demás acervos históricos.

La historia oral contemporánea se ha derivado de una práctica de investigación procedente de una rama de la historia, la historia social, la cual demanda una apertura de la práctica historiográfica hacia las ciencias sociales. Además propició numerosos estudios de demografía histórica e historia económica y el vínculo existente con la antropología, lo cual llevo a la incorporación de estudios histórico-culturales.

Este tipo de metodología se ha convertido en una herramienta esencial para el campo profesional en donde caben distintos expertos, cada uno con su oficio y

formación. Se han tomado conceptos teóricos desarrollados en la antropología y la sociología, se han asimilado técnicas etnográficas para el trabajo de campo y se han incorporado métodos de investigación más propicios para desarrollar aproximaciones cualitativas en los fenómenos de tipo histórico.

Materiales

Para realizar las entrevistas de esta investigación se emplearon: una grabadora reportera, computadora, escritorio, silla, impresora, casetes, lápices, sacapuntas, plumas, marcadores, hojas, libreta, una guía de entrevista con siete categorías y 30 jóvenes de ambos sexos con un rango de edad de 16 a 27 años.

A estos jóvenes que participaron en el proyecto se les cambió su nombre original por uno ficticio, representados también por una frase para identificarlos adecuadamente además sus domicilios solamente especifican la zona geográfica donde residen por lo que no se encontrarán domicilios detallados, esto con el objeto de guardar su confidencialidad y cumplir con la ética profesional de trabajo psicológico.

Si en el transcurso de la lectura de esta investigación es de suma importancia o interés conocer minuciosamente cada entrevista para ampliar ideas o resolver dudas del proyecto de tesis, se puede acudir directamente al archivo general en el “Proyecto Cuerpo” situado en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FES-I) en donde se encontraran las treinta entrevistas con nombre y número correspondiente con el objeto de facilitar la búsqueda de los casos.

3.2 Resultados

En esta sección se presentaron los resultados de la investigación en una tabla donde se pueden observar las 30 entrevistas, de éstas, 17 pertenecen al género femenino y 13 al género masculino. La tabla se dividió en tres secciones, en la primera se encuentran las fichas de identificación de cada individuo, en la segunda sección se encuentra la información proporcionada de los individuos con respecto a su embarazo y nacimiento y por último en la

tercera sección se sintetizó la información del entrevistado con respecto al padecimiento que se está abordando en este proyecto. (Ver tabla de resultados en todos los casos para conocer más detalles de las entrevistas)

3.3 Presentación de resultados

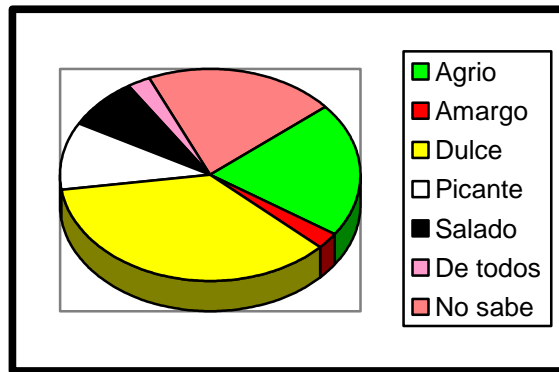
Ficha de identificación

Se entrevistaron a 17 mujeres y 13 hombres de entre 16 a 27 años de edad. 28 personas son solteras y solamente hubo 2 casos de cuestión matrimonial. La escolaridad de los participantes es la siguiente: 1 caso de primaria, 6 casos de preparatoria más 1 trunco, 3 casos de pasantes o graduados de licenciatura, 2 casos de carrera trunca, 12 casos que cursan licenciatura, 4 licenciados y 1 caso de especialidad. La zona geográfica en donde residen los participantes es en su mayoría de la zona metropolitana con un 70% mientras que los que viven en la ciudad alcanzan el 30% del total de casos.

Información de embarazo y nacimiento del individuo

Este apartado de la tabla corresponde a la información que suministró el participante con respecto a su embarazo y nacimiento por lo que se remitió a la información con respecto a la historia de sus madres en el tiempo en que estuvo embarazada del individuo.

Se reportaron 8 casos de madres que tuvieron una preferencia por el sabor agrio, 1 por el sabor amargo, 14 por el sabor dulce, 4 por el sabor picante, 3 por el sabor salado, 1 por todos los sabores y ocho en donde no se pudo lograr una identificación de los sabores preferenciales porque los sujetos no sabían acerca de este tema en relación con sus madres. (Gráfica de sabores preferidos de las madres durante el embarazo)



Gráfica de sabores preferidos de las madres durante el embarazo.

El tipo de parto fue el siguiente: 22 partos naturales de los cuales uno presentó cordón umbilical enredado en el cuello; 7 partos por cesárea de los cuales uno presentó la misma problemática del caso del parto natural; y un caso en donde no se especificó qué tipo de parto fue porque no tiene información de este tema. En cuanto al número de embarazo de los sujetos 10 fueron el primer embarazo, 8 el segundo, 8 el tercero, 1 el cuarto, 1 el sexto, 1 el séptimo y 1 el noveno embarazo.

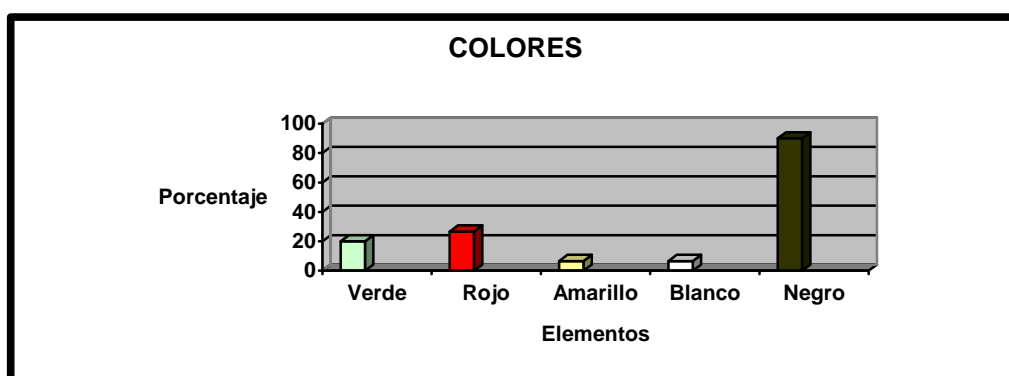
Con respecto a las enfermedades que padecieron sus madres durante el embarazo, los individuos reportaron las siguientes: de los 30 casos, 21 no presentaron ninguna enfermedad, 4 no tienen información acerca de este tema y 5 si presentaron enfermedades durante el embarazo. En el primer caso de estos, se dio descalcificación, pérdida de dientes superiores y caída de cabello; en el segundo se proporcionaba tratamiento a la matriz por una malformación física e ingería medicamento para retener al producto porque abortaba; en el tercer caso la madre estuvo en reposo y bajo tratamiento médico durante toda la concepción porque le costó trabajo embarazarse y ya había presentado dos legrados anteriormente, no podía retener el producto porque tenía un problema en la matriz; en el cuarto caso únicamente se dio presión alta; y en el quinto caso se dieron problemas de circulación en las piernas, se le hinchaban y le dolían, además presentó descalcificación y posterior al parto perdió los dientes.

Síntesis del padecimiento

Analizando los discursos de todos los participantes con la Teoría de los Cinco Elementos, se pudo conocer más a fondo el proceso de la gastritis. Esta teoría fue de gran apoyo para identificar qué fue lo que paso antes y después de que brotara el padecimiento, más adelante se conocerán los casos específicos de cómo se construyó esta enfermedad. Para explicar de forma concreta este malestar conforme a los datos del cuadro de resultados se retomó la información de los entrevistados y los aspectos representativos de la teoría de los cinco elementos como colores, sabores, estaciones del año, y enfermedades que han padecido a lo largo de sus vidas, así como los síntomas, diagnósticos, tratamientos y resultados del problema de gastritis.

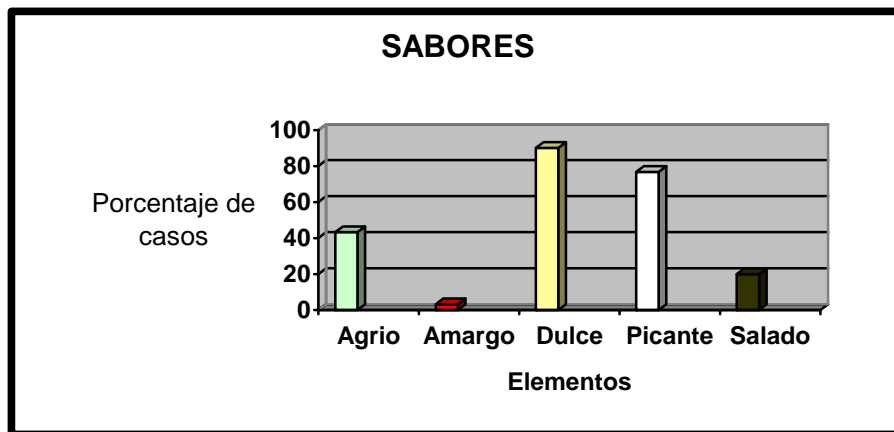
Colores

La gráfica de colores muestra que el 90% de la población tiene una preferencia por el color negro o los tonos allegados a éste. En segundo lugar con el 26.66% se encuentra el color rojo y las tonalidades cercanas al mismo. Después sigue el color verde con 20% y por último se encuentra una similitud preferencial entre el elemento Tierra y el elemento Metal con 6.66%. (Ver gráfica de colores)



Sabores

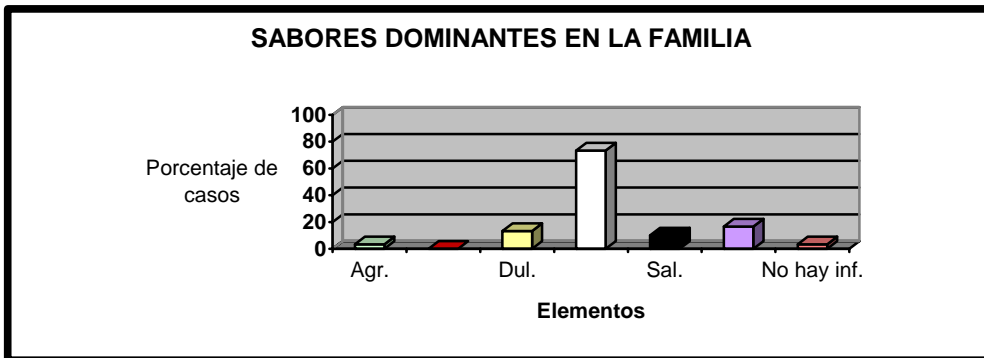
En cuanto a los sabores se pudo observar que el dulce tuvo más presencia en los entrevistados con un 90% de preferencia, el segundo lugar lo obtuvo el sabor picante con un 76.66%, en tercer lugar se encontró el sabor agrio con 43.33% del total de la población, el sabor salado alcanzó el cuarto lugar obteniendo un 20% de consumo en toda la población entrevistada y por último el sabor amargo, que no fue de mucha inclinación para los individuos y obtuvo el quinto lugar en el consumo de toda la población con un 3.33%. (Ver gráfica de sabores)



En la familia también existió una dominancia en el consumo de alimentos con un sabor específico. El picante es el sabor que más se ha ingerido en los guisos que se cocinan en los domicilios de los sujetos, este sabor tuvo una presencia del 73.33%. El segundo sabor preferencial fue el dulce con 13.33%, en tercer lugar se localizó el sabor salado con 10% de consumo, en cuarto lugar el agrio con 3.33% y por último el sabor amargo que no tuvo un auge en el gusto de las familias.

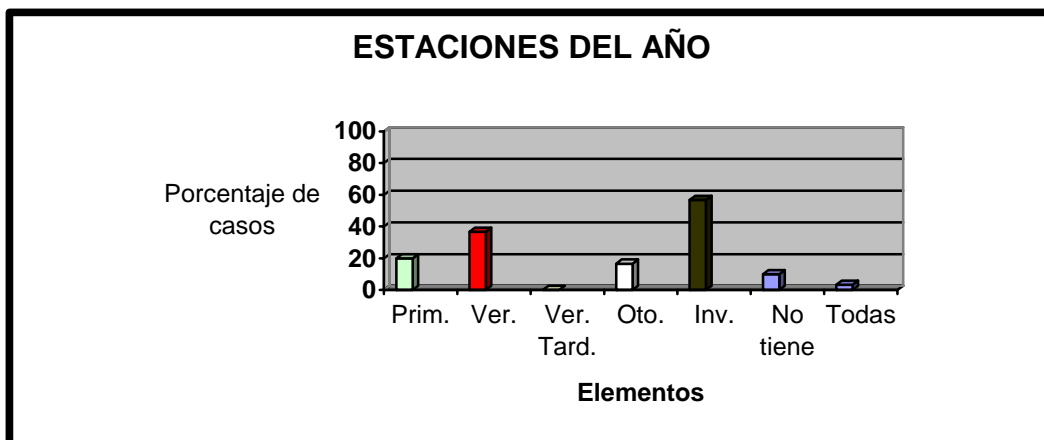
Cabe mencionar que las dos últimas barras de la gráfica que ilustra los sabores dominantes en las familias representan el porcentaje de casos que muestran un gusto equilibrado por todos los sabores y el porcentaje de población que no tiene información acerca de este tema. La penúltima barra de la gráfica revela el equilibrio de consumo de sabores con un 16.66% de preferencia en los casos mientras que en la última barra se distingue que el 3.33% no sabe que

sabor se consume más en su hogar. (Ver gráfica de sabores dominantes en la familia)



Estaciones del año

En la gráfica de las estaciones del año, se observó la presencia del invierno sobre las demás estaciones. Esta estación tuvo una representación del 56.66%, la segunda estación que tuvo un auge considerable fue el verano con un 36.66% mientras que la primavera obtuvo el 20% seguido del otoño que tuvo 16.66% de presencia. El verano tardío no tuvo auge en el organismo de la población ni como estación preferida, ni como estación en la que enferman comúnmente. Un diez por ciento dijo no tener una estación del año preferida o en la que comúnmente enferme y un 3.33% aclaró que en cualquier época del año presenta enfermedades.



Enfermedades que han padecido

Ante el desequilibrio orgánico de los individuos, el cuerpo expresó la desarmonía que vive en forma de padecimientos, estas se manifestaron desde las más simples hasta las más complejas inclusive algunas alcanzaron una forma crónica en la vida de los participantes. Las enfermedades más observadas, que han experimentado o experimentan estos jóvenes fueron: hepatitis, dolor en articulaciones, dolores de cabeza, temperatura alta, colitis, enfermedades de la garganta como tos o problemas en las amígdalas, dolores musculares, vómito, problemas en las vías respiratorias, gripa, molestias intestinales, diarrea, estreñimiento, malestares cutáneos, descalcificación, dolor de huesos y molestias e infecciones en los riñones y vejiga (Ver “Enfermedades que ha padecido” en tabla de resultados para conocer casos específicos)

Síntomas y diagnóstico de la gastritis

Los síntomas que vivieron los individuos antes del diagnóstico de la gastritis fueron: dolor de estómago, ardor, acidez, gases, inflamación, sentimiento de vacío, náuseas, vómito, mareo, sentimiento de pesadez, entre otros (Para conocer los casos específicos, ver “Síntomas” en tabla de resultados). Estas molestias antecesoras e indicadoras de la gastritis fueron motivo para que los sujetos acudieran a alguna ayuda médica con el objeto de resolver sus malestares estomacales que aquejaban y deterioraban su vida cotidiana.

La visita se dio principalmente con médicos alópatas, pero también hubo algunas personas (muy pocas) que acudieron con un médico alternativo. El diagnóstico que determinaron estos expertos en la salud fue principalmente a base de los síntomas, sin embargo hubo algunos casos en donde se hicieron estudios un poco más completos para corroborar que el malestar que tenía el paciente era gastritis.

Tratamiento y resultados de la gastritis

Al ser diagnosticados con gastritis por el experto en la salud, los jóvenes fueron sometidos en su mayoría al tratamiento de la medicina alópata, éste consistió en la administración de fármacos presentados como suspensiones y pastillas en su mayoría antiácidos y anti inflamatorios aparte de recibir una recomendación en su dieta o en su estilo de vida. Ninguno de los pacientes sometidos a la alopátia reportó haberse curado, algunos únicamente mencionaron que disminuyeron sus síntomas, otros indicaron que el medicamento les fue adverso y un sector considerable de la población confesó haberse automedicado para aliviar los malestares que no soportaba antes y después de haber visitado al médico. (Ver “Tratamiento” y “Resultados” en tabla de resultados.

En contraste con lo anterior, los casos de visitas al médico alternativo fueron mínimos, su diagnóstico fue a base de los síntomas expresados por los pacientes, su tratamiento se enfocó principalmente en la administración de tes y agujas, y los resultados que reportaron estas personas fueron favorables en su mayoría porque gracias a esto adquirieron conciencia de que su problema no era estrictamente orgánico sino que había algo más allá de esa simple explicación por lo que tuvieron que experimentar la confrontación consigo mismo.

3.4 Análisis de resultados

Los siete segmentos que conforman la guía de entrevista se dividen en dos partes. La primera es referida a la historia de vida que contiene dos categorías. 1 Embarazo, nacimiento y alimentación y 2 Relaciones interpersonales y emocionales; la segunda parte se dirige principalmente a la historia del padecimiento y contiene 3 categorías. 1 Curso de la enfermedad, 2 Alimentación y padecimientos y 3 Cuerpo. (Ver anexo)

Parte 1

Historia de vida

La historia de vida (parte uno de la guía de entrevista) se avocó a recopilar la información necesaria del individuo en cuanto a su desarrollo emocional, sentimental, educativo, de relaciones, alimentación de la madre durante el embarazo y los cuidados posteriores; esto como primer plano del proceso de la gastritis.

Categoría de embarazo y nacimiento

Un embarazo se da a partir de que el óvulo es fecundado por el espermatozoide y se aloja en la matriz durante nueve meses. En este tiempo es de vital importancia la alimentación, higiene, las relaciones interpersonales y emocionales con su pareja y con las personas que la rodean, así como todos los cuidados necesarios para tener un buen desarrollo de embarazo. Posterior a esto el parto puede ser de distintas formas, pero el significado de estos conocimientos se refieren principalmente a la creación y nacimiento de un nuevo ser humano.

Esta categoría fue con el propósito de saber si el individuo conoce su historia, es decir todos los seres humanos fuimos concebidos por nuestra madre y nuestro padre y el saber o no saber de eso lleva al individuo a tener un modo de vida y una forma de verla, por lo que es necesario saber si el individuo la conoce o no y qué concepción tiene de eso.

Ante la cuestión de si el embarazo fue o no planeado existen varias repuestas. Algunos afirman que su embarazo fue producto de una planificación anticipada, pero es importante aclarar que muchos únicamente creen o formulan una idea de su concepción sin embargo no afirman que sí lo fue.

“B. Pues mi mama quería ya tener hijos, no se si a eso se le llame planeación, mi mamá me cuenta pues, que cuando ella se casó lo que quería era ya tener hijos y pus ya no se si haya sido planeado o no, pero yo considero que si ¿no?, fue un

embarazo planeado, porque se cuidó y todo para que todo saliera bien, bueno su primer parto, fue cesárea de hecho.”¹

“K. Si, bueno los tres embarazos fueron planeados, así con su debido tiempo, o sea se casaron, y al año tuvieron a mi primera hermana y luego esperaron tres años y me tuvieron a mí, y luego se esperaron un año y tuvieron a mi otra hermana, y fueron planeados pero mi mamá se operó al último para ya no tener más hijos.”²

“E. Creo que si, porque tenemos el mismo tiempo entre hermano y hermano.”³

“J. Lo que me cuentan es que si fue planeado porque querían hombre o sea de tanto intentar, intentar y salió pura vieja y ya surgió el hombre y ya se puso contento mi papá fue eso.”⁴

“G. Si, hasta donde yo sé. Porque ellos ya habían sufrido una pérdida y era deseo de ambos tener hijos.”⁵

“I. Si creo que sí, que yo sepa verdad.”⁶

“B. Pues si, creo que si, (risa). Pues si se casaron y mas o menos al mes ya se había embarazado mi mamá. O sea querían tener hijos, digo yo.”⁷

Otros piensan que su embarazo tal vez no fue planeado y que más bien fueron producto de una relación inesperada o porque los métodos anticonceptivos no fueron aplicados en el momento.

“I. No, fue inesperado, yo cuando le pregunté a mi mamá así como que no quería decirme bien y porque sintió que yo le iba a reclamar después cosas pero pues yo le empecé a preguntar todo eso a ella...me empezó a decir tu preguntame me decía y ya me dijo ¿no?, ninguno de los embarazos fue planeado, fueron inesperados cuando me daba cuenta, ya estaba embarazada y pues ya, no pensó nunca en abortar, porque no le daba miedo, como era la hermana más grande siempre cuida a sus hermanos, entonces esos cuidados de los bebés dice que no le daban miedo ni se asustaba, entonces cuando ya se enteraba de que estaba embarazada, ya todos les daba gusto y me esperaban o nos esperaban, pero de que fuera planeado y eso, no, más bien eran inesperados, ella se embarazaba y ya después se daba cuenta, pero sin planearlo y quizá no deseado, era inesperado.”⁸

“M. No, porque mis padres no se protegieron en la relación sexual.”⁹

¹ Ver entrevista No. 4. Bety. Mis dolores. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Octubre del año 2005.

² Ver entrevista No. 25. Karen. Presunción desencadenada. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Febrero del año 2006.

³ Ver entrevista No. 18. Ernesto. Los deseos de los otros. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Enero del año 2006.

⁴ Ver entrevista No. 13. Julio. La cascada hermosa. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

⁵ Ver entrevista No. 29. Griselda. La sonriente. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Marzo del año 2006.

⁶ Ver entrevista No. 1. Isabel. El alma y la vida. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Septiembre del año 2005.

⁷ Ver entrevista No 3. Belem. Rosa roja. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Octubre del año 2005.

⁸ Ver entrevista No. 26. Iris. Algunas piedras. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Marzo del año 2006.

⁹ Ver entrevista No. 6. María. Caracol. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

“C. No. ...Porque según lo que tengo entendido cuando platicué con mi mamá, con este señor que es mi padre que no lo conozco pues se conocieron, anduvieron un tiempo pero nunca se cuidaron, pero nunca planearon que yo naciera, de hecho él tiene otra familia, bueno hasta donde yo supe él tenía otra familia, pero es que no fue planeado se fue cuando se enteró que iba a nacer, yo no lo conozco.”¹⁰

“V. Ah no, no creo. Porque eh, mi mamá estaba joven y mi papá estaba estudiando la carrera y pues ya sabes ¿no? (risas), y pues ya, se casaron. Creo que al principio no tenían donde vivir mi jefe, bueno donde viviéramos, ya después. Pero no, no fue planeado porque si hubiera sido planeado, bueno yo considero que a horita no habría no se conflictos ¿no? ahí con mi familia, somos cuatro.”¹¹

Cierto número de casos no supieron si fueron o no planeados porque no han platicado acerca de este tema con su familia o con su mamá.

“F. No, no sabría decirte.”¹²

“F. No, información de eso si no, no platicamos casi.”¹³

En otros casos se encontró una inseguridad en el discurso del individuo en cuanto a si fue o no planeado su embarazo.

“I. ...pues pude ser ¿no?, soy el tercero, o sea igual y si hubiera sido el primero puede ser, igual y se embarcaron pero pues yo creo que si fui planeado.”¹⁴

Posterior a esto cuando se les cuestionó acerca de los síntomas que padecieron sus madres durante el embarazo respondieron que solamente tuvieron vómitos, mareos, antojos, nauseas, dolores y otros indicadores de embarazo que en general definieron como síntomas normales o incómodos dentro de lo establecido en las etapas correspondientes de la concepción.

“D. Ah, pues si dice que le daban los, bueno los mareos, vértigo, bueno si mareos, los vómitos y los antojitos que ya sabes, que ahí el papá es el que se los complace. O bueno luego como ya vivía ahí en casa de mi abuelita, pues ya luego

¹⁰ Ver entrevista No. 27. César. Que nos vean. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Marzo del año 2006.

¹¹ Ver entrevista No. 9. Venancio. Nopalito verde. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

¹² Ver entrevista No.19. Fernando. Agua al jardín. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Enero del año 2006.

¹³ Ver entrevista No. 17. Federico. La maldad se va. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Enero del año 2006.

¹⁴ Ver entrevista No. 15. Ignacio. El solitario. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Enero del año 2006.

también ella, o mis, o mi papá era la que la cuidaba pero si tenia, los antojos, el vomito y las nauseas.”¹⁵

“N. ...ella siempre presentaba muchos dolores, contracciones, dice que siempre, siempre, ella bueno, cuando estuvo embarazada de mi no podía dormir, porque yo la pateaba mucho...”¹⁶

“K. Si, tuvo vómitos y mareos y ascos a las comidas y todo eso.”¹⁷

En ocasiones el desarrollo del embarazo se presentó de manera irregular, hubo algunas molestias por parte de las madres durante los primeros meses del embarazo, estas molestias eran principalmente vómitos anormales al igual que los mareos, problemas de presión y algunas indigestiones por alimentos específicos que ingerían.

“D. Ella me cuenta que durante los primeros meses sí, estuvo muy fuerte los mareos, los vómitos, si estuvieron muy fuertes, ya después se atenuaron, ya fueron más tranquilos, pero si tuvo problemas de eso se mareaba muchísimo, dice que no podía comer casi nada, y más del embarazo de mi hermana ella nos platica más de eso, que si se ponía muy mal, pero si en el embarazo de mi hermano ya no hubo tanto problema con eso, pero si en los tres primeros meses.”¹⁸

“B. Normal. ...bueno al principio si sentía mal este las clásicas mareos, agruras, vómitos los primeros tres meses. Lo que si me comentaba mucho es que comió pollo Kentucky y ese pollo le provocó muchas agruras y a mi ese pollo no me gusta me provoca también muchas agruras. No me gusta. No se si sea por eso pero no, no me gusta.”¹⁹

“I. Decía que caminaba mucho, ella caminaba mucho cuando estaba embarazada, estaba trabajando ella trabajaba normal pues es lo único que me ha comentado.”²⁰

“J. Si, bueno mareo vómito y posiblemente un desmayo pero otra cosa no.”²¹

“G. Muchos mareos por las mañanas y vómitos frecuentes, y tendencia a la presión baja. A partir del séptimo mes, sufría mucho de calambres, e hinchazón de manos y piernas.”²²

También se presentaron situaciones en que las mamás no presentaron ningún malestar y ninguna queja con respecto a la concepción de su hijo.

¹⁵ Ver entrevista No. 7. Donovan. Mantarraya. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

¹⁶ Ver entrevista No. 2. Nelly. Unas patadas. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Septiembre del año 2005.

¹⁷ Karen.

¹⁸ Ver entrevista No. 24. Darío. Lo bello de estar aquí es vivir y morir con dignidad. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Febrero del año 2006.

¹⁹ Belem.

²⁰ Isabel.

²¹ Ver entrevista No. 20. Juana. El miedo oculto. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Febrero del año 2006.

²² Griselda.

“B. En los primeros meses, bueno ya cuando se dio cuenta de que estaba embarazada al mes y a los dos meses ella no tuvo, dice que ni sintió de hecho el primer parto que lo único que tenía ella eran muchos antojos, pero vómitos, mareos no, que supo que estaba embarazada pero por los antojos, nada más, digo por eso no soy tragoncita, jaja, pero que nada mas puros antojos, y vómitos nada, nauseas y mareos no, yo creo porque su dieta era buena.”²³

“A. Pues no, dice que no le dieron náuseas, que creo que soy el mejor embarazo que ha tenido porque no le dio dolor.”²⁴

Cabe mencionar que dentro de esta categoría también se hallaron expresiones que revelaron no tener conocimiento de este segmento de su vida porque no han preguntado a la fuente principal que es su madre, la falta de comunicación es evidente.

“I. Pues no sé.”²⁵

“A. No, no la verdad no sé que pasaba durante ese tiempo.”²⁶

“F. No, sé.”²⁷

En cuanto a la forma de alimentación de las madres en este lapso de sus vidas, se observó que detrás de la decisión de ingerir alimentos existía la preferencia de un cierto sabor determinado dependiendo de cómo se sentía la mamá emocionalmente en el momento de la concepción. Además el apartado expone la nutrición específica de las madres que radicó principalmente en ingerir frutas, verduras, legumbres, semillas, harinas, líquidos y carnes blancas o rojas.

“B. Mi mamá me cuenta que tuvo muchos antojos. ...se alimentaba bien. ...lo que más se le antojaba era comida del mar, camarones, ostiones, todo eso. ...le gustan mucho los camarones. ...Se cuidaba, no comía mucha grasa, cítricos no comía tampoco, eh a veces verdura, fruta fresca, carne cocida, creo que carnes rojas me dijo que no había comido, carnes rojas no, comía pollito, pescado, verdura, mucho agua, muchos líquidos tomaba.”²⁸

“A. Pues allá casi de todo, era buena porque mi papá siempre dio cosas de la casa de mi abuelo llevaba pescado antes había mucho pescado en el río, y comía de todo, leche porque tenían vacas. ...Verduras, a mi mamá le gustaban mucho las verduras, era así como caldo de verduras con pollo,... pero si comía bien.”²⁹

²³ Bety.

²⁴ Ver entrevista No. 12. Andrea. Saca la basura. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

²⁵ Iris.

²⁶ Ver entrevista No. 30. Alejandro. El perfume dorado. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Marzo del año 2006.

²⁷ Federico.

²⁸ Bety.

²⁹ Ver entrevista No. 11. Alberto. Buscando la luz. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

“C. Pues lo que yo tenía entendido en ese tiempo vivía ella con mi abuelita y si acostumbraba mucho comer lo que es la carne en salsa verde era lo que más comían ellos, siempre guisaban, hacían sopa, arroz y siempre había un guiso relacionado con el picante, no sé encacahuatado, chile pasilla, tortas de carne en chile morita, así, tipo de esos guisos, entonces la mayor parte así fue.”³⁰

“F. Pues los alimentos, ellos todavía vivían cuando mi mamá estaba embarazada de mí, acababan de llegar a la Ciudad de México y constaba su alimentación de arroz, sopas, frijoles, carne, verduras.”³¹

“J. Alimentación, pues era caldo de pollo, caldo de res, digamos este, yogures, leche quesos o sea comida balanceada.”³²

“V. No, nada mas que, yo si me acuerdo que si, mi mamá comía mucho picante. ...los elotes con chile no se, antojos no se, chicharrones eh, bueno frituras, fruta, fruta con chile también. ... también comía mas cosas pero no me acuerdo. ...creo que así de lo normal no se, frijoles este, pues carnes, frutas, frutas también muchas, mucha, mucha, este guisados, todo eso.”³³

En ocasiones la madre no tenía antojos pero toleraba algunos alimentos o los ingería porque sentía la necesidad de comerlos, aspecto que indica el llenado de alguna falta primordial en el organismo.

“R. No sé muy bien, pero si me acuerdo que comía mucha fruta, la fruta así fresca, el mango, la sandía o el melón. ...se le antojaba mucho lo frío, pero así de otras cosas que haya comido, no me acuerdo, es más creo que no le he preguntado.”³⁴

“F. Pues de que platicamos, dice que le daba por tomar mucho agua.”³⁵

“N. ...a ella se le antojaban mucho lo que eran las paletas de hielo, en especial las de limón... ...comía de todo...”³⁶

“I. Si, limones y cosas con sal, dice que eso era lo que le fascinaba, y de comida pues el café, si había verdura, verdura, pero si no, pues no comía así bien, bien, pero si fue atendida.”³⁷

“M. No tuvo antojos, pero su estomago solo toleraba el hielo, el agua de caña, no comía nada, tenía que ir al hospital a que le inyectaran suero durante los primeros tres meses de embarazo.”³⁸

“D. De hecho hace poco le pregunté y dice que si, ella se le antojaba lo fresco, cualquier cosa que fuera fresco, se le antojaba el jitomate mucho, por ejemplo, y pues también las cosas saladas, eso es lo que yo sé que se le antojaba a ella.”³⁹

“I. Pues decía que comía de todo, de todo absolutamente, mi abuelita le daba de todo no dejó de comer nada ni le aumentó a su dieta, nada o sea todo normal

³⁰ César.

³¹ Fernando.

³² Julio.

³³ Venancio.

³⁴ Ver entrevista No. 16. Raquel. Cuidado, piedras, baches y derrumbes en la vida. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Enero del año 2006.

³⁵ Federico.

³⁶ Nelly.

³⁷ Iris.

³⁸ María.

³⁹ Darío.

siguió comiendo normal, un poquito más ¿no?, pero hasta eso todo normal, me decía que comía todos los guisados que le hacía mi abuelita, o sea todo normal.”⁴⁰

“B. Le gustaba mucho comer frutas frescas o sea sandía y todo ese tipo de frutas. ...Lo fresco, mas que nada eso. Y el pan también. ...Dulce pero era mas fresco. ...lo que me comentaba era la sandía. O sea que pasaba por donde vendían las frutas frescas y veía la sandía y se le antojaba mucho a la hora de que regresaba de su trabajo todo eso.”⁴¹

La situación emocional de los padres durante el embarazo se presenta como una relación en donde los problemas son mínimos o no existen, más bien son relaciones basadas en una amplia comunicación y afecto.

“D. Pues normal, pues siempre han estado bien, bueno de hecho nunca se han molestado entre ellos, siempre han estado bien y en ese tiempo dicen que estaban bien de hecho, pues seguían jóvenes, seguían cotorreando bien, o sea nunca, en si nunca han tenido problemas entre ellos dos.”⁴²

“M. Pues me imagino que amorosa.”⁴³

“E. Digamos que estable, un poco de ausencia por parte de mi padre porque también fue militar, pero de ahí en fuera, estable pues, no había abruptos en cuanto a agresión y eso, nada que ver.”⁴⁴

“J. Pues era contenta y feliz o sea mi papá cumplía con lo que debería de dar el gasto y las responsabilidades.”⁴⁵

“I. Dicen que muy feliz, si, dicen que muy feliz porque era deseado ya este niño, bueno yo.”⁴⁶

“B. Buena, buena. Supongo que Buena. ...de hecho todos estaban emocionados porque yo naciera porque era la primera.”⁴⁷

Otros por el contrario, reportaron relaciones que aparecen con problemas de ausencias de los padres, distanciamiento, falta de comunicación y violencia. Además en algunos discursos se creó la pregunta por parte de los individuos de cómo era la relación de sus padres en el momento del embarazo sin embargo esto no impidió que se proporcionara una respuesta porque en ellos se encuentra la aseveración de que la relación

⁴⁰ Isabel.

⁴¹ Belem.

⁴² Donovan.

⁴³ Ver entrevista No. 14. Mercedes. El crucero peligroso. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Enero del año 2006.

⁴⁴ Ernesto.

⁴⁵ Julio.

⁴⁶ Isabel.

⁴⁷ Belem.

de sus padres se desempeñó de una manera específica y fue expuesta de la siguiente forma.

“A. Si era buena al principio, pero después ya no, no se si era porque era muy joven, yo nací cuando él tenía 18 años y me imagino que todavía le daba por salir a buscar a las muchachas a las prepas y pues no era mal parecido y empezó a tener fricciones con mi mamá y siguieron juntos, siempre decían que se iban a separar y siguieron juntos hasta que falleció mi papá.”⁴⁸

“R. Pues si mi memoria no me engaña por lo que me ha contado mi mamá ya casi a finales del embarazo ya fue una relación de cierto distanciamiento porque mi papá empezó a dudar de que yo fuera realmente su hija y empezó a distanciarse a abrir un brecha entre ellos dos y yo creo que ya cuando nací a los pocos días otra vez se empezaron a acercar, pero yo creo que al principio del embarazo de mi mamá era una relación cercana y cariñosa y todo eso, pero conforme iban pasando los meses, se iba distanciando, aparte mi papá estaba casado, no se si le habrán dicho cosas en su casa, que mi mamá piensa que si, y que se lo terminó creyendo y a la mera hora no me quería reconocer, porque le decían que mi mamá andaba con uno y con otro y que qué seguridad tenía de que yo fuera su hija, entonces por esa parte yo creo que si fue difícil para mi mamá, por esa parte emocional yo creo que si debió ser difícil para ella.”⁴⁹

“C. Yo creo que era en gran parte del tiempo que estuvo embarazada ya fueron muchos disgustos y enojos porque él le decía que no lo quería tener y que abortara y todo eso, entonces mi mamá se negó entonces un mes o dos meses que pasaron y ella no le dijo, pero la mayor parte del embarazo hubo tensión y ella yo creo que se sentía nerviosa y asustada y hacía corajes con él porque discutían mucho me comentaba.”⁵⁰

“I. Pues no lo sé porque mis papás vivieron un tiempo separados y no se pero mi mamá cuenta que cuando yo tenía más o menos un año vivía con mi papá, no sé si ya vivían desde antes o se separaron después, no se que pasó, porque, que yo recuerde desde que yo tuve conocimiento mi papá nunca estuvo conmigo y pues no sabía, no se más o menos a que edad tenía yo cuando se separaron.”⁵¹

“J. Pues ellos estuvieron separados un rato y entonces después de eso se podría decir que cuando yo nací se volvió a acercarse otra vez mi papá pero más bien como que eso no lo toco.”⁵²

“D. Yo creo que más bien era, de... se quieren o se querían, pero no eran muy afectos a demostrarlo, nunca lo han sido, aparte en el embarazo, según yo intuyo, a mi papá no le interesaba mucho, así que una relación muy diferente no había, no creo que se hayan llevado muy bien durante el embarazo, pero tampoco creo que se hayan llevado mal. ...según me platica mi mamá, cuando nosotros estábamos chiquillos, pues mi papá siempre fue muy machista, muy de que quería que las cosas estuvieran ya y cuando él quisiera y como quisiera, entonces eso a mi mamá eso le causaba mucho conflicto y le daba mucho coraje y pues no los hacía llevarse muy bien, pero sobrellevan las cosas.”⁵³

⁴⁸ Alberto.

⁴⁹ Raquel.

⁵⁰ César.

⁵¹ Ignacio.

⁵² Juana.

⁵³ Darío.

Por último se presentaron casos en donde los individuos no poseen información acerca de este tema por la misma problemática de falta comunicación con la madre.

“A. ...no sé que haya pasado.”⁵⁴

“F. Lo desconozco.”⁵⁵

Posterior al embarazo, el nacimiento tuvo lugar en su mayoría en hospitales públicos y particulares, fueron pocos los casos de nacimiento en casas o en algún otro lugar que no fuera una institución de salud. Los cuidados y alimentación de los individuos en sus primeros meses y años de vida se basaba en alimentos enlatados como el gerber y algunos lácteos, pero principalmente los nutrían con papillas de frutas, verduras, carnes rojas o blancas, legumbres, semillas y lácteos que tiempo después se modificaron para proporcionar los mismos alimentos pero en textura sólida esto con el objeto de habituarlos al nutriente presentado en forma natural o en guisos que se preparaban en casa para los demás miembros de la familia.

“B. Mi mamá me daba mucha papilla y gerber. ...el gerber me lo daba de frutas, me daba muchos jugos, trataba de darme la más leche posible aunque no me gustara, fruta, carne o pollo molido, con zanahorias, papas, todo eso me daba mi mamá. ...Como a los cinco años, como a los cuatro o cinco años,... ...ya comía entero ya podía masticar y recuerdo que lo que comía mas era fruta, me daba manzanita picada con miel, naranjita, jugos te digo y ya que empecé a masticar que tenía mis dientes fue cuando me empezó a dar mas fruta y verdura y mi pollito cocido,...”⁵⁶

“D. Uy, pues a los meses, no se, como a medio año o despuecito yo creo si porque ya te empiezan a dar las papillas, las verduras molidas bueno así en sopita, si de hecho si me acuerdo que nos daba eso pero si ya después has de cuanta pues nos amamantó y luego yo creo que era leche de... no de hecho ya después de eso ya eran sólidos bueno aplastados como en sopitas pero si después de eso ya nos daba alimentos sólidos y los guerberes bueno esas madres que te dan.”⁵⁷

“N. ...plátano, manzana, eh, pues lo que es la papilla ¿no?, este, me dio gerber, eh mas adelante pues ya este, si, la fruta verdura, creo que como a los tres años empecé dos, tres años empecé a consumir las carnes, carne roja y a los cuatro años y me acuerdo muy bien, si tenia como cuatro años, me comí mi primer chile verde,...”⁵⁸

⁵⁴ Ver entrevista No. 30. Alejandro. El perfume dorado. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Marzo del año 2006.

⁵⁵ Federico.

⁵⁶ Bety.

⁵⁷ Donovan.

⁵⁸ Nelly.

"M. Jugos naturales zanahoria, naranja, carne, papillas de verduras, carnes, fruta."⁵⁹

"C. Al año. ...Probaditas pero de todo, inclusive chile, de todo ya me empezaba a dar, poquito en proporciones muy pequeñas pero ya de todo al año empezaba a comer de todo. ...guisado, frijoles, arroz, sopa, los mismos guisados que hacía para todos me daba un poquito, lo rebajaba un poco con caldito de frijol pero si ya medaba de todo, los guisados de chile, salsa verde y salsa roja."⁶⁰

"G. Casi no me daban gerber, más bien ellas preparaban las papillas, mi abuelita siempre le ha gustado cocinar y preparar sopas de verduras, creo que era lo que me daban, pollo. ...dicen que me gustaban mucho las cebollas, yo no sé, dicen que pedía mucho la cebolla aunque a la fecha no me gusta."⁶¹

"J. Pues pollo molido y gerber de comida, bastantes cosas, fruta."⁶²

"I. Si, si leche no se como se llamaba la leche pero si era leche era, de polvo pero no se la verdad cual sea pero si después de eso era la leche, los jugos, papillas, eran papillas naturales se supone y verdura, fruta, todo eso. ...Zanahoria, me daba zanahoria, jugos pues de naranja de manzana, papillas de manzana, zanahoria, calabaza, pera, de las que más me acuerdo son esas. ...Sopa, arroz, cremas de calabaza, zanahoria, verdura pepino carne de res de pollo, me gusta mucho el caldo de pollo, entonces me hacía caldo de pollo con verdura nada más."⁶³

"D. ...realmente no sé a que edad me cambiaron la alimentación, me imagino yo que tuve un tiempo me dieron la leche en fórmula, pero aparte me estuvieron alimentando con cosas sólidas, pero no conozco ese dato. ...me daban papillas, de frutas y de papa o no sé que cosas, pero si eran papillas de algo, no se de que cosa, eran frutas, plátano y manzana eran lo que más me daban."⁶⁴

"B. Hijole pues yo creo que como unos seis meses mas o menos, no se, aproximadamente. ...leche normal, papillas, jugos, fruta. ...lo que si es que no me gustaba tomar la leche en la mamila entonces me la *daban a cucharadas, o era que mi mama me diera de comer o con cucharaditas pero nada mas.*"⁶⁵

Categoría de relaciones interpersonales y emocionales

Todos los seres humanos crecemos, convivimos y aprendemos en un núcleo familiar; éste núcleo es un grupo de personas que nos enseñan lo que piensan, lo que aparentemente es correcto o lo básico para poder sumergirnos, enfrentarnos y comunicarnos con nuestro entorno. La forma en cómo se educa es parte importante en éste tema, porque la educación es una pieza de la

⁵⁹ María.

⁶⁰ César.

⁶¹ Griselda.

⁶² Ver entrevista No. 28. Jorge. El chistoso. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Marzo del año 2006.

⁶³ Isabel.

⁶⁴ Darío.

⁶⁵ Belem.

comunicación y es fundamental para poder guiar al nuevo individuo en alguna etapa de su vida.

En esta categoría se trató de identificar cual o cuales son las emociones dominantes en la familia y en el sujeto. Así mismo esto implicó conocer cómo el individuo se ha relacionado desde la infancia hasta actualidad con su núcleo familiar, es decir con cada una de las personas con las que creció o con las personas que fueron una imagen importante en su vida (incluidos también sus amigos); y cómo define a todos los personajes de su historia y él mismo.

Las relaciones interpersonales y emocionales con la gente que rodea al individuo definieron específicamente cual era la persona o personas con las que ha tenido un conflicto de magnitud fuerte. Dentro de los análisis de cada entrevista se logró identificar específicamente el personaje principal con el que tiene problemas.

Para comprender mejor esta categoría se dividió en tres partes, la primera se avocó en dar a conocer la emoción dominante en la familia y con la cual los individuos tienen dificultades, la segunda se encargó de mostrar cómo ha sido la relación desde la infancia hasta la actualidad con la persona que tuvo conflicto y la tercera se refirió principalmente a cómo se define él mismo.

Persona de conflicto

La persona de conflicto que se identificó en la mayoría de los casos es el padre de los entrevistados, en ocasiones algunos sujetos no especificaron ni detallaron con exactitud cual es la persona de conflicto, pero en el discurso de estas pocas entrevistas se puede llegar a la determinación de que verdaderamente existe una persona de conflicto dirigida principalmente al género masculino aunque no se observaba concretamente en el ámbito familiar sino que éste pudo haber aparecido fuera de éste ámbito es decir con su padrastro, además el individuo no tenía la seguridad de platicar estos

problemas por lo que simplemente se piensa que aparece como una persona cercana o conocida de él.

Las definiciones de los padres van dirigidas como una imagen de autoridad y de carácter fuerte que en ocasiones llegaban a la violencia física o verbal; o como padres de una actitud pasiva (o débil como ellos se refieren) pero que en situaciones por esta u otra actitud sumada a algunas acciones de un evento común, llegaban a alterar gravemente las emociones y sentimientos de los integrantes de la familia, provocando en ellos un enojo hacia él, una tristeza o un miedo que más tarde se transformaría en un reclamo que pudo haber repercutido en el organismo.

“B. Pues yo siento mucho coraje, no lo odio, porque pues no puedo odiarlo es mi padre y me dio la vida ¿no? pero, pues nunca lo conocí,... ..pero si le tengo un poco de resentimiento o rencor porque nunca supo ser un buen padre, nunca supo darnos lo que yo veo que otros padres dan a sus hijos,... entonces pues sí me da un poco de coraje porque nunca lo tuve y sí siento feo porque no conté con ese apoyo nunca, que nunca lo sentí... ..mi papá debió de haber estado con nosotros, de habernos educado de alguna manera, de hablar con nosotros, de hacernos ver nuestros errores, de orientarnos, por llevar una vida mejor, convivir con nosotros, darnos consejos, estar con nosotros cuando lo necesitamos, preguntarnos cuando llorábamos o cuando nos sentíamos mal, pues que teníamos ¿no?, en vez de ignorarnos o “ash no tengo tiempo” “quítate”, que estoy viendo la tele por ejemplo ¿no?,... ..todavía no lo entiendo, bueno, yo creo que nunca lo voy a entender porque no puedes entender a alguien que no conoces, entonces... ..nadie conoce a mi papá, es como si se hubiera ido un extraño,... y ya no me gustaría conocerlo, porque realmente ya no me interesa, ahora soy de la idea de que si a él no le interesó, por qué a mí me va a interesar, talvez antes me hubiera interesado, aunque a él no le hubiera interesado, pero ahora ya como va pasando el tiempo creo que ya me es mas aliviane, si a él no le intereso pues ya, a mí tampoco me va a interesar y pues ni modo ¿no?. ...bueno de hecho no lo quiero tener enfrente, de aquí en unos veinte años, estoy muy enojada con él, estoy muy enojada con él y la verdad, te soy sincera, si lo tuviera enfrente, no sabría que decirle, porque... bueno le diría que estoy enojada con él y que preferiría no hablar con él en ese momento, claro que si él se pusiera de terco, porque eso si puedo decirte que es muy terco, porque nos cuenta mi mamá, igual y me diría que por que estoy enojada con él, y bueno en ese caso yo tendría que decirle porque estoy enojada con él y le explicaría mi enojo y mi rencor...”⁶⁶

“N. ...yo creo que él no estaba de humor y era así el chingadazo en la boca así de “cálmate cabrona, hija de” una vez me acuerdo que me estaba ahorcando de verdad me estaba ahorcando, porque llegó mal el hombre y entonces me fue a despertar y yo le dije de cosas, y o sea si me pase también y de repente cuando lo siento aquí (señalando el cuello) y ya nada mas alcance a decir “mam” y ya no pude y ya después llega mi hermana y mi mamá “ay tu estas loco” “no, voy a matar a esta hija de la chingada, que no se que”, así bien loco, pero no me castigaba, bueno me castigaba si, pero de otra forma no, que loco, oye analizando las cosas, estaba loco ¿no?”. “⁶⁷

⁶⁶ Bety.

⁶⁷ Nelly.

"A. Mala. ...Porqué cuando murió me quedé con esa imagen de la manera en que trataba a mi mamá y que la trató en esa ocasión ese fue mi trauma y te digo que lo considero un error que los padres se peleen enfrente de los hijos. ...porque vi cuando le estaba pegando, si hubo no golpes pero si jalones entre mi papá y mi mamá y al verla embarazada como que me entró el sentimiento me le eché encima mi papá a esa edad tenía como 7 años y pues como que distraje su atención y me empezaba a pegar a mí y ya me dormí y empecé a temerle a mi papá, ya no convivía mucho con él, lo veía llegar y me iba a otro lado a jugar, ya no lo abrazaba como al principio, por esa acción que había tenido con mi mamá. ...yo recuerdo que en esa edad, había quedado, como que me espanté hubo una ocasión en que mi papá estaba peleando con mi mamá y ella tenía, estaba embarazada de mi hermano, ha de haber tenido unos cuatro o cinco meses de embarazo y yo empecé a tenerle temor a mi papá y cuando falleció, yo pensé que mi mamá iba a estar mejor, pero pues a lo mejor pensaba, pues no sentí mucho la muerte de mi papá cuando era chico, la empecé a sentir después que sentía que me faltaba cuando ya estaba un poquito más maduro." ⁶⁸

"C. Pues fíjate que a estas alturas, yo creo que mas niño como que tienes esa idea o ese rencor muy fuerte hacia él, te pones a pensar, yo creo que ese pensamiento lo tuve como hasta los 17 años más o menos, por lo mismo también de la adolescencia, digo, todavía soy joven pero ahorita tengo otro tipo de conciencia, bueno otra forma de pensar hacia él, porque antes de los 17 años yo lo tenía como una persona que si me lo encontraba, de chico, decía que si me lo encontraba pues le decía de lo que se iba a morir, y lloraría y ni le dirigiría la palabra, después como de los 15 a los 17, como ya vas creciendo y te formas otra idea superficial de las cosas, yo decía que si me lo encontraba lo agarraba a golpes por todo lo que no hizo por mí, y que pudo haber hecho, pero ahorita yo creo que no tengo rencor hacia él, ya no es rencor, ya ni me pongo a pensar, salvo cuando me preguntan, y tu papá y cómo te sientes, lo único que puedo decir es que yo creo que él estuviera, si me conociera, a lo mejor estuviera arrepentido de haberme abandonado, o dejado y no haber querido conocerme, porque no me considero una persona mala en el aspecto de vicios, violencia, delincuencia, una persona que haga daño a los demás, por el contrario, me gusta ser amistoso, tener amigos, quiero mucho a las personas con las que me rodeo, yo creo que no pienso, lo único es que yo no haría lo que él hizo conmigo para nada, aunque fuera un embarazo no deseado, pues no, nunca, no me atrevería, si voy a tener un hijo pues lo quiero, por algo, sea planeado o no planeado es tu sangre es tu hijo, no abandonar y dar la media vuelta, creo que eso no es una actitud propia de una persona sana o de una persona conciente." ⁶⁹

"C. ...a mí mi papá lo que me enseñó fue que yo era tonta, que yo era inútil, que yo era igual de güila que mi madre, o sea que yo no valía,... ...empecé a tener una relación muy fea con mi papá ya no le hablaba, ya no, jamás jamás le falté al respeto porque le tenía miedo pero si era una relación así como, no sé, creo que nunca lo abrazaba, nunca me gustaba estar con él, no me acercaba, nada,... ...antes me pegaba pero cuando me veía que era muy de vez en cuando... ...y ya cuando empiezo a convivir más con él que es cuando se queda en la casa pues ya no me pegaba de vez en cuando me pegaba diario, ya no me insultaba de vez en cuando ya me insultaba diario, y la relación siempre fue desde que yo me acuerdo que empecé a estar más con él de miedo, de que yo no le respondía, yo no le gritaba y atrás de él si decía y hacía y se me ocurría tanto de contestarle pero en frente más que no querer no podía porque no se me ocurría nada... ...agacharte y era miedo, era miedo totalmente,... ...podía ser que yo estuviera en la calle y me callera y porque me caía me pegaba o que estábamos en la calle y me andaba del baño y porque me andaba del baño me pegaba o que estuviera sentado y volteara a verlo y decía, me viste feo, y me pegaba o no sé ya era por lo que fuera,... ...o

⁶⁸ Alberto.

⁶⁹ César.

sea no había una razón, no había una razón específica, de hecho una vez llegó muy tomado y yo estaba acostada y me pegó y dijo que me confundió con mi mamá que quería pegarle a ella que porque había andado de golfa que se había ido a bailar y que estaba viendo a otros tipos y no se que y que me confundió con ella, llegó y me pegó, pero en sí no, no había razón, no era que yo me portara mal o que, no, porque de hecho siempre fue lo contrario creo que fui una niña muy tranquila muy seria sin amigos muy retraída de hecho pues, creo que ya parece terapia, pues abusaron de mí, bueno es que no sé cómo se llama, un amigo de mi abuelito me tocaba y pues me decía que él si me quería ¿no? porque luego luego se me notaba que jamás nadie me pelaba, que él si me quería y si es cierto él platicaba conmigo me llevaba acá, me llevaba allá, entonces decía que él si me quería y que él me iba a sacar de ahí que no se cuanto pero que me dejara quererme, entonces quererme era tocarme yo tendría cinco, seis años y después de esto lo repite uno de mis primos...”⁷⁰

“A. Pues mucho tiempo yo fui hija única y bueno nos llevábamos bien pero él me presionaba mucho para la escuela desde el kinder, así era de, y tienes que sacar nueve y tienes que sacar diez porque si no vas a ver, y así ¿no?, mucha presión y amenazas, sí me amenazaba mucho, pero realmente fuera de eso era pues consentidor y me llevaba a lugares, me compraba cosas, o sea si me llevaba muy bien, siendo que no fuera pues bien de la escuela si era así.”⁷¹

El conflicto que tiene el individuo no siempre va dirigido hacia la imagen paterna, también hubo casos en donde el problema existe con otro miembro de su familia (como un hermano) pero que va específicamente delineado hacia la imagen masculina.

“M. A él lo defino como una persona insegura, que no sabe ni lo que está haciendo, lo defino como muy agresivo, es súper agresivo, con todo el mundo, con mi mamá, con mi papá, con su novia, conmigo y mi hermana, es agresivo en su forma de ver, todo, de hablar, de comportarse, todo, a mi hubo un tiempo en que me daba mucho miedo mi hermano y por eso lo evitaba, pero hace como dos meses di ese salto de enfrentarlo y pues sí, como que ya no le tengo tanto miedo, pero todavía hay miedo a las acciones que toma él, porque él es muy impulsivo, podría decirse que reacciona como animal, no piensa nada, solo se avienta, es muy explosivo.”⁷²

“D. Pues sí que no sea tan mamón ¿no?, pues que no este chingando (risas) igual y si porque si así te digo ahorita me dice: no mames tu nomás te vas a hacer güey a la escuela que estudia o ya métete a trabajar entonces le diría que pues no estuviera molestando ¿no? que él siga su vida ya tiene su hija, o digamos ya tiene su visión de vida pues ya que la siga y que a mí me deje en paz y que yo voy a hacer la mía que no se meta...”⁷³

En esta categoría se observó que en la mayoría de los casos la persona de conflicto fue el padre. La figura paterna en éste segmento fue definida como

⁷⁰ Ver entrevista No. 5. Cristina. Mi bandera y mis canicas. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Octubre del año 2005.

⁷¹ Ver entrevista No. 10. Angélica. Música bonita aclara mi alma. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

⁷² María.

⁷³ Donovan.

una persona que almacena sus emociones y por tanto no las expresa a sus familiares. Algunos papás también fueron expuestos como personas de carácter explosivo, otros en ciertas ocasiones o actitudes infundían una imagen de miedo lo que dio como resultado el alejamiento de los hijos hacia él, generando además un vacío en las vidas de los jóvenes que más tarde llenarían con algún elemento con el que se sintieran mejor.

“G. Pues casi siempre utilizaban los golpes y por eso preferíamos no romper nada, ni reglas ni nada, si algo pasaba, yo recuerdo en una ocasión que perdí todos mis libros de la escuela, porque los dejé en el salón, por andar jugando y me dio mucho miedo decirle a mis papás y preferí esperar hasta otro día a ver si me los dejaron, porque sentía que cualquier cosa era motivo para enojarse y gritar y hasta llegar a los golpes, mi abuela siempre, su forma de castigar era con golpes y pues la de mi papá también, entonces por eso era mejor no romper ninguna regla, ni hacer nada malo.”⁷⁴

“J. Buena persona. ...Una buena persona da lo que tiene para sus hijos, los trata bien aunque a veces como que se le aloca y es explosivo, pero en general bien, no nos golpea ni nada, es buena persona. ...cualquier desesperación se pone como loco.se enoja y lo ves y ya no le quieres hablar.”⁷⁵

“I. Ah pues mi papá nos visitaba de vez en cuando, cuando tenía vacaciones y pues ahí estaba con nosotros, pero no podría decirte, no pues me acuerdo que hicimos esto, o sea solo un recuerdo vago así de que nos visitaba y que estaba ahí en la casa, pero pues nada más. ...es que en sí pues mi papá, o sea en mi vida pues yo diría, tengo un papá ¿no? pero en realidad no sabría decir qué te diría un niño que si tuvo su papá y que jugó con él, o sea no sabría decirte que se siente tener un papá en ese sentido y pues si en realidad pues mi papá es alguien más que vive en la casa, o sea pero muy cercano a mi no, casi no hay comunicación con él.”⁷⁶

Relación desde la infancia hasta la actualidad

La relación que han tenido los entrevistados con la persona de conflicto correspondiente es un poco variada, se pudo apreciar que hay relaciones que se consideran buenas y de una comunicación aceptable y por otro lado se encontraron relaciones distantes tanto en comunicación como en expresión de sentimientos.

“D. Muy distante, te digo, cuando yo estaba chiquillo, mi papá lo veía en las tardes, en las noches cuando llegaba de trabajar y es algo que se repite yo creo en muchas familias, cuando lo veía si como que me hacía cariñitos, pero cariñitos no muy, expresivo, te digo nunca lo ha sido, entonces siempre ha sido una relación

⁷⁴ Griselda.

⁷⁵ Jorge.

⁷⁶ Ignacio.

distante, mi papá como que se guarda mucho las cosas, no las dice y en algún momento las saca, explota, pero tampoco suele ser muy explosivo, sino que las saca, pero se las va guardando, se las va guardando, y no muy cariñoso nunca fue muy cariñoso, y bueno, me acuerdo que siempre nos ha tratado, siempre nos trata de decir lo que él cree que está bien, siempre nos llega y nos dice el sermón de la montaña, y así siempre ha sido la educación con él y la relación con él así ha sido se limita a esos diálogos y al “hola como estás”, y a veces porque mi mamá dice, “dale un beso a tu papá” y pues hasta yo también me siento incómodo, pero es muy distante la relación.”⁷⁷

“B. Buena, muy buena, tenemos mucha comunicación aunque no estamos todo el día juntos porque antes trabajábamos juntos y platicábamos un poco mas pero era mas de trabajo mas que nada.”⁷⁸

La relación que llevan las personas entrevistadas con la parte conflictiva se resume principalmente a un distanciamiento que aparece como una falta de comunicación o como una falta de expresión afectiva-sentimental, es decir, el individuo no tiene la confianza plena de conversar y expresar sus emociones con la persona de conflicto y a veces la correspondencia por parte de ésta última es similar a la de los entrevistados.

“A. Mi papá es un tipo muy serio que convivía con nosotros pero cuando tenía tiempo, si jugaba con nosotros, nos llevaba a pasear y todo pero casi todo el tiempo era muy serio, nos daba consejos pero de una forma muy obligatoria por así decirlo, o nos quería dar explicaciones de la vida pero enérgicamente como un regaño, tenía sus lados cariñosos de que nos abrazaba y nos besaba pero la mayor parte fue como que muy serio con nosotros, no dejaba que saliera a flote sus emociones, no tan estricto, más bien un término medio, así llegaba te saludaba te daba un beso pero hasta ahí... ..Ha sido muy seria, nos llevamos muy poco, yo convivo muy poco con mi padre, incluso hay cosas mías que no le cuento, en ocasiones si se las cuento por el hecho de que cuando hago cosas feas el tiene un carácter muy feo, no sé tengo el temor de contarle cosas, pero hay días que tengo ganas de platicar y le cuento y me apoya, lógico se molesta cuando hago cosas malas pero siempre ha estado el apoyo, es muy voluble esa situación, hay momentos de que más que nada por mi parte y también por parte de él cuando tengo ganas de hablar pues hablamos, cuando no, pues no en su rollo cada quien, básicamente.”⁷⁹

“I. Muy distante, siempre ha sido distante, nunca así de que yo llegue y ay papá te quiero y eso, nunca,... ..nuestra forma de hacerle ver que lo queremos es de otra forma, jugando o bromeando, echando así el cotorreo pero directamente, de decirle algo no, yo siento que como que es muy distante... ..como que si platico un poquito más con él, pero así de que yo me nazca de así, de oye papá que crees, esto, no, si el no inicia una conversación o no toca el tema es como muy distante.”⁸⁰

⁷⁷ Darío.

⁷⁸ Belem.

⁷⁹ Ver entrevista No. 22. Andrés. Tengo todo en la bolsa menos el futuro, yo lo construyo. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Febrero del año 2006.

⁸⁰ Iris.

"N. ...me había peleado con mi hermana y con él, a él le dije: ojala que no fueras mi padre. Así se lo dije... ...y de hoy en adelante no tengo padre... ...no hubo relación, no sé era un hombre muy raro,... ...casi nunca lo veíamos,... ...y cuando luego lo veíamos llegaba borracho, llegaba borracho, llegaba a ser sus desmanes a la casa y era bien curioso porque en lugar de llegar a pegar a mi mamá llegaba a tirar cosas y como mi hermana la más grande Edith siempre ha sido más como más pelionera, así de cálmate, no, no hagas tanto, este, desmadre, el otro se enojaba y le pegaba a ella, fue una relación de temor Carlos, yo le tenía mucho miedo a mi papá, mucho, mucho, mucho, o sea era tanto el miedo que yo tenía con él, que ya nada mas escuchaba la puerta, y me tapaba toda, o sea y temblaba, había veces que lloraba, o sea y, a mi me daba miedo que llegara la noche, yo odiaba la noche, porque era cuando llegaba él y cuando llegaba él, eran los relajos, él estaba en el ejercito en ese entonces y a veces lo encuartelaban, dejaba de ir semanas y las veces que llegaba a ir eran para estar peleando me traumaba eso, bueno, me, sí me traumaba porque había veces que yo lo soñaba, lo soñaba y despertaba llorando y me daba mucho miedo él, o sea su reacción de él, y ya, no lo conocí, mas bien creo que no lo conozco,... ...a él solamente una vez en mi vida le he dicho te quiero, solamente una vez en mi vida, o sea si lo quiero, o sea si lo quiero, y lo quiero muchísimo, pero una vez se lo he dicho,..." ⁸¹

"B. Pues con mi papá nunca tuve ningún tipo de relación...lo único que recuerdo de mi papá, eran regaños y golpes,... ...recuerdo que me ayudaba a hacer mi tarea, pero una plática con mi papá no tengo, no recuerdo, de hecho siento que nunca conocí a mi papá porque no recuerdo alguna plática padre e hija, sí salíamos, convivíamos, íbamos al parque y todo, pero, vas al parque y sólo juegas, no te sientas a platicar, vas al cine y sólo ves la película, no platicas no interactúas con tu papá, no existe ningún tipo de interacción, valga la redundancia, entonces prácticamente con mi papá no tuve buena relación sólida pues, solo me ayudaba a hacer la tarea y $2+2=4$ y de ahí no pasaba, se iba a ver la tele y yo a jugar,... ...nunca hubo una relación padre hija,... ...no hubo convivencia, todo era muy seco, o sea vivía aquí pero a la hora de la comida nadie hablaba, a la hora de la cena nadie hablaba, veíamos la tele pero nadie decía nada, no sé todo era muy seco, vivía aquí pero era como si no estuviera aquí, no había ningún tipo de convivencia, ninguno." ⁸²

Aunque los jóvenes definieron a sus padres con un comportamiento relativamente problemático, su relación con ellos desde la infancia hasta la actualidad no fue basada solamente en los conflictos sino que también se presentó una relación cargada de actividades que pudieron aprovechar para acercarse a la figura paterna. Este método no siempre funcionaba porque las características y la forma de ser de las dos partes hacían que se creara un ambiente de desacuerdo que llevaba a tener problemas entre los dos.

"G. Pues de mi infancia no me acuerdo mucho, o sea si pasábamos tiempo con él, pero era muy poco, ya más bien en los últimos años, como desde que yo tenía 15, él empezó a acercarse más y hacerme plática por la manera, y por que me llevaba a la escuela, la prepa en la mañana y por las tardes también platicábamos, de temas que nos interesaba a los dos o de cómo me iba en la escuela, entonces empezó a interesarse más por como era la relación entre los dos, y pues era buena, porque siempre estábamos viendo los puntos buenos que había en

⁸¹ Nelly.

⁸² Bety.

nuestras vidas y pues analizando lo que estaba mal, y no sé, me gustó la relación que tuvimos al final, porque era un poco más directa porque ya no había tanto miedo de su parte por expresarse ni por nosotras, porque al principio no se animaba a decirnos, como se sentía.”⁸³

“J. Pues muy bonita, muy estrecha.”⁸⁴

“J. Hasta ahorita seguimos realizando actividades, como a él le gusta el fútbol y a mí también, pues a veces vamos al estadio, jugamos juntos fútbol en la calle, es buena. ...me enseñó a jugar.”⁸⁵

Definición personal

La definición propia de los entrevistados es muy particular. Teniendo presente la información anterior y con base en los cinco elementos se puede observar que los participantes a explican su manera de ser de forma en que la emoción está estacionada en un elemento y con lo cual es caracterizado.

“E. Tolerante, respetuosa, muy amigable, cariñosa, honesta. ...Soy muy impulsiva, pero a la vez también soy muy sensible. ...Me enoja que se metan conmigo y yo no me meta con la demás gente, que se metan en mi vida, en mis cosas y yo no me meta con los demás, eso es lo que más me molesta.”⁸⁶

“K. Yo me defino como una persona sencilla, honesta e irresponsable. ...En un momento dado, soy irresponsable porque últimamente me ha valido todo entonces como que ya no sé lo que estoy haciendo, llega un momento en el que digo ya lo que sea que venga, y antes no, antes era muy responsable, iba bien en la escuela, y ya no. ...si tengo el carácter fuerte y me enoja fácilmente y soy muy nerviosa por cualquier cosa me estreso y me dan ganas de llorar por los nervios. ...hago corajes o me pongo nerviosa y así me hacen enojar o sea de repente me dan ganas de pegarle así a algo o no puedo y del coraje lloro.”⁸⁷

“N. ...yo siempre fui se podría decir que la niña rebelde de mi casa... ...porque yo así (tronando los dedos) me prendo de volada... ...enojona muy, muy enojona, es una persona que, que siempre dice lo que piensa cuando, cuando algo no le parece...”⁸⁸

“M. Una persona alegre, sensible, trato de ser comprensiva, no sé. ...A veces soy enojona, a veces porque cuando si ya de plano me están molestando mucho pues ya me hacen enojar, te digo que trato de ser tolerante, para no enojarme tan rápido. ...hay veces que siento que con que me tenga a mí es suficiente, pero a veces si me siento sola, entonces a veces si necesito buscar a alguien amigos o primos o tíos rodearme de alguien para sentirme bien, no sé es que así soy de rara. ...soy bien chillona. ...así siempre ha sido desde que me acuerdo así ha sido siempre, entonces así, mira ya estoy llorando otra vez, luego trato de controlarme

⁸³ Griselda.

⁸⁴ Juana.

⁸⁵ Jorge.

⁸⁶ Ver entrevista No. 23. Elia. Nefasteitor. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Febrero del año 2006.

⁸⁷ Karen.

⁸⁸ Nelly.

pero no puedo (Llanto). ...si amanezco deprimida con cualquier cosita que me acuerde me pongo a llorar eso si me acuerdo que siempre he sido así.”⁸⁹

“B. ...yo soy muy miedosa, muy, pero muy miedosa, no puedo tener algo porque ya me estoy muriendo...”⁹⁰

“A. Si soy a veces muy agresiva, muy agresiva, y si de cualquier cosita me enojo y pues por lo mismo que mis papás tienen el carácter muy parecido en cualquier cosita nos enojamos, hay veces que ni siquiera podemos hablar, hablas cosas de que todos nos enojamos y ya, o sea cada quien se queda con su rencor y su enojo y punto, entonces si, si soy así.”⁹¹

“J. Yo me defino como una persona confiable amistosa, me gusta conocer gente, que me tengan confianza, yo me definiría como muy alegre, pues si, que haré lo que pueda por las personas que me quieren.”⁹²

“G. Yo me definiría solo como... pues no sé una persona demasiado soñadora y con los pies muy lejos de la tierra, porque no sé o sea tengo proyectos, tengo mis actividades y todo pero siempre estoy en donde no tengo que estar, por eso creo que me definiría así, como una persona muy soñadora, y a lo mejor también muy difusa por lo mismo. ...creo que soy tímida porque no tampoco, porque a pesar de que digo que me gusta hacer muchas cosas, siempre también me reservo un poco, me considero tímida.”⁹³

“D. ...De carácter, solía ser muy iracundo y miedoso, eso sí, siempre soy muy miedoso, para todo, no me gustan las emociones fuertes, pero si era muy enojón, eso si he estado tratando de cambiarlo, porque no le beneficia a nadie, yo creo que me defino así, en cuanto a carácter, soy muy enojón, o era muy enojón, trato de no serlo y miedoso, medio miedoso y un poco ansioso. ...Es más fácil definir a los demás que a ti mismo, no sé, yo soy una persona llena de contradicciones, una persona que siempre trata de, siempre tiene así como que ideas de que algo tiene que salir mejor, pero si soy muy contradictorio, a lo mejor no hago lo que corresponde a eso, pero, me gustan mucho las cosas nuevas, de probar, no de que vamos a probar la droga nueva que salió, no, pero si me gusta lo nuevo, innovar y tratar de ser, hacer muchas cosas, soy también yo creo, pensador obsesivo, o sea siempre llego a mi casa y pienso y pienso y bueno, no creo que eso sea malo, sino que hay que encaminarlo.”⁹⁴

“I. Si, si me enojo bastante a veces tal vez por cualquier cosita ya me estoy enojando. ...Quien sabe a la vez como que puedo tener mucha paciencia pero hay veces que digo no tengo paciencia el día de hoy entonces si hay veces que tal vez mi hermana ahorita llegó temprano pero hay veces que es esta hora y no ha llegado y yo estoy así de oye pues yo ya quiero comer ¿no? o a veces simplemente porque mi mamá llegó tarde ya “oye por qué llegaste tarde” cuando yo se que pues es su problema ¿no? si llega tarde o no llega tarde o así actitudes a veces pequeñas que en la escuela “oye es que necesito este material” “no pues hasta la próxima semana te la programo” es que cómo que no se que, o a veces que mi mamá le da la razón a mi hermana y yo así de pues es que no inventes, a veces yo se que no tengo la razón pero aún así me enojo, si dicen que soy así medio enojona.”⁹⁵

⁸⁹ Mercedes.

⁹⁰ Bety.

⁹¹ Angélica.

⁹² Juana.

⁹³ Griselda.

⁹⁴ Darío.

⁹⁵ Isabel.

Parte 2

Historia del padecimiento

La historia del padecimiento (parte dos de la guía de entrevista) abarca todo el antecedente de la gastritis de los sujetos, su forma de vida, su concepción de la enfermedad así como del cuerpo, su forma de alimentación antes y después de que se enfermaran, sus síntomas, tratamientos y resultados. Todo esto en conjunto con la historia de vida, nos aproxima a conocer el desarrollo de este padecimiento y nos da los elementos necesarios para analizar y explicar el problema de la gastritis.

Categoría de curso de la enfermedad

En esta categoría se recopiló la información necesaria para explicar el padecimiento, el cual se analizó con base a la Teoría de los Cinco Elementos y se abordaron cuestiones con respecto al color, olor, sabor, estación del año, el tiempo de padecer gastritis, sus síntomas, diagnóstico, tratamiento, resultados, épocas o situaciones específicas en donde sintiera más molestias de gastritis así como su opinión acerca de por qué tiene este malestar y qué significado le ha proporcionado al mismo.

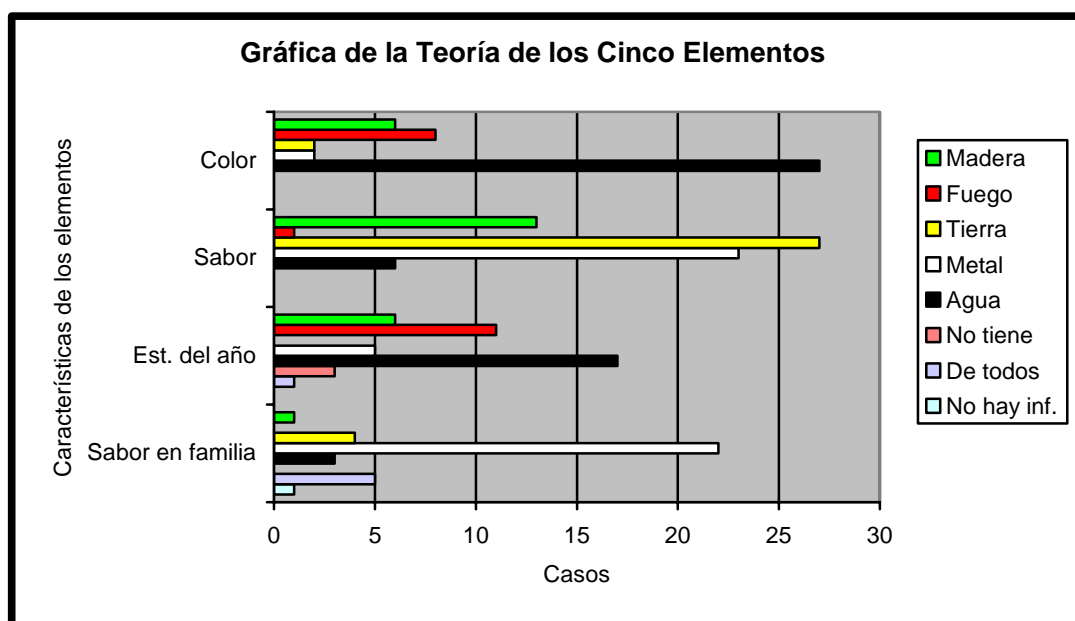
Esta categoría se reconoció por dos puntos principales. El primero describe mediante los colores, sabores, estaciones del año y sabores dominantes en la familia el estado de ánimo de los individuos y la forma en que estos afectaron al estómago provocando más gastritis, el apartado también sirvió para comprobar las actitudes expresadas en los discursos expuestos con los aspectos conformantes de la teoría de los cinco elementos.

El segundo punto explicó el desarrollo de la enfermedad abordando la sintomatología del padecimiento, el diagnóstico, el tratamiento y los resultados que reportaron ante la razón de este padecimiento.

Colores, sabores, estaciones del año y sabores en la familia

Retomando y recordando las bases de los cinco elementos y algunos datos de la tabla de resultados, se encontró que los veintitrés entrevistados que representan este esquema tienen una similitud en sus discursos porque poseen una representación emocional con los colores, sabores, estaciones del año, etc. de los elementos.

La forma de vivir y de sentir de estos jóvenes llevó a que tuvieran emociones que los orillaran a consumir alimentos con un sabor dominante o preferencial, a identificarse con un color representativo o a mostrar un color en sus cuerpos y a enfermarse o sentirse mejor en una estación del año. (Ver gráfica de la teoría de los cinco elementos)



Los colores indicaron que hay presencia de miedo o inseguridad en 27 casos, la alegría surgió como una necesidad del cuerpo en 8 casos, la ira esta presente en 6 personas, y la ansiedad y tristeza tienen una igualdad con 2 casos cada uno.

Los sabores muestran que 27 jóvenes presentaron un gusto por los sabores dulces, indicador de ansiedad u obsesión hacia algún elemento o actitud que

marca sus vidas; un consumo de picante en 23 casos que indica la existencia de melancolía en sus vidas, argumento por el cual se incrementaron los malestares estomacales por emoción y alimentación.

En tercer lugar está el consumo de agrio lo cual revela que el reclamo colérico está presente en 13 jóvenes, en 6 entrevistados se pudo conocer que el consumo preferencial fue del sabor salado que coincidió con algunos discursos de temor hacia alguna persona; y en cuarto lugar con 1 caso esta el sabor amargo que denota la poca ingesta de sabores relacionados con la alegría.

El reconocimiento de estaciones del año como estaciones preferidas o en las que se enferman comúnmente, arrojó los siguientes resultados: en 17 casos tienen una preferencia o son más vulnerables a las enfermedades en invierno, 11 jóvenes encuentran un ambiente propicio en el verano para sentirse mejor pero también experimentan enfermedades como parte del proceso natural, expresivo, y de limpieza del cuerpo.

En 6 casos se identificó una preferencia y aparición de enfermedades en la primavera, mientras que 5 jóvenes expresaron los mismos aspectos en el otoño. Otros entrevistados dijeron no tener preferencia o reconocimiento de enfermedades en las estaciones del año, estos individuos únicamente fueron 10; y solo hubo un caso en donde no se identificaron preferencias o enfermedades en las estaciones del año. En el caso del verano tardío se determinó que no fue referido por la población porque muchos desconocen la información o existencia de esta estación, por lo que se remitieron a especificar las estaciones que tradicional y comúnmente conocen.

Los padecimientos que manifestaron los jóvenes en las estaciones del año se resumen principalmente en enfermedades respiratorias y de tipo digestivo, como gripa, tos, temperatura, problemas de anginas, malestares intestinales, padecimientos en vías urinarias y dolores de estómago por alimentos ingeridos con ciertos sabores, que detrás poseen una emoción. (Para más detalle ver “Enfermedades que ha padecido” en tabla de resultados)

Algo muy importante que no se debe omitir en este apartado, es la identificación de emociones en la familia por medio de los sabores, ya que esto revela el sentido emocional que tienen en general los miembros que conforman este núcleo propiciando particularmente la enfermedad. 22 familias prefieren el sabor picante lo que nos dice que hay melancolía en el núcleo familiar, 5 han optado por comer de todos los sabores, 4 escogen el sabor dulce relacionado con la ansiedad, a 3 les gusta el sabor salado alimentando con este nutriente las fobias e inseguridad, un caso de sabor agrio en cual se presenta la ira y de igual forma un caso expresó no tener conocimiento acerca de esta información.

La enfermedad

Cuando una persona se enferma de gravedad o cuando ésta hace que el ser humano entre en crisis, lo primero que se hace es buscar la ayuda urgente de un especialista en la salud. Principalmente a la persona que se recurre es a un médico alópata porque es el más común que se puede encontrar en una sociedad “moderna” como la nuestra. Muchas veces se descartan otras opciones porque no se tiene credibilidad en sus trabajos, porque la reputación que se le ha dado es denigrante y la hace menos que otras ciencias o simplemente porque el ser humano ignora los conocimientos y la basta variedad de tratamientos alternativos que existen para prevenir enfermedades o intervenir en ellas.

La sintomatología de gastritis que se presentó en este proyecto fue en general de dolores de estómago o dolores en la boca del mismo, acidez, reflujo, ardor, sentimiento de vacío, gases, inflamación, estreñimiento, náuseas vómito, en ocasiones hubo vómito con sangre, vómito blanco o vómito amarillo, mareos, dolores de cabeza, temperatura alta, diarrea, debilitamiento, sentimiento de pesadez, sentimiento de frescura en el estómago y dificultad para digerir alimentos. (Para más detalle ver “Síntomas” en tabla de resultados)

“B. Un hueco en el estómago, un hueco en el estómago, y aunque yo comía y comía, no se llenaba, y de ahí, un hueco un vacío y de ahí un dolor muy fuerte, empezaba como punzadas, punzada y de repente de ahí, no sé cómo decirte, bueno más bien como explicarte lo que sentía era un dolor muy intenso, muy pero muy intenso que me daba entre el vientre y la parte baja del abdomen, muy

intenso, muy intenso y un gran vacío sentía, y de repente era un ardor, como muy caliente y después muy frío, eso sentía, y se me iba la respiración, bueno cuando se me complicó, se me iba la respiración, pero los primeros síntomas fueron esos, y ya no podía ir al baño, tuve estreñimiento, y los dolores en el abdomen y en el bajo vientre. ...mareos, yo sentía mareos y náuseas y si muchas náuseas y mareos, dolores de cabeza intensos, no sé si eso también vaya relacionado con lo mismo, porque yo le conté a la doctora, pero ella me dijo que era por lo mismo de que estaba débil, porque no comía y ya después, pues me dieron dolores muy fuertes de estómago y diarrea, cuando empecé a comer en la calle, después de que me curé del intestino y que tenía estreñimiento me vino lo de que como en la calle, como picantes y me viene la diarrea y dolores muy intensos en el estómago, y en ésta parte de aquí, en la parte izquierda del abdomen, esos eran los síntomas que yo tenía, fiebre nunca tuve, nada más náuseas y mareos.”⁹⁶

“I. Lo que era, agruras casi no tenía nada más era lo que era sentir el estómago muy fresco, que me ardía mucho y me dolía mucho lo que era la boca del estómago a veces sentía mi estómago a veces pesado y me inflamaba mucho por la colitis y lo que era dolor de cabeza me daba mucho dolor de cabeza pues nada más.”⁹⁷

“A. No sé, primero iba en la primaria, me sentía muy mal me dolía mucho el estómago, mi mamá me llevó al doctor y un poquito más tarde empecé a volver el estómago, no me podía levantar del dolor, pues era muy fuerte el dolor, no lo soportaba, de ahí fue cuando me dijeron que tenía gastritis, bueno principios de gastritis. ...Ya no aguantaba el dolor. ...Mucho ardor en la boca del estómago, sentía como que se regresaba la comida y me quemaba, sentía ardor mucho ardor, acidez. ...un día antes había comido chicharrones con salsa valentina, fue lo que me provocó la infección y de ahí empecé con principio de gastritis, ya después pues no sé me curé y seguí comiendo mucho picante y a los pocos meses, unos seis meses, me volví a enfermar de gastritis, ya no eran principios ya estaba un poquito más avanzada, y otra vez en ese entonces me internaron en el seguro, duré una semana internado por el dolor de la gastritis, un dolor de estómago bastante severo, no podía ni levantarme, no podía comer, todo lo que me daban era vía intravenosa, porque no podía comer nada del dolor y todo lo que me daban lo volvía y así empezó mi gastritis.”⁹⁸

Los participantes al presentar los síntomas y no soportando los malestares buscaron una solución. La mayoría acudió a la medicina alópata a excepción de algunos que acudieron a la medicina alternativa. La forma en que se diagnosticó la gastritis en ambas medicinas se redujo principalmente a los síntomas. Cabe mencionar que en algunos casos de la medicina alópata se realizaron ultrasonidos, endoscopías y estudios de laboratorio en donde se analizaron la materia fecal, orina y sangre para comprobar que el padecimiento era gastritis y diagnosticar o descartar otras enfermedades. (Para más detalle ver “Diagnóstico” en tabla de resultados)

⁹⁶ Bety.

⁹⁷ Isabel.

⁹⁸ Alejandro.

Los tratamientos alópatas se dedicaron especialmente a suspender alimentos que estuvieran dañando el estómago, proporcionaron y fomentaron la ingesta de nutrientes que trataban de sanar al órgano dañado y se recomendó modificar el comportamiento dominante en algunas situaciones especiales. Otra fase muy importante del tratamiento fue el uso de medicamentos.

Los fármacos utilizados para aliviar los malestares se sintetizan en los siguientes: ranitidina, ciprolicina, sustagen, acloral, metoclopramida, digenor plus, fivogel, riopam gel, suspensiones, jarabes, inyecciones (que los individuos no recordaron sus nombres en el momento), naproxeno, natromidazol, melox, pepto, ensure, leche de magnesia, lactobacilos y omeprazol entre otros. En el caso del tratamiento alternativo se suministraron tes, una dieta baja en irritantes y alta en frutas, verduras y carnes blancas, se acudió a sesiones de acupuntura y se les dio la recomendación de que modificaran su comportamiento. (Para más detalle ver "Tratamiento" en tabla de resultados)

Después del tratamiento se reportó que los resultados no fueron favorables del todo. Mencionaron que al principio hubo mejoras en cuanto a la desaparición de algunos síntomas, en otros era todo lo contrario, el medicamento recetado o autorecetado seguía provocando malestares más frecuentes y en mayor intensidad. Ningún caso reportó haberse curado, únicamente explicaron que el medicamento les sirvió y les sirve cuando se presentan síntomas fuertes que no pueden soportar.

En cuanto a la dieta recomendada, se reveló que sí la aplicaron un tiempo en sus vidas, pero que en realidad no se hizo un hábito o conciencia, por lo que recaían en seguir consumiendo alimentos que les generaban más malestares; no se descarta en esta explicación que un cierto porcentaje de la población modificó sus hábitos alimenticios pero su estado de ánimo sigue igual, es por esto que se tiene una permanencia de la gastritis en distintas personas.

"N. ...me volví a enfermar... ...si porque había veces que se me olvidaba tomar la pastilla y si no me la tomaba me dolía y me ponía mal, así el dolor insoportable y todo, pero entonces opte por una de dos, o dejo de comer eso, pero pues no, es muy rico, es muy sabroso y la verdad no o me tomo las pastillas tal cual, pero luego se me olvidaban, no me las tomaba como eran, como me habían dicho

entonces, ya después opte por ya, ya nada, o sea, ya nada de nada, porque también yo a veces sentía que no me hacía, o sea, que ya como que me estaba volviendo adictiva, adicta a la ranitidina porque este, si no me la tomaba me dolía, y como que eso ya no me empezó a gustar. ...al principio todo bien lindo, muy bonito, pero ¿que crees?, que a partir de ahí ya me empezó a doler mucho, la boca del estomago, se me bajo la panza, se me bajo la panza, este, bueno mas bien se me desinflamó, deje de tener esos síntomas, y ya, pero después ya no quise seguir el tratamiento, terminé, deje de tomar ese tratamiento, porque a mi no me gusta estar tomando tantas pastillas, no me gusta estar tomando pastillas... ..Mira, todo lo relaciono con mi, con mi, aborto, con el aborto que tuve, porque a mi me dijeron “una de dos, el huevo o el cigoto se implanto ahí naturalmente o fue porque tomaste una pastilla, una pastilla muy fuerte”, eso fue lo que me dijeron, yo recuerdo que ese día había tomado, yo estaba embarazada pero no sabía, tomé la ranitidina y a partir de ahí ya, no me gusta tomar pastillas, no me gusta tomar nada, prefiero ahora, últimamente ya, me baso en tes...”⁹⁹

“A. Pues en el transcurso me sentía bien porque comía de todo, no hice mucho caso a la dieta que me habían puesto y me sentía bien porque comía de todo, nada más el miedo fue que tenía que hacer la dieta pero al mes empecé a comer de todo. ...ahí fue donde me internaron. ...pura gastritis, ya después me diagnosticaron como 5 años después, me diagnosticaron fiebre tifoidea, me había contagiado, comí en la escuela queso y al parecer eso fue lo que me provocó este virus, no sé que sea, la fiebre tifoidea que era muy parecida a la gastritis, me empezó ardiendo la boca del estómago, mareos, vómitos, me deshidraté de tantos líquidos que eché, no podía comer nada porque todo lo regresaba, incluso me iba a desmayar en el hospital al que me llevaron, y pues más o menos como cada año me internaban por lo mismo. ...a lo mejor en un año no me internan pero al próximo es seguro que me internen. ...me siento bien al momento pero no puedo durar mucho tomando los medicamentos porque los mismos medicamentos hacen que me arda el estómago otra vez, llevo hasta ahorita puro gel y la ranitidina, es lo que estoy tomando.”¹⁰⁰

“C. Si, sigue igual, si probara la misma cantidad de chile y de picante que consumía antes yo creo que estaría peor pero como ya le he bajado, al momento que como si le pongo un poquito, pero antes, era casi, casi, y a lo mejor no me creerás pero era la mitad de caldo o de lo me estuviera comiendo y la otra mitad de salsa de chile así, de la que hace mi mamá y ya le bajé un poquito y ya no me duele tanto, pero es porque ya no lo he consumido y con el medicamento como que también ha mejorado.”¹⁰¹

Lo que genera el no modificar lo antes explicado es desplegar y explotar los recursos del cuerpo agravando más los problemas de gastritis además de detonar otros padecimientos en el organismo. La energía que el cuerpo tiene es llevada al extremo para realizar actividades que el individuo considera son de gran prioridad, olvidando así el funcionamiento y la escucha de su cuerpo para mantenerlo sano y fuerte.

“B. ...Lo intente hacer o sea si empecé a comer bien. Mi estrés no bajo eso si te voy a decir. Empecé a comer un poco mejor. Pero pues de todos modos seguía sintiendo las mismas molestias, ardor en el estomago que me dolía, que tenía. O

⁹⁹ Nelly.

¹⁰⁰ Alejandro.

¹⁰¹ César.

sea acababa de comer y a los cinco minutos yo ya sentía como que tenía hambre otra vez oye pero si acabo de comer. Pues si siento algo con el estomago. Pero era por la misma gastritis que me estaba dando ¿no? Y ya deje te digo. Seguí con ese tratamiento pero no por mucho tiempo. Ya lo deje pero de todos modos yo seguía con el mismo ritmo de vida. Hasta que no salí de la universidad fue cuando dije ya. Ya empecé a comer mejor. Ya no estaba... aparte antes dejé de trabajar para terminar la carrera y ya comía mejor porque ya antes de irme a la escuela comía bien. Ya no tenía tantas broncas. Y hubo un año que estuve aquí en mi casa. Pues entonces, comía a mis horas y todo ¿no? no tenía tanta presión. Y ahí fue donde me alivié otra vez. ...me sentía mejor y en realidad así un tratamiento muy o sea que me haya dado un tratamiento específico para la gastritis no, nada mas fueron para que me quitaran los síntomas que en ese momento tenía y ya.”¹⁰²

“J. Pues si se me quitó el dolor pero ya que me dejaba de tomar las pastillas seguía otra vez, entonces la seguí tomando. ...dejé de tomar las pastillas y me volvió a doler, entonces dije a ver vamos con otro a ver que me dice y pues me dijo lo mismo, que no comiera cosas ácidas, refrescos y me siguió dando las mismas pastillas, me dio otras se llaman inhibitrón creo y me dijo que de esas me tomara también una diaria, que dejara un rato la ranitidina y me tomara esa, y esa como que me quitó más el dolor, pero también como al mes me empezó a doler. ...Sabes que el lunes fui con otro doctor para que me recetara otras pastillas y fue lo que le platiqué, que en época de escuela me da más porque en vacaciones no me tomé ni una pastilla en tres meses no me tomé ni una y ahora que entré llevo dos cajetillas de pastillas, no sé si sea la presión.”¹⁰³

Algunas personas mencionaron que su gastritis también es generada por ingerir medicamentos prescritos por un médico para tratar otras enfermedades que también aquejan al individuo.

“J. No pues en realidad me duele, bueno últimamente me ha estado doliendo yo estoy ahorita en tratamiento médico, mi medicina que me estoy tomando ahorita es muy fuerte entonces también causa daños en lo que es el estómago y todo eso, hasta en el hígado ya a partir de que he estado tomando mi medicina me han venido, se me han agravado los dolores del estómago y también cuando uno tiene corajes y que acá problemas, cuando estoy en estado de estrés me he sentido así también. ...Lo que sucede es que yo tengo, bueno yo tenía una infección urinaria, una cistitis, me hicieron hace poco una cistoscopia en donde el doctor me detectó tuberculosis cística, dice que no es nada contagioso ni nada pero si entonces, como estoy ahorita en tratamiento médico el doctor me dice que en mis estudios salga o no salga positivo la tuberculosis se podría decir que de todas manera él me recetaría el, o sea un tratamiento, tener el tratamiento contra la tuberculosis aunque no salga positivo en los estudios clínicos. ...de hecho el doctor de antemano me lo dijo, me dijo vas a tener problemas gástricos, vas a tener problemas gástricos porque es muy fuerte este medicamento, igual y también puedes tener problemas hepáticos, pero las personas a las cuales yo les he recetado esto no lo han padecido, si han padecido problemas gástricos pero es que es muy fuerte, muy fuerte.”¹⁰⁴

En ocasiones algunas personas expresaron una mejoría en el problema, no hubo curación, pero parece que la enfermedad fue como una lección en la vida

¹⁰² Belem.

¹⁰³ Jorge.

¹⁰⁴ Juana.

que hizo que los individuos modificaran una parte de su existencia. Este cambio que decidieron hacer los entrevistados ayudó a mejorar la enfermedad, pero no resolvieron del todo el problema porque el estómago aun está débil y con cualquier modificación en los hábitos de conducta desencadena algunos malestares que incomodan su vida.

“A. Mejor con el medicamento. ...Solo me lo tomé dos veces. ...Ahorita, bueno pues de que me vine para acá como que dejé atrás todas las broncas y resentimientos que tenía he tratado de cuidarme, pues, y trato de comer y más aquí que siempre está a la hora la comida y solamente que cuando dejo de comer es que me duele el estómago, pero mientras no, a menos que yo no coma a la hora.”¹⁰⁵

“M. Pues te digo que si hubo un tiempo en que ya me sentía mejor pero no totalmente, ya nada más me la tomaba cuando me sentía mal, cuando me ardía el estómago, cuando me empecé a sentir mejor fue durante el embarazo, porque ya tienes que cuidar tu alimentación, pues como vomitaba a cada rato, pues tenía que estar comiendo y comiendo, comía como cinco veces al día y como ya no venía aquí a la escuela, me dedicaba más a mi alimentación, porque hasta en la mañana me preparaba mi juguito de zanahoria, yo creo que eso me ayudó al estómago, me lo estuve tomando fácil un año, y pues ya traté de cuidar más mi alimentación, trataba de ya no comer tantos chicharrones con chile o la sopa maruchan, el café, ya no podía ni tomar café porque luego luego era la acidez en el estómago y pues ya no podía tomar café con el embarazo, comía mucha fruta, carne ya casi no, como que cambió mucho mi alimentación durante el embarazo y eso ayudó mucho a que ya no tuviera gastritis, o lo mejor si la sigo teniendo pero ya no con tantas molestias.”¹⁰⁶

El desenlace de los medicamentos con respecto a la gastritis revela que no fueron eficaces para resolver el problema de la gastritis, únicamente aminoraron los malestares en el momento pero no los curaron. Con esto se podría decir que los fármacos no son tan efectivos para desaparecer el padecimiento gástrico, lo que simplemente hacen es aliviar superficialmente las dolencias de enfermos o en su defecto incrementar los malestares que éstos presentan.

Otro de los grandes desperfectos de los medicamentos es que inutilizan al paciente, es decir, el fármaco actúa como un remedio sencillo que está al alcance del sujeto para cualquier momento, lo cual implica que no enfrente la emoción dominante que lo daña, el medicamento hace que el paciente no se enfrente así mismo y lo ciega toda alternativa que está a su alrededor.

¹⁰⁵ Alberto.

¹⁰⁶ María.

Pero no solo se identifica esta problemática, también está la indisciplina que muchas personas presentan ante las recomendaciones que los médicos les proporcionan para resolver sus problemas de gastritis, tal es el caso de los hábitos alimenticios, la modificación de conducta y el cambio de vida. Esto quiere decir que las emociones dominantes al no ser trabajadas o minimizadas actúan y aparecen en la nutrición afectando aún más al estómago y genera que se recaiga de nueva vez en los problemas de gastritis.

Pero esto no es todo, como muchos entrevistados saben que el medicamento es una fuente de breve alivio, se vuelve un hábito portar la medicina, esto es acudir a la automedicación para resolver los problemas que se presenten en el instante y eso contribuye a que los jóvenes ignoren la posibilidad de enfrentarse y resolver los problemas que lo aquejan.

En resumen los resultados mencionados en el tratamiento alópata son expresados como tratamientos que les sirvieron en el momento de crisis, es decir, cuando las personas acudieron al médico para atenderse era principalmente para aliviar las dolencias que ya no soportaban en el momento. Pero el seguimiento del tratamiento presentado por la medicina alópata no fue adoptado completamente por los pacientes ya que en su vida cotidiana se daba el momento de seguir ingiriendo alimentos picantes, agrios, salados y dulces que irritaban y desarrollaban las mismas molestias por las que buscaron ayuda en la medicina antes mencionada.

En cuanto a la perspectiva sobre la gastritis se obtuvieron muchos significados, el padecimiento principalmente se definió como una enfermedad molesta, llena de dolores y malestares que no recomiendan a ninguna persona porque limitan al individuo a tener una alimentación diferente a la que se tenía antes de que se enfermaran o porque se restringen a hacer cierto tipo de actividades en la vida cotidiana.

“A. No, es feo enfermarse de la gastritis, es bastante feo. ...te limita bastantes cosas, no puedes comer todo lo que a ti te gusta, no se la deseo a nadie. ...si

llegan a escuchar esto que hagan caso a los doctores porque si es feo. Que no coman irritantes, picantes, refresco, café.”¹⁰⁷

“C. No, es muy mala en el sentido de que aparte de la sensación, el ardor es muy malo o un golpe muy fuerte para las personas que mas les gusta el chile y son a ellas las que padecen eso por consecuencia, aparte del dolor que sientes, sientes insatisfecho comiendo sin poder probar chile, porque te está provocando la enfermedad, entonces la prohibición de no poder comer salsas y picantes es como muy cruel.”¹⁰⁸

“K. Es fea. ...Pues porque llega un momento en que te duele tanto que no te puedes ni mover y ya después se te quita pero pues es molesto estar así con el dolor y que te de así en cualquier momento o por cualquier cosa que comas, y que te prohíban cosas que te gusta comer, eso es muy molesto.”¹⁰⁹

“G. Yo creo que es incómoda porque no es tan placentero andar con un dolor de estómago que te dobla por la mitad, en el camión o en una exposición, entonces yo considero que es incómodo tener trastornos digestivos aunque puedes soportarlo es incómodo tener el dolor.”¹¹⁰

Los entrevistados de este estudio confesaron que su gastritis tiene que ver con la persona de conflicto, por los hábitos alimenticios entendiendo por este a la mala alimentación y a la falta de tener un horario de comida, o a sus emociones dominantes y ritmos de vida que no modifican.

“B. Mi papá, cuando él se fue, mira te soy sincera, hubo muchas cosas que olvidé, muchas, pero claro recuerdas lo esencial, para variar lo más triste, eso es lo que jamás se te olvida, bueno en mi caso, no sé en otras personas, por ejemplo, cuando empieza a haber problemas aquí en la casa yo dejo de comer, entonces me malpasaba mucho, no me daba hambre,... ...A mi falta de consciencia, a mi negligencia de atenderme la enfermedad, mis malos hábitos alimenticios, en alguna parte a los problemas que tuve, porque si yo no hubiera tenido problemas, no hubiera dejado de comer, ahora lo sé, es como una contradicción, porque ahora pienso que fui una tonta porque no toda la vida son problemas, los problemas son, y no van a dejar de serlo, pero tienes que darles otro punto de vista y no dejarte caer, porque igual y me pasó muy chica, y ya en ese momento no tenía la consciencia que tengo ahora, y por eso la tengo, pero si en ese momento se que si hubiera tenido consciencia y hubiera pensado que sí, tenía 10 mil broncas, pero hubiera pensado que mi cuerpo y mi salud era primordial, a pesar de todos los problemas que tenía, no lo hubiera descuidado, igual si no hubiera tenido problemas, pero tuve problemas y no tenía consciencia, entonces me acarreeé una enfermedad, que ahora tengo que aliviar, son muchos factores a los que adjudico mi problema, a mi falta de consciencia, a mis problemas, a mis malos hábitos alimenticios, a mi “después lo hago”, cosas que si importaban y no les daba la importancia que les tenía que dar, todos esos factores que no tenía, pero bueno ahora que ya los tengo, hay que aprovecharlos, en ese momento no pensaba racionalmente, pero ahora que ya lo hago, puedo corregirlos.”¹¹¹

¹⁰⁷ Alejandro.

¹⁰⁸ César.

¹⁰⁹ Karen.

¹¹⁰ Griselda.

¹¹¹ Bety.

“A. A no comer cosas nutritivas, no comer cosas necesarias, por comer mucho picante, a comer cosas que no me nutrían y por comer más que nada picante en la escuela.”¹¹²

“J. A que antes si comía mucho chile, y a que ahora tomo cerveza y sin comer y sin desayunar, yo creo por eso.”¹¹³

“E. A todo lo que he comido y a los corajes que hago.”¹¹⁴

“D. Yo creo que en parte a mi ansiedad si soy medio ansiosón, más cuando estoy en la escuela si cuando tengo algo que hacer me presiono mucho, estoy aquí arriba y estoy dándole de vueltas a la cabeza, y la presión de pronto se me hace muy fuerte, eso es algo fundamental, y a mi dieta que nunca ha sido buena, yo creo que a esas dos cosas, a mi dieta y mis horarios de comida y a la ansiedad.”¹¹⁵

A ningún caso le gustó tener gastritis y algo muy importante que se observó fue que en muchas situaciones se tuvo un pequeño cambio referido principalmente a la alimentación. La enfermedad de cierta manera hizo que pusieran un poco de atención a sus cuerpos pero la mayoría se fue olvidando hasta recaer en los mismos hábitos de vida.

“M. Si ha cambiado, porque mi alimentación no es la misma, porque ahorita si procuro comer a mi hora y ya no dejarme tanto tiempo sin comer algo, yo creo que sería eso.”¹¹⁶

“D. Yo creo que me la modificó pero lo veo hasta recientes fechas, y ya con lo que te digo ahorita de cómo veo y como aprecio y como te enseña a ver la medicina tradicional como un todo en su momento yo creo que si, cuando se te presenta la enfermedad, pues entonces te va a poner de malas y ese mal carácter se te queda, yo creo que si va a cambiar tu vida, va cambiando tu forma de ver las cosas y de apreciar la comida si cambia la vida a lo mejor no drásticamente pero si la cambia.”¹¹⁷

“E. Pues realmente no, porque pues sigo comiendo chile, digo malamente porque yo se que me hace daño, pero trato de contrarrestar eso con leche, lactobacilos, tomando cosas que se que van a revestir mi estómago, y quitar un poquito la irritación, mucho agua, pero no, no ha cambiado francamente nada, trato por el momento de comer cosas que me ayuden para que cuando coma el picante porque se que me lo voy a comer aunque se que me hace daño, no me pegue mucho.”¹¹⁸

En síntesis la gastritis es concebida como un proceso incomodo que impide realizar las actividades que la gente desea. Según la población, este malestar es provocado por ingerir alimentos que dañan al estómago además de

¹¹² Ver entrevista No. 12. Andrea. Saca la basura. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

¹¹³ Jorge

¹¹⁴ Elia.

¹¹⁵ Darío.

¹¹⁶ Mercedes.

¹¹⁷ Darío.

¹¹⁸ Ernesto.

consumirlos en horarios inespecíficos, por tener un comportamiento o actitudes que no son óptimas para su salud y por realizar actividades que hacen que el cuerpo se desgaste al máximo y que por resultado se de el olvido del mismo.

Pero no todo son malas noticias, el malestar a muchas personas les modificó un poco la vida, se presentaron casos en donde ya no se ingieren o por lo menos tratan de no comer alimentos con un sabor o sabores específicos que les hace daño además se presentaron situaciones en las que reconocieron que sus emociones son también las culpables de estar enfermos y por lo mismo están concientes de que cambiando su manera de ser pueden mejorar su calidad de vida.

Categoría de alimentación y padecimientos

La alimentación es un rubro que en todo ser humano es primordial. El modo de alimentación de los seres humanos se debe basar en el equilibrio de vitaminas, proteínas, carbohidratos, minerales, etc., para el buen funcionamiento del cuerpo. Es importante tener una buena nutrición porque en base a ésta se pueden prevenir enfermedades, se puede ayudar al cuerpo a estar saludable, se enriquecen las defensas del organismo y promueven al buen funcionamiento y equilibrio del mismo, entre otras.

Por otra parte, el ser humano tiende a enfermar por distintas causas. Estas enfermedades que se presentan tienen una historia, un tiempo y un significado. El que una persona se enferme es porque algo está pasando en su vida, y el que atienda o no sus padecimientos llevan a que el individuo perciba las enfermedades de alguna manera y tenga una perspectiva de cómo atenderlas.

La categoría de alimentación y padecimientos se encargó de investigar cómo ha sido la nutrición de los entrevistados y la relación que tiene ésta con la gastritis encontrando en parte una explicación con la teoría de los cinco elementos. Así mismo se indagó en los malestares que los sujetos han tenido a lo largo de toda su vida, esto como antecedente de que sus enfermedades

tienen un origen y un significado que al igual que la nutrición fueron analizados con la teoría antes mencionada.

Alimentación

Es de todos sabido que una buena alimentación es esencial para el correcto funcionamiento del organismo sin embargo muchas veces se consumen productos que lejos de beneficiar al cuerpo lo dañan o lo debilitan haciendo un terreno propicio para la enfermedad.

“I. Sería lo ácido, ácido sería el que me gusta más, agrio. ...con mi papá, a él le gusta mucho el limón también entonces lo que compartimos es el limón y cosas aciditas a mi me gustan mucho las cosas ácidas, por ejemplo cuando hacen caldo de pollo me dicen que le echo el caldo de limón al pollo y así o a la sopa también le echo limón a los frijoles a veces les echo limones, al arroz, casi a toda la comida le echo limón. ...El pozole con limón, lechuga, los rábanos no me gustan en el pozole ni la cebolla, pollo o la carne que sea y no me gusta comer el pozole solo siempre con una tostada con crema siempre si no mejor no como pozole. ...Me gusta todo lo caldoso, lo que es mole de olla, pozole, el caldo de pollo, cosas así caldosas, carne, tortas de carne en salsa verde, todo lo que sea caldoso me gusta mucho, lo seco casi no me gusta, si me lo como si me gusta pero disfruto de más de caldoso algo. ...sí me gusta toda la comida me gusta pero prefiero cosas con caldo.”¹¹⁹

“D. El salado, y lo dulce, tampoco así de que me llene la boca de dulces, pero si son mis sabores favoritos, salados y dulces. ...los antojitos solamente con mi mamá, comer en la calle nunca me ha gustado, en los restaurantes ni Vips, ni Sanborns, no, siempre como en casa y si compro algo en la tienda que sea en empaque porque si le tengo miedo a la salmonela pero no, siempre en mi casa o en la calle algo que se destape o con mi mamá, los antojillos. ...quesadillas, huaraches, tlacoyos y todo eso ha sido algo muy favorito, siempre me ha gustado mucho... ...pero así siempre ha sido mi dieta, muchos almidones también, nada saludable, hasta últimamente, muy poco saludable. ...era cafetómano y no lo podía dejar,... ...harinas y lácteos, esos si no los puedo dejar, aunque me lo pidan, si soy adicto al queso y a todo ese tipo de cosas. ...Mira mis alimentos preferidos siguen siendo los alimentos grasosos, y todo eso pero ya no los como, ya no, pero si son mis preferidos, los lácteos me gustan mucho, el yogurt, la leche, los quesos, a mí me gustan muchísimo, el café también era una de mis cosas preferidas, pero también ya está fuera. ...Todo lo que tenga grasa, si todo lo que sean gorditas y si todo eso me encanta, no lo como ya mucho pero si me gusta. ...en mi casa nunca hemos sido muy ordenados a la hora de comer. ...En mi casa nunca han existido tales cosas, por los horarios que cada quien maneja y que siempre han manejado, cada quién llega a la hora que tiene que llegar y come lo que haya, tampoco mi mamá, a lo mejor si hace comida pero no todos los días, entonces cada quien se hace de comer lo que quiere hacerse de comer, lo que puede hacerse de comer y pues mi papá o mis hermanos que llegan en la noche a esa hora comen, o desayunan en la mañana, no hay horarios de comida, los únicos días que a veces se regulan los horarios de comida son los domingos y eso porque estamos todos en casa pero nunca ha habido un orden para comer, a veces desayunamos a las

¹¹⁹ Isabel.

diez de la mañana a veces a las nueve a las siete a veces a las doce del día, a veces a las ocho de la noche, entonces nunca ha habido un control en eso.”¹²⁰

“I. Pues en la escuela eran, gorditas de chicharrón y en sí dulces. ...Chicharrones con chile, todo eso, zanahorias con chile y papas con chile. ...el mole negro con pollo, las rajas con crema, las flautas, en si creo que son los tres alimentos que más me gustan.”¹²¹

La nutrición de los jóvenes se expresa esencialmente en discursos enfocados a algunos sabores preferidos, alimentos gustosos como comida típica mexicana, almidones, lácteos, frutas, verduras, carnes rojas y blancas, harinas, comida chatarra y líquidos selectos como el café, jugos, agua y refresco. La forma de ingerir estos alimentos en su mayoría fue con un desorden en los horarios de comida, se mencionó que los hábitos alimenticios en ese sentido fueron también contribución para desarrollar la gastritis.

“M. Últimamente es el picante. ...Me gustaba lo agridulce y picante, me encantaba el chocolate, que sería lo dulce. ...Como desde los doce, hasta los catorce, algo así, y ya después ha sido más constante, lo ácido, el limón, me encanta el limón, a todo le pongo un montón de limón y el picante. ...en polvo casi no me gusta tiene que ser valentina o del otro, pero en polvo no mucho, los chiles, me encanta el chile en vinagre y el otro rojito que también viene en lata... chipotle, pero casi casi como puro chile en lugar de alimento. ...Me encantan lo pepinos con un montón de limón, como con cinco limones, así que esté el caldo del limón, y chile, pero que este así ácido y picoso. ...La sopa maruchan con un montón de limón, los chicharrones, ya vez que vendían ahí en el CCH, a los chicharrones les echaba un montón de salsa con limón, pero es hasta que está nadando, es más limón y chile que el mismo alimento, que más... la manzana, la fruta, casi toda la fruta me la como con limón y chile, cualquiera que sea, papaya, melón, aunque sea dulce la fruta, yo le pongo limón, hasta el plátano le he echado limón y chile, pero lo que me encanta es el pepino, la zanahoria, jícama con mucho limón y chile, también la sopa, a la carne, creo que todos mis alimentos deben llevar limón y chile, si no como chile, no estoy satisfecha, o no me gusta el alimento si no tiene chile. ...Me acuerdo que en la mañana era mi café y mi cigarro,... ...y siempre he ingerido un montón de carne, bueno en ese tiempo, pues en mi casa casi siempre hacen carne y es lo que llegaba a comer. ...Carne roja, de puerco y de res, ¿qué más comía? Cereal en la noche, eran las tortas de milanesa, jamón, los chicharrones, me encantaban los chicharrones bañados en salsa, de esos que le amarras la bolsita y te los comes por abajo, eso comía casi todo el día, eso y la sopa maruchan.”¹²²

“E. El dulce, me gusta mucho lo dulce, pero las comidas rigurosas, me gusta el picante, con lo salado me gusta lo picante, pero si tu me das a escoger a la hora de la comida pues como lo salado, pero entre comidas algún antojín siempre es dulce. ...aparte de los dulces era también agrio que era agradable al paladar y si comía mucho,...”¹²³

“C. ...a mi la comida casi no me sabe rica si no tiene algún picante. ...Me gusta demasiado es como el toque especial para la comida. ...siempre han sido, sopa,

¹²⁰ Darío.

¹²¹ Ignacio.

¹²² María.

¹²³ Ernesto.

arroz, el guisado siempre con caldo de chile verde, salsa roja, chile morita de cualquier tipo de chile, guisos de ese tipo, la carne con chile. ...yo acostumbraba mucho, creo que muy típico de los niños en todas las primarias ya ves que sales y están los puestos de chicharrones o papas, yo acostumbraba bañar las papas o lo que comprara en salsa pero era una cantidad enorme, y todote lo acababa, me lo embutía. ...limón, y todas esas cosas,... ...yo a todo le echo limón, siempre que estoy comiendo y carne en particular la baño en limón, si es milanesas o bisteces siempre me han gustado mucho con limón, los caldos, los consomés si no tienen limón, no como consomé, no como caldo de pollo, me gusta mucho así, y casi casi le echo dos enteros, las cuatro mitades,..."¹²⁴

"G. Pues te digo que a veces salía sin desayunar y es que siempre consideré que estaba muy gordita, no cenaba o nada más hacía la comida del medio día con mi familia, y a veces comía demasiado en esa comida y el resto, no desayunaba, no cenaba y me comía frituras en la calle y decía ay no, es que eso fue un pecado casi, entonces pues dejaba de comer y casi en mi casa en esa época no estaba muy balanceada eran puras pastas y carne y más pan, y por ese tipo de comidas era un desorden y en el desayuno nada más me tomaba un vaso de leche o un jugo y no sé, algún pan, no cenaba o cenaba igual un café, un té y ya. ...a mí me gustan muchas cosas de comer, en mi casa casi siempre se hacía pollo de diferentes maneras, con mole, en salsa verde, en salsa roja o empanizado o al horno, era casi siempre y a la fecha seguimos comiendo mucho pollo y pues antes mi abuela siempre hacía sopa, entonces era sopa de fideo, espagueti, o arroz que son las sopas que casi siempre se hacen."¹²⁵

"B. Un día. Por ejemplo en la mañana siempre me dan de desayunar, mi mama siempre me da de desayunar ya sea cereal, un huevo, un café, un te o leche. La leche casi no porque me inflama mucho el estomago y me hace daño por la gastritis ¿no? Me arde también. Llego a la oficina, me tomo otro café, un café con leche, un capuchino y a la mejor unas galletas o fruta. Trato de que mi mamá me ponga fruta porque a mi me da hambre en la mañana. De las 9 de la mañana a la una de la tarde, hijote a mi me da una hambre así cañona ¿no? Aunque este trabajando me da mucha hambre. Entonces trato de que mi mamá me ponga fruta o me ponga un yogurt o una gelatina ¿no? o un sándwich, algo ligero porque si no me pone nada tengo hambre y lo único que me puedo comer pues es una galleta o papas entonces ahí es donde ya, ya fui. A la hora de la comida trato de comer más o menos 2 y media o 3. Igual sopa, caldo, ya sea una sopa de verduras o lo que tenga spaghetti algo así y un guisado y con verduras pues y agua. A veces si tomo refresco. Mas que nada la coca es la que mas me gusta pero trato de por ejemplo se va a tomar una coca a la mejor compramos una coca de lata pero nada mas me tomo un chorrito en un vaso y ya y nada mas es por el gusto ¿no? el sabor de la coca y de lo dulce. Nada más. En la tarde ya no es tanta la comida o sea ya no me da tanta hambre pero a la mejor no se me como un chocolate o un dulcecito y eso si las tardes me las llevo con pura agua. Ya en la noche llegando aquí a la casa pues llego aquí como a las nueve se me antoja un cereal, a veces si tiene guisado mi mama, pues un guisado, un taco de lo que hizo, un café, leche lo que sea y ya. Soy muy panera también, si hay pan le entro al pan. ...antes era de chicharrones, papas, galletas, chocolates, chocorroles, lo que me encontrara. Por ejemplo antes cuando estaba trabajando en Allianz y estaba estudiando pues no se si desayunaba y luego me comía un sándwich y luego ya como a eso de las 12 del día me iba a la esquina a comprarme unos tacos ¿no? de lo que fuera. Me bajaba a la maquina y sacaba unas galletas, unas papas y unos churrumais y ya. Llegaba a la escuela y no comía bien, o sea a veces si me daba comida mi mamá pero no me alcanzaba a comer todo o simplemente no llevaba comida y antes lo que comía, como no me daba tiempo era, me compraba unas papas, una coca y un lo que fuera, unas galletas o algo y me lo iba comiendo en el camino y ya llegaba a las seis a la escuela, corriendo a clases y era lo único que comía. A las 7:30 que nos daban un break pues ya me iba a comprar unas papas y pues me

¹²⁴ César.

¹²⁵ Griselda.

comía unas papas ¿no? y un cigarro. Y ya, y hasta las nueve de la noche que salía o llegaba aquí nueve y media, diez pues ya cenaba algo. Pero de ahí empezó toda mi bronca porque no comía bien o a la mejor lo mas que comía era que si llegaba temprano a la escuela me daban chance de comprar una ensalada del chef y una coca y eso era lo que comía, no mas. Entonces obviamente ahí empecé a tener muchas broncas ¿no? porque al estar acostumbrada a comer bien y de pronto nada de comer pues ahí esta cañón. Y mas que nada porque antes por ejemplo lo mas que me podía poner mi mamá para comer era un sándwich o una torta o algo porque no había comedor, ni horno para calentar ni nada. Entonces no me daba tiempo.”¹²⁶

“J. A veces, lo más ácido pues unas naranjas, piña pero pues a veces de vez en cuando, limón casi no, sal y chile tampoco, el refresco cada fin de semana, trato de llevar una dieta pero a veces no se puede. ...Porque mi mamá no me hace cosas en especial para mí, hace de comer para todos y los demás no quieren comer lo que yo como. ...Pues le digo a mi mamá que me haga lo que me recetan, ensaladas y como a mis hermanitos no les gusta, pues entonces no las hace.”

Algunas veces los sujetos estaban concientes de su enfermedad y tenían pleno conocimiento de que algunos alimentos podían hacerles un daño considerable a su estómago sin embargo esos nutrientes los seguían ingiriendo frecuentemente, esto indicó que la emoción es muy intensa en su persona y los orilló a seguir consumiendo alimentos que le son gratos en sabor pero en cuanto a nutrición y tratamiento del padecimiento no eran benéficos.

“D. Este, pues igual te digo siempre nos han dado... bueno a mí siempre me ha gustado más la carne. Pero siempre nos daba verduras y me acuerdo que, haz de cuenta, nos daba caldo de pollo con verduras y no a mí no me gustaban las verduras entonces me dejaba en la mesa hasta que me acabara las verduras luego muchas veces me quedaba dormido en la mesa por no comerme las verduras entonces pues como que yo nunca he sido aficionado a las verduras. Pero, haz de cuenta desde chiquito, desde que yo me acuerdo siempre no he podido comer sin picante, sin irritante, bueno sí sin chile, salsas, lo que sea así de picante yo desde chiquito siempre he comido picante y café. Tomaba café con leche y luego ya café solo. ...pura fritanga. Bueno, pues sí mas bien, haz de cuenta en la casa llegábamos y pues comíamos lo que nos daba mi mamá ¿no? y... pero te digo a todo le ponía picante y aparte sí me salía y las papitas, los raspados, las que hacen los chicharroneros pero también con un resto de salsa. O sea, sí, como que sí, yo siempre he sido muy garnachero. ...toda mi familia de hecho mi abuelita come pero picante así que le hace llorar a todos a mis familiares, invitados cuando van así no aguantan y yo si aguanto sus salsas o sea más que nada yo creo la cultura así la... si la convivencia con mi familia siempre ha sido de picante aunque uno de mis hermanos no come nada pero a mi siempre me gustó. Nunca faltaba digamos la salsa o los chiles en la comida desde que yo me acuerde entonces siempre me gustó yo... me decían: ah, pues ponle o pruébale. Y ya después... al principio ya después no me decían yo pedía salsa o chile o algo desde morrito y hasta ahorita todavía ahorita ya no porque estoy bien madreado pero no... ni por eso dejo de comer aunque le ponga poquito le pongo porque no puedo comer sin picante, sin irritantes.”¹²⁷

¹²⁶ Belem.

¹²⁷ Donovan.

“A. Por ejemplo se me da mucho comer la fruta con limón y chile piquín y a parte le pongo el chile líquido como valentina, todo eso, lo que se le parezca a chile líquido. ...en mi casa siempre hay valentina y es negra y ya rara vez la amarilla. ...Por ejemplo que comes papas y le echas la valentina,... ... la verdad me gustan así que salgan bañadas en chile y por ejemplo los tacos, las quesadillas con muchas grasas todo eso también es cuando me hace daño.”¹²⁸

Aunque en muchas ocasiones hubo una alimentación balanceada, los sabores persistieron y mantuvieron la emoción dominante, además al presentarse una emoción o situaciones sociales específicas los individuos llegaron a no ingerir sus alimentos a horas determinadas del día, lo que comúnmente se conoce como “mal pasadas”.

“A. ...pescado... ...leche... ...caldo de verduras con pollo,... recuerdo que me acostumbré mucho a eso y a las empanadas de sesos,... ...Muy picosa, tenía mucho picante, pues siento que me afectaron, más las malpasadas, y muchas veces no cenaba por el coraje o el resentimiento de que hablaban cosas de mí, incluso decía cosas de mí, y me iba todo enojado, pero pues jamás pensaron que me estaba dañando yo mismo.”¹²⁹

“F. Pues comía, lo que pasa es que como me iba a la escuela y eso hace como tres años que pasó cuando iba a la escuela me malpasaba mucho y pues cuando empecé a trabajar más porque comía ahí pues cualquier cosa, comía ahí en la calle y algunas veces con mucha grasa.”¹³⁰

Como se mencionó antes, el tratamiento dietético proporcionado a los pacientes para su bienestar pudo penetrar en la vida de algunas personas, pero no siempre fue así, al parecer la emoción dominante persistió y el individuo siguió alimentándose con nutrientes que le hacían daño.

“N. Este, mmm, al principio si modificaron lo de no comer grasas, no refresco, no alcohol, no cigarros, no, no irritantes, no grasas, eh, eso duro como, como 3 meses, y a partir de ahí ya, ya como de todo,... ...Si, por ejemplo, este, por ejemplo, este a veces las papitas, a veces, no se si se me antoja algo, un plátano con crema, alguna fruta, este alguna comida chatarra, no se, la sopa maruchan cosas así o a veces empiezo como a taquear aja, de lo que haya, empiezo a taquear... ...Gorditas de chicharrón, quesadillas de sesos, este, hamburguesas, papas a la francesa, si era si comía aquí afuera, tacos, tortas, tortas de las asquerosas como les dicen, están así bien grasosas y todo, eh, si, luego comía lo que mandaba mi mamá que era fruta o comida, así, arroz, o por ejemplo comía lo que traían las amigas lo compartíamos, igual, atún con mayonesa, tortas de jamón, tortas de huevo con chorizo o enchilado, tortas de queso de puerco, aja, era lo que comíamos.”¹³¹

¹²⁸ Ver entrevista No. 21. Aline. Si cortas un árbol siembra mil y pide perdón, hacen mucha falta. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Febrero del año 2006.

¹²⁹ Alberto.

¹³⁰ Fernando.

¹³¹ Nelly.

“E. Comía mucho chile, me gustan mucho las enchiladas y todo eso y la salsa valentina con un buen de papás así hasta que se hicieran agua o luego cuando no había en mi casa, ay hasta agua se me hizo la boca, me las comía a cucharadas la pura salsa valentina, me encantan, los miguelitos, también, y la comida pues así normal, la sopa con limón, el guisado varios pero casi siempre era con chile con mucha salsa.”¹³²

“B. ...ahora que ya hice consciencia más de las cosas, ya me alimento bien, si te soy sincera, como en la calle pero la diferencia es que ya no como en cualquier parte o sea ya como... antes iba a cinco puestos de tacos y ahora ya sólo voy a uno donde sé que cocinan limpio, ya cocino en mi casa, mi dieta es mejor ya no como tantas golosinas...”¹³³

Con lo anterior expuesto se observó que la forma de alimentación ratifica y coincide con lo mostrado en la Teoría de los Cinco Elementos. Los sabores más consumidos en los alimentos perjudican directamente al estómago debilitándolo más y provocando malestares permanentes o mayores.

Padecimientos

Con lo que respecta a los padecimientos basto con observar la tabla de resultados para una vez más comprobar la similitud que tienen las enfermedades que han tenido en toda su vida con los órganos representativos de cada elemento que conforma la teoría utilizada en este proyecto.

Estas enfermedades aparecen como una forma de expresión del cuerpo de que algo está alterando el organismo y que necesita ser atendido de inmediato. En algunos casos el padecimiento llegó a ser extremo y debilitó al cuerpo en todo sentido llevándolo a la búsqueda de una intervención de urgencia para aminorar los malestares y resolver el problema lo más pronto posible (Para más detalle ver “Enfermedades que ha padecido” en tabla de resultados)

Las enfermedades más comunes que se hallaron fueron gripa, tos, enfermedades de la garganta, flemas nasales, temperatura, problemas estomacales, problemas intestinales, vómito, diarrea, estreñimiento, dolor de articulaciones, colitis, problemas e infecciones en vías urinarias, dolor de

¹³² Ver entrevista No. 8. Elsa. Mi manzana se pudrió. Entrevista realizada por Carlos Servando Baños Anaya en el mes de Noviembre del año 2005.

¹³³ Bety.

cabeza, problemas de colon, ataques de pánico, fiebre e irregularidades en la piel.

Estas molestias en el cuerpo fueron el resultado de no trabajar y maximizar las emociones dominantes en el individuo, las enfermedades que han padecido estas personas muestran que los elementos que representan éste esquema dañan seriamente al estómago pero también perjudican severamente los órganos que representan cada uno. Esto es una forma de expresión del cuerpo de las emociones dominantes.

Categoría de cuerpo

El cuerpo es el medio por el cual se pueden desarrollar infinidad de funciones siempre y cuando se escuche, se entienda y se le ponga una debida atención. Sin él, el ser humano no sería ser humano o no existiría como tal. El cuerpo que representa a la humanidad aloja y expone todo lo que hay en ella, desde los órganos y sus funciones hasta sus emociones, sentimientos, culturas, expresiones, filosofías, etc.

El propósito fundamental de éste ámbito fue conocer lo que los jóvenes opinan sobre el cuerpo y el significado que poseen del mismo. Esto se realizó para entender cómo perciben su organismo y de qué manera lo atienden.

Concepto de cuerpo

El concepto de cuerpo que gira entorno a los hombres y mujeres de este proyecto es que el cuerpo es una herramienta con la cual se pueden realizar actividades pero principalmente es definido como una carta de presentación ante los demás seres humanos con los que conviven, es decir el cuerpo funciona como un organismo que plasma los pensamientos, sentimientos, estilos y modas ante los demás.

“D. Pues no se, digamos que la cáscara que cubre como eres... bueno el cascarón ¿no? digamos, la forma externa de ti mismo ¿no? y pues ya de ahí influye que te

arregles que te vistas bien, pues si. Más que nada puedes estar... sentir... pues sintiéndote bien contigo mismo pues yo digo que no hay problema... ..pero pues ya ves que la pinche sociedad que te ve mugroso o acá hasta los policías pues esta sociedad está bien culera entonces te ven mal y pues como te ven te tratan ¿no? dice el dicho. Entonces pues ya le tienes que hacer así pero te digo, mientras estés bien contigo mismo así que te sientas bien pues yo digo que no importa, o sea si tiene que ver ¿no? porque si también muchas veces influye mucho tu aspecto, pero si te digo que, pues si es como que el envase donde estas tu, lo que realmente eres tu.”¹³⁴

“K. Para mi significa mucho el cuerpo, para mí siempre me ha traumado mucho eso del peso y todo eso, y son por las dos cosas que estoy así como obsesionada por enflacar y cosas así, pero me cuesta mucho trabajo dejar de comer cosas que me hacen engordar. ...los chocolates y los dulces, pero así como muchísimo chocolate pero pues ya pienso que también eso hace que engorde, entonces hay veces que dejo de comer en todo el día grasa y todo eso y ya nada más trato de comer lo esencial.”¹³⁵

El cuerpo en algunos casos fue descrito como una entidad que debe cuidarse para estar saludable. Algunos discursos definieron específicamente al organismo como una casa o refugio en donde se encuentra alojada el alma lo cual se tiene que atender y preservar mediante el cuidado constante del cuerpo. Esta preservación y cuidado del cuerpo es referida como una acción primordial para la exposición del mismo ante los demás, es decir el cuerpo es utilizado como una presentación ante las demás personas que le rodean.

“J. El cuerpo es la casa donde habita el alma, entonces si tu no te quieres, si tu no quieres tu cuerpo pues mucho menos tu alma ¿no?, bueno eso es algo así como que muy espiritual lo que te hablo pero, eh si, o sea el cuerpo nada más lo tienes una vez y si no te cuidas pues ahora si que pues no, no puedes hacer tus actividades bien y todo eso.”¹³⁶

“G. Para mi el cuerpo es como el refugio del alma, el cuerpo es ese como, tu carta de presentación hacia los demás como te vean, cuales son tus pensamientos, entonces el cuerpo es la carta de presentación.”¹³⁷

El cuerpo también fue definido como algo esencial para vivir, por lo que explican que el cuerpo debe de tener un especial cuidado para tener una vida óptima y de calidad, pero muchos contradicen el discurso de cuidar el cuerpo y se encuentran enfermos o se enferman con frecuencia.

“A. Yo caigo como en una incógnita porque yo considero que el cuerpo es algo que hay que cuidar y el hecho de que no me cuido, caigo en una paradoja, porque

¹³⁴ Donovan.

¹³⁵ Karen.

¹³⁶ Juana.

¹³⁷ Griselda.

considero que el cuerpo hay que cuidarlo, a pesar de que yo no lo hago pero es un error muy mío.”¹³⁸

“R. Como un santuario personal, el cuerpo es aquello que te permite moverte en el mundo, es como tu casa y es tu medio a través del cual tu te representas y tu eres, para mí el cuerpo no es deseo, no es placer, no es seducción, para mí todos los cuerpos aunque están gorditos o estén flacos, de todas las personas son hermosos, porque son perfectos, tienen todos porque son sanos o pueden llegar a ser sanos, para mí el cuerpo es todo eso, para mí el cuerpo feo es cuando por dentro estás mal y no lo quieres ver, para mí así es la concepción del cuerpo y digo que lástima que por dentro te estés pudriendo y no lo quieras ver, que lástima que te estés dañando a ti mismo y no lo quieras ver, o sea esa es mi concepción del cuerpo, yo hace mucho tiempo que dejé de ver que el cuerpo era algo para darnos placer y para el sexo y para ese tipo de cosas, tienes que aprender a querer tu cuerpo, esa es mi concepción.”¹³⁹

“V. ...Pues que el cuerpo se debe de cuidar porque es lo único que tenemos y que sufre daños y que el cuerpo también lo debemos de entender porque el cuerpo es de nosotros y nosotros lo debemos de conocer y cuando a él le pasa algo, de alguna manera lo expresa y le debemos de hacer caso, por eso es de que lo debemos de cuidar y que pues se va acabar, no es, no va a ser para siempre.”¹⁴⁰

También hubo casos en que los entrevistados explicaron que el cuerpo es una entidad que representa a los individuos en el mundo o como una herramienta primordial que permite seguir viviendo a las personas siempre y cuando se cuide el organismo, pero otro caso muy importante también fue la resignificación del cuerpo que fue ahora definido como una totalidad, este pensamiento fue elaborado o rediseñado a partir de que se enfermaron y tuvieron contacto con médicos que los guiaron a tener una mejor calidad de vida trabajando sus emociones, su alimentación y resignificando los conceptos de su vida.

“I. Como lo que te ayuda a estar aquí ese sería mi concepto de cuerpo. ...o sea por ejemplo sería una parte que es algo que te hace ver por ejemplo aquí en este mundo ¿no? eso lo consideraría cuerpo.”¹⁴¹

“D. Antes de enfermarme, pues estaba yo re chiquillo en esas cosas yo no pensaba, pues no se realmente yo no el cuerpo era como una herramienta para pensar para mí una herramienta para hacer lo que quieres hacer, realmente nunca le había puesto atención. ...Después de la enfermedad, pues te digo pasaron muchos años desde que yo estaba chavito y estoy descubriendo que el cuerpo es algo más, que si no le echas ganas pues no estás bien, y si no le echas ganas al cuerpo las emociones tampoco van a estar bien, o viceversa, entonces si he aprendido a ver el cuerpo como un todo y al ser humano como un todo como un individuo que tiene un cuerpo y tiene una mente y nada esta separado de lo demás.”¹⁴²

¹³⁸ Andrés.

¹³⁹ Raquel.

¹⁴⁰ Venancio.

¹⁴¹ Isabel.

¹⁴² Darío.

“B. Pues es lo mas importante ¿no?, es tu herramienta para seguir viviendo.”¹⁴³

En contraste con lo anterior se presentaron algunas situaciones en las que no se pudo responder ante el cuestionamiento de qué es el cuerpo. Esto denota que algunas personas no pueden responder a tal pregunta porque no la han formulado en su vida o porque no encuentran palabras para describir qué es lo que piensan y sienten del cuerpo. Estas situaciones podrían describirse como parte del olvido del cuerpo y lleva al individuo a que no se conozca así mismo generando enfermedades como las mencionadas anteriormente o como el padecimiento particular que se está investigando.

“J. El cuerpo, es lo que... no se como sería el cuerpo.”¹⁴⁴

“A. Pues creo que nada, no le encuentro significado.”¹⁴⁵

“F. Nunca lo he pensado, no lo había pensado.”¹⁴⁶

“F. Pues es, no es que no me llega una idea ahorita.”¹⁴⁷

Concepto de su cuerpo

Ante este cuestionamiento la población respondió de manera similar al concepto de cuerpo. Sus respuestas estaban cargadas de un significado que se expresa en forma personal, es decir, las personas explicaron que sus cuerpos se tienen que cuidar para estar sanos y no enfermar, además de que es concebido como un organismo que se tiene que aceptar como es, independientemente de si se es robusto, delgado, alto o bajo de estatura, con virtudes y defectos, etc. En algunos individuos su cuerpo lo es todo (como ellos se refieren) pero para otros es una unidad que debe ser estética.

“C. Pues es igualmente importante por eso mismo, aparte de mi carta de presentación pues para mí, mi cuerpo es como que el vehículo en el que estoy yo como mente entonces en él me transporto, con él me comunico con las personas y pues si no estoy bien yo, si no me siento bien con mi cuerpo, tampoco me siento bien desarrollándome en el ciclo donde estoy con mis amigos, en ese tipo de cosas.”¹⁴⁸

¹⁴³ Belem.

¹⁴⁴ Jorge.

¹⁴⁵ Alejandro.

¹⁴⁶ Federico.

¹⁴⁷ Fernando.

¹⁴⁸ César.

“A. Pues algo que tengo que tenerlo saludable para estar bien físicamente.”¹⁴⁹

“A. Pues no sé sentía que era muy fuerte, jamás me cuidé, ahora diría que es lo principal que hay que cuidarse para poder vivir mucho, ahora ya me cuido que ya estoy grande y que me puedo enfermar, si ya me cuido más.”¹⁵⁰

“V. De mi cuerpo, pues que, pues pienso que mi cuerpo tiene algunos problemas, en cuanto a físicamente. ... siempre me he visto como muy delgado y a veces no me gustaba verme tan delgado. ... porque, que me gustaría ser un poco mas, un poco mas robusto, para tener mas poder, si.”¹⁵¹

En otros casos el concepto y visión del propio cuerpo fue explicado como un ideal o como un recurso de presentación ante la gente que les rodea. Los discursos fueron dirigidos al deseo de tener un cuerpo modificado pero no diferente en su totalidad, además se manifestó la misma descripción del cuerpo que se explicó con anterioridad pero apareció en la forma individual de manera que el organismo es un recurso de exposición ante los demás seres humanos con los que tienen algún tipo de relación.

“J. Pues que puede significar mi cuerpo, nada más que así como te ven por fuera, creen que eres por dentro.”¹⁵²

“G. Pues mi cuerpo... pues es que para mí mi cuerpo es eso también es la forma que los demás ven, entonces al principio no me importaba mucho cómo se veía pero llegó un momento en que a lo mejor lo que tenía adentro lo demostraba de otras maneras, y no precisamente lo que yo quería que vieran los demás.”¹⁵³

También se identificaron discursos en donde parecen estar peleados con una parte de su vida futura, esto es que no acepta la propia naturaleza de evolución del ser humano y expresa un mensaje de desacuerdo con una etapa del desarrollo del organismo.

“I. Mi cuerpo, esta pesado porque siempre dicen que nunca cuido mi cuerpo, entonces sería, mi cuerpo, sería lo que me ayudaría lo que me está ayudando a ser todo lo que estoy haciendo sería mi cuerpo, si no existiera mi cuerpo pues no existiría yo eso sería. ...Me gustaría que no me diera lata y que a la vez no me diera lata pero a la vez sería morirme joven ¿no?, no tan joven pero tampoco tan grande. ...no quiero vivir mucho tiempo, no me quiero hacer viejita es terminar mi carrera poner una micro empresa de campamentos de viajes turísticos, tener el dinero suficiente para poner una escuela o un orfanatorio o algo por el estilo, ese sería mi ideal. ...No se como que me da miedo no poder hacer las cosas que me las tengan que hacer o algo, por ejemplo ya los viejitos a veces ya no pueden

¹⁴⁹ Aline.

¹⁵⁰ Alberto.

¹⁵¹ Venancio.

¹⁵² Jorge.

¹⁵³ Griselda.

cocinar o ya no pueden andar en camiones o varias cosas, entonces algo que nunca me ha gustado es depender de una persona o de otra persona entonces así como que es lo que me da miedo depender de la persona.”¹⁵⁴

Otros casos mencionaron que sus cuerpos ya no son vistos como antes, es decir, a partir de que se enfermaron concibieron a su cuerpo de diferente manera, apreciaron la funcionalidad que tienen y reportaron haberse valorado más mostrando una atención debida y correcta para estar sanos y mantener un cuidado específico.

“D. El significado de mi cuerpo, fíjate que todavía no lo defino, pero al menos ya tiene más importancia para mí, a lo mejor todavía no me cae bien el veinte a la mejor todavía estoy en ese proceso de definir bien, que finalmente yo creo que el ser humano nunca termina de definirse pero al menos yo creo que ya le tengo un poquito más de cariño y de respeto.”¹⁵⁵

“B. Es lo más importante que tengo, porque es la herramienta para realizar cualquier cosa que desee y después de tener gastritis me di cuenta de esto.”¹⁵⁶

En síntesis, el significado principal que tienen las personas con respecto a su cuerpo gira entorno al concepto del cuerpo. Para ellos su cuerpo significa la herramienta principal con la que se pueden desenvolver día con día y el que su organismo esté enfermo impide que realicen sus actividades cotidianas o sus proyectos de vida establecidos. Lo que quieren decir es que con su cuerpo sano pueden realizar sus actividades de manera apreciable y mejor que si estuvieran enfermos.

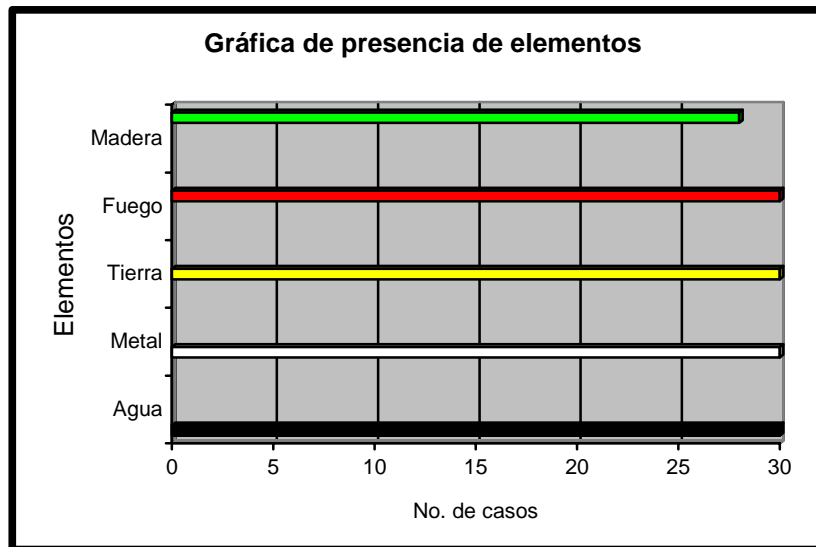
3.5 Presencia de elementos y ruta de la enfermedad

En el proceso de la gastritis se encontraron diversos elementos que afectaron al estómago propiciando un terreno factible para generar el padecimiento. Estos elementos fueron identificados por los colores, los sabores, las estaciones del año, las emociones y las enfermedades que han padecido. La gráfica siguiente muestra y facilita visualmente la presencia de elementos en los treinta casos de jóvenes que padecen gastritis, identificados previamente con las características antes mencionadas (Ver gráfica de presencia de elementos)

¹⁵⁴ Isabel.

¹⁵⁵ Darío.

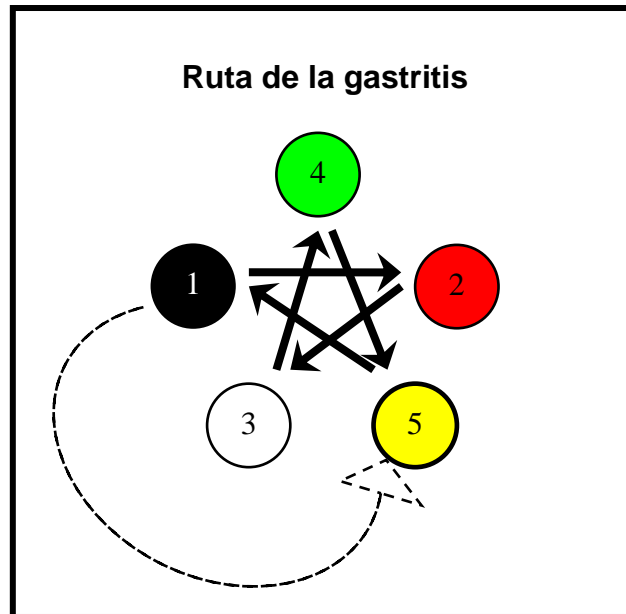
¹⁵⁶ Belem.



Como se puede observar el elemento madera está presente en 28 casos y en los elementos fuego, tierra, metal y agua se encontró una similitud donde la presencia de los elementos está sujeta en los 30 casos reportados.

Así mismo, dentro de la elaboración del análisis, se observó que en esta presencia de elementos se formó una ruta (independientemente del tiempo en que la crearon) en la que los elementos degradaron al estómago produciendo finalmente la gastritis. Esta presencia de elementos arrojó un esquema (Ver Ruta de la Gastritis) representando la presencia y ruta de los elementos que desequilibraron al cuerpo y provocaron la enfermedad.

Esta ruta representada en el esquema, es un curso donde el viaje de las emociones tuvo una similitud en los diagramas de la exposición del capítulo 2. Retomando esa información y con base en los discursos de los entrevistados, se identificó fácilmente cómo fue el curso y desarrollo de la gastritis en los treinta casos.



En este esquema se puede observar claramente que hubo presencia de los cinco elementos, estos elementos perturbaron al sistema corporal de distinta forma generando el padecimiento. Para facilitar la lectura del esquema se determinó colocar una secuencia numérica que ejemplifica de manera general la ruta que llevaron las emociones y que posteriormente dañaron al estómago provocando gastritis.

La presencia de elementos y la afectación de estos hacia el estómago en el modelo expuesto, se presentó por las siguientes características:

Elemento Agua: Este elemento fue expresado en la mayoría de los casos por el agrado excesivo del color representativo, la estación del año invierno y por las enfermedades que han padecido. El sabor tuvo poca presencia pero no se descarta como un agente importante de irritación y causal del desarrollo de la gastritis.

El color y la estación del año fueron las herramientas de más significación para revelar el desequilibrio en este elemento, en muchos casos el agrado del color negro y azul fue excesivo pero también refirieron distintas enfermedades y disgustos en la estación del año.

Las enfermedades reportadas en este elemento fueron: ataques de pánico, enfermedades en los riñones, infecciones en vías urinarias o cistitis. Así mismo la emoción que generó los padecimientos anteriores y que colaboró con el proceso de la gastritis fue el miedo o el temor ante la imagen de conflicto y ante múltiples situaciones ambientales como el ámbito laboral y el ámbito escolar.

El temor que manifestaron los entrevistados hacia la imagen masculina los llevó a tener una desconfianza y alejamiento polarizado con este miembro del núcleo familiar desarrollando un respeto y no un lazo afectivo. Este miedo también surgió en el terreno laboral o escolar como un temor al fracaso que según ellos afectarían la relación con el padre, con ellos mismos y con agentes externos que aparentemente esperan lo mejor de él.

Con esto, el individuo se ha exigido mucho más de lo normal, explotando su cuerpo al máximo, y desarrollando una preocupación por cumplir sus metas u objetivos fijados e inducidos por los deseos de los otros. Esto claro está, sumergió al sujeto en el estrés y la ansiedad provocando en él la obsesión de resolver problemas sin ver como dichas emociones repercuten severamente en el cuerpo y específicamente en el estómago.

Estos puntos fueron el primer paso de contacto que desarrollaron el desequilibrio en el organismo. La problemática que presentó este elemento viajó en interdominancia al elemento fuego que aloja al corazón, intestino delgado, relacionado también con la lengua, los vasos, el habla, el color rojo, la estación del año verano, sabor amargo y la emoción alegría.

Elemento Fuego: Como se ha explicado con anterioridad, este elemento surgió como una necesidad del cuerpo especialmente para recuperar la alegría perdida o que se está perdiendo. Esta necesidad brotó como una reacción natural de la armonía del cuerpo para equilibrar todos los elementos, sin embargo, los individuos muchas veces no saben escuchar las necesidades del organismo y frecuentemente tampoco son bien encaminadas ya que las emociones o características dominantes finalmente superan a las necesidades

concientes o inconcientes de los jóvenes impidiendo el surgimiento de la alegría.

Algunos casos mostraron una relativa emoción característica del elemento fuego como última forma de ver, enfrentar y superar sus problemas, pero ésta emoción puede ser dañada o minimizada cuando la relación con la persona de conflicto se torna problemática o incluso si se vuelve a recordar.

No hay que olvidar que el gusto o disgusto excesivo del color, la estación del año y el sabor representativo del elemento fuego también denotan una problemática del desequilibrio en los elementos. Esto se menciona porque hubo casos específicos con un gusto por el sabor amargo y una búsqueda del calor agradable del verano.

También se identificaron casos en donde el desagrado por la estación del año, el calor del verano o el color del elemento no motivaban a los individuos en ningún momento y que al contrario el desagrado por estos aspectos reflejó la desarmonía en el cuerpo como la pérdida de la alegría y desmotivación del habla como forma de relacionarse o expresar sus problemas por la situación que viven o vivieron con la persona de conflicto.

Como punto final del elemento fuego, se encontraron argumentos haciendo alusión a las enfermedades que han padecido como temperatura alta, temperatura baja y problemas en el intestino delgado lo cual era un malestar que se volvía frecuente provocando un disgusto corporal frecuentemente.

En la mayoría de los casos se presentó de manera constante una pérdida de la alegría por la emoción que dominó anteriormente y dio como resultado en conjunto con el elemento agua un vacío que necesitan llenar con lo más próximo en sus vidas, entre ellas la alimentación. Esta emoción de pérdida, viajó en intergeneración al elemento metal que corresponde a la melancolía, pulmón, intestino grueso, nariz, piel, cabello, color blanco, sabor picante y la estación del año verano.

Elemento Metal: El elemento metal se presentó principalmente como tristeza y en el consumo excesivo del sabor picante. Algunos discursos se enfocaron a expresar una melancolía por la situación complicada que tienen con la imagen de conflicto o por las condiciones de vida por las que pasan o han pasado, esto se mezcló con el consumo inconciente o conciente del sabor picante alimentando así a la emoción y degradando a su vez de forma seria al estómago.

El sabor picante o especiado, es un agente muy irritante y su consumo excesivo e irracional generó severas consecuencias en el estomago de forma que debilitó e irritó las paredes estomacales haciendo un problema de gastritis más fuerte y permanente en los individuos. Esta forma de alimentación también hace alusión a la necesidad de llenar el vacío que se generó con anterioridad por los conflictos y separación o alejamiento con la imagen masculina.

La estación del año como estación preferida o en la que enferman comúnmente no se hizo visible en muchos casos sin embargo las enfermedades que han padecido revelaron una problemática considerable en este elemento manifestando padecimientos o problemas en vías respiratorias como gripa, dificultades para respirar, constipación o sinusitis y malestares en el intestino grueso como diarrea, estreñimiento o inflamación del mismo además de algunos padecimientos cutáneos como acné o alergias.

Siguiendo la secuencia de la teoría de los cinco elementos, este elemento en interdominancia pasó al elemento madera, que aloja al hígado, vesícula biliar, ojos, tendones, color verde, sabor agrio, estación del año primavera y la emoción ira.

Elemento Madera: Se observaron discursos principalmente dirigidos a un carácter iracundo en la personalidad que está correlacionado con un reclamo hacia algún miembro de la familia que en la mayoría fue la imagen paterna. No se descarta la problemática con algún hermano o alguna persona externa al núcleo original como un padrastro o con su propia concepción masculina.

Como el inconveniente fundamental se encaminó a alguna o algunas imágenes masculinas, ya sea el padre, el padrastro, el hermano o su propia imagen masculina, la relación sentimental, afectiva y de comunicación con la persona de conflicto, es nula o se da como un distanciamiento entre el padre y el hijo, además, como su concepción masculina es dominante en la personalidad le acarrea problemas a corto, mediano y largo plazo en distintos ámbitos y relaciones de su vida como las de pareja, amigos o con otros familiares cercanos.

En este elemento también se identificaron preferencias por el color verde y expresiones en la piel del mismo color, indicador de un desequilibrio en el elemento madera relacionado con la ira, hígado y vesícula biliar. En este punto particular se presentaron procesos en donde la desarmonía afectó al hígado produciendo hepatitis, dolores de cabeza, manchas en la piel provocadas por la vesícula biliar, dolor en articulaciones, entre otras.

Con lo que respecta a la estación del año y al sabor, se identificó que muchos tienen un gusto excesivo por la primavera y por los sabores agrios. Estas características fueron también muestra del desequilibrio y daño en el cuerpo de las personas, principalmente por el sabor agrio ya que es un irritante y su consumo excesivo mezclado con el picante alimentó la emoción pero también se perjudicó gravemente al estómago por las mismas características del sabor.

Otro punto en este aparatado es la separación que tienen la mayoría de los jóvenes con el medio ambiente natural. En muchos casos el gusto por la primavera se revela como una fuente de ambiente agradable, sin embargo el contacto con la naturaleza es mínimo o simplemente no se da, por ejemplo, la forma de relajación que relataron algunos sujetos en sus discursos muchas veces eran encaminados a la convivencia con amigos en un bar o una fiesta, o únicamente visitar plazas y centros comerciales donde se estimula la vista y se convive con las aglomeraciones humanas en vez de relacionarse y buscar la tranquilidad en el entorno natural conviviendo con el ambiente para sentirse mejor.

Este elemento con todas las características mostradas pasó en intergeneración al elemento tierra, el cual aloja al estómago, bazo, páncreas, la boca, los músculos, el color amarillo, el sabor dulce, la estación del año verano tardío y la emoción ansiedad.

Elemento Tierra: La presencia del elemento tierra estuvo representada por las mismas características de todos los elementos (color, sabor, etc.) a excepción de la estación del año ya que los entrevistados no expresaron su gusto o disgusto por la confusión que mostraron ante el verano y el verano tardío.

Sin embargo esto no fue motivo para no poder identificar el desequilibrio en el elemento tierra. Las otras características fueron de gran apoyo para encontrar la guía que se llevó a desarmonizar el equilibrio de los elementos. Muchos jóvenes mostraron una inestabilidad en este elemento por el color amarillo que se expresaba en sus cuerpos pero se identificó más presencia del elemento tierra en el gusto excesivo del sabor dulce y en la dominancia de la emoción correspondiente.

El gusto por el sabor dulce generó que el estómago trabajara más de lo normal y forzosamente así como es bazo y el páncreas, además aumentó la emoción característica del elemento trayendo problemas en la vida de la persona. Muchos casos mostraron una preocupación que desencadenó un comportamiento ansioso por resolver problemáticas diversas entre ellas de tipo laboral, de tipo escolar o de tipo familiar. Esto también tuvo una relación estrecha y significativa en múltiples casos con el depresor activo del tabaquismo el cual es un agente causal y propiciador del padecimiento gástrico. Ante esto no hay que olvidar que detrás se encuentra la emoción dominante y el vacío que necesita ser llenado por el alejamiento o la problemática hacia la imagen masculina.

En cuanto a las enfermedades que han vivido se lograron identificar las siguientes: padecimientos y problemas de la garganta, dolores musculares y malestares estomacales antecesores y relacionados con la gastritis como ardor, vómito, sentimiento de vacío, dolor, etc. Todo esto sumado con lo

anterior facilitó la comprobación e identificación así como su revelación de la problemática de gastritis.

La ruta que siguió la emoción, fue de regreso al elemento agua en interdominancia donde una vez más manifestaron tener miedos específicos, preocupaciones, temor hacia el padre y un almacenamiento de las emociones que no expresan provocando timidez o desmotivación del habla para comunicar los problemas sucedidos o simplemente para tener una relación social común.

Posteriormente y como último paso, la emoción ha comenzado a viajar en algunos casos en contradominancia hacia el estómago haciendo que el problema de gastritis al no ser tratado de forma eficaz, se vuelva un problema mucho más grave propiciando un terreno para la úlcera gástrica y que después se podría convertir en cáncer gástrico si no se cambia el estilo de vida.

Hasta este momento, la ruta de la gastritis coincidió con el curso de interdominancia que se expuso en la teoría de los cinco elementos. Este curso es el cumplimiento y manifestación de la enfermedad por la dominancia de los elementos que conforman la teoría. El esquema presentado sigue manifestándose de la misma forma y continuamente, es decir, el individuo al no trabajar sus problemáticas de vida seguirá presentado desequilibrios en el cuerpo haciendo constante y continuo cada viaje de interdominancia en los elementos y generando problemas gástricos cada vez más severos.

3.6 Propuesta de intervención

Durante la realización de ésta investigación se pudo observar en las categorías, respecto de los discursos de los sujetos, que estos acudieron a la medicina alópata para resolver el problema de la gastritis. Ninguno reportó una curación o un alivio prolongado, ya que los medicamentos al ser ingeridos por prescripción médica o automedicación, solo aliviaban el malestar por un breve periodo de tiempo. Como resultado de esto, en lugar de disminuir las molestias de gastritis únicamente la hacían más tolerante a los medicamentos, trayendo como derivación que ésta se agravara por lapsos más extensos.

Dentro de este padecimiento una de sus causas es la alimentación, pues forma parte fundamental del ser humano y el tener una dieta inadecuada conlleva a debilitar el cuerpo haciéndolo más propenso y vulnerable a algún malestar. En el caso específico de la gastritis, el consumo excesivo de sabores como el picante, agrio y dulce, forzaron el trabajo normal del estómago e irritaron las paredes y mucosa gástrica produciendo síntomas o molestias que no se podían soportar en determinados momentos.

La búsqueda de estos sabores y colores de alimentos comerciales, chatarra y procesados, degradaron al estómago en conjunto con alimentos naturales de sabores dominantes porque los nutrientes en conjunto fueron harinas, pastas, carnes, legumbres y frutas además de que se consumían con aderezos de picante, dulce y agrio haciendo esta forma de alimentación un hábito, una cultura y una tradición en sus vidas y en su familia, trayéndolo incluso desde generaciones pasadas a la actualidad.

Desde la perspectiva de la medicina alternativa y tomando en cuenta que el desarrollo de la gastritis está antecedido por todo lo mencionado, éste proceso de enfermedad se puede detener mediante varias técnicas o tratamientos en los cuales se observa al cuerpo de una forma integral y en cuyos casos se pretende encontrar el origen del malestar con el fin de hallar un alivio corporal o un mejoramiento en la salud y calidad de vida de la gente que sufre éste padecimiento.

Para que este proceso se detenga se necesita que las personas que acuden a ésta intervención estén en vías de una visión distinta de lo corporal y estén dispuestas a modificar los apegos de su vida para poder sobrevivir. Es aquí donde radica la importancia de ésta investigación ya que durante su desarrollo se ha deducido que un buen método de curación es la medicina holística porque es la medicina que intenta curar o aliviar de una manera armoniosa al cuerpo conjuntándolo y relacionándolo como cuerpo-mente-espíritu sumado a una cualidad más profunda que son las relaciones órgano-emoción.

Esta forma de relacionar al organismo bajo ésta condición es por la necesidad de evitar que el cuerpo almacene desde sentimientos, hábitos y acciones que propaguen el padecimiento o compliquen la armonía de otros órganos. La manera de prevenir que esto suceda, es hacer un retroceso en el cual se retome toda la historia de las personas para encontrar los puntos cruciales en los que se pudieron tener conflictos que en la actualidad se somatizan en malestares que favorecen a una condición de enfermedad y que por tal motivo surgen de modo grave convirtiéndose en crónico-degenerativa, aún y cuando intenten curarse desde la medicina alópata.

Es por ello que ésta propuesta fue realizada con base en las trayectorias de vida de los entrevistados así como de la alimentación y la relación con su ambiente que durante todo su desarrollo estuvieron implicados en el proceso del padecimiento además de generar otros malestares en distintas partes u órganos de sus cuerpos. La siguiente propuesta consta de 25 puntos que manifiesta las recomendaciones para detener el proceso degenerativo, llegar a un alivio y mejorar la calidad de vida de las personas que viven con esta enfermedad:

- a) Tener amplia disposición de cambiar.
- b) Estar conciente de los orígenes del problema.
- c) Observar al cuerpo como una unidad o totalidad microcósmica perteneciente al cosmos.
- d) Disciplina.
- e) Resignificar los conceptos que se crean a partir de un modo de vida para así poder tener otra perspectiva de la existencia y el objetivo personal de estar en este mundo.
- f) Conocer la historia personal con el objeto de saber a donde se dirige el ser humano y principalmente su persona.
- g) Enfrentar las emociones y romper con los hábitos de vida que absorben tiempo y que acaban por dañar la calidad de vida y el cuerpo del individuo.
- h) Escuchar, comprender, aceptar y querer al cuerpo.
- i) Reconciliación con la vida y con su propia existencia.

- j) Resignificación de conceptos y relaciones con la imagen(s) masculina(s) de conflicto.
- k) Modificación de los hábitos alimenticios, haciendo énfasis en la ingesta de alimentos naturales evitando irritantes y excesos.
- l) Eliminación de alimentos procesados o carentes de nutrientes básicos para el funcionamiento del cuerpo.
- m) Eliminación de hábitos o toxicomanías como el tabaco, alcohol y drogas.
- n) Proporcionar espacios de relajación en la cual se implique la relación individuo-ambiente y no individuo-ambientes nocivos como aglomeraciones, urbes o espacios comerciales.
- o) Desahogar conflictos interpersonales y emocionales.
- p) Crear, mejorar y mantener una convivencia con espacios que generen tranquilidad, proporcionando además el vínculo que deben tener y entender con el ambiente o el entorno natural en el que se desenvuelven.
- q) Evitar hacer o ser el deseo de los otros, manteniendo la integridad como ser humano.
- r) Aprender y saber escuchar al cuerpo para tener noción de lo que sucede en su interior.
- s) Intentar superar los miedos.
- t) Comprender el significado del cuerpo para concebir su proceso emocional y así recuperar el equilibrio o armonía entre ellos.
- u) Dar energía al cuerpo manteniéndolo en constante movimiento físico, emocional y espiritual.
- v) Evitar gastar energía en situaciones superfluas como pensamientos o problemáticas obsesivas.
- w) Manejar y controlar emociones dominantes que generan conflictos en los individuos manteniendo equiparadamente la disciplina alimenticia mencionada en los incisos k y l de ésta propuesta, esto con el objeto de no recaer en la dinámica sabor-emoción que finalmente puede traer consecuencias estomacales o en otros órganos específicos que representa la Teoría de los Cinco Elementos.
- x) Mantener el equilibrio corporal y espiritual con el propósito de recuperar la alegría perdida en la que se hace referencia en éste proyecto.

- y) Acudir con un especialista en materia de salud para detener y superar problemas que aquejan y mantienen intranquilo al cuerpo.

La intención de estos incisos es involucrar a las personas a que intenten reconfigurar o abrir nuevos códigos para dar una mejor plenitud a sus vidas cerrando o terminando ciclos inconclusos además de llenar con ideas o acciones positivas los vacíos que se han generado y mantenido a lo largo de su desarrollo.

De esta manera el problema de la gastritis podría ser enfrentado adecuadamente sin hacer dependiente al organismo de medicamentos costosos e ineficaces ante las situaciones emocionales que originan los malestares físicos y que repercuten gravemente en el cuerpo de los seres humanos.

Conclusión del capítulo 3

En el transcurso de ésta investigación se observó y conoció el proceso de la gastritis, cumpliendo de esta manera con los objetivos premeditados del presente proyecto. El propósito elemental del trabajo fue conocer y analizar el proceso emocional y fármaco-alimenticio de la gastritis, ya que es un padecimiento que se encuentra antecedido por distintos factores en los que se encuentra una emoción dominante y perjudicial, una forma de alimentación y un hábito medicamentoso de vivir y enfrentar la realidad.

Los síntomas creados y narrados por los entrevistados a partir del desequilibrio corporal fueron en general acidez, ardor, vómito, sentimiento de vacío, sentimiento de pesadez, náuseas, dolor de cabeza, diarrea, estreñimiento y dolor en algunas zonas del estómago o en el órgano completo.

La población al presentar estos síntomas acudió en su mayoría a la medicina alópata, la cual diagnosticó la gastritis mediante los síntomas, endoscopía o estudios específicos para corroborar el padecimiento y descartar o sumar otra enfermedad. La forma en que intervino ésta medicina fue con medicamentos

presentados en pastillas, suspensiones e inyecciones. Ninguno alivió permanentemente los malestares estomacales que manifestaron los entrevistados en algún momento de su existencia.

En estos casos, el medicamento no hizo el efecto deseado en el tratamiento proporcionado porque el fármaco no minimizaba las molestias y a veces les complicaba la enfermedad generando malestares que en distintas ocasiones orillaban a los sujetos a buscar ayuda en otro médico alópata, de manera que este comportamiento se repitió varias veces en donde las visitas a doctores diferentes para tratarse el mismo problema resultaron cotidianas y no eficaces.

La opción que muchos hombres y mujeres crearon para enfrentar el proceso degenerativo como último recurso fue utilizar el medicamento solamente cuando se presentaran los síntomas y que no pudieran resistirlos, así como regresar a la dieta que fue prescrita por el médico alópata para apoyar junto con los fármacos el mejoramiento estomacal.

Con respecto a los casos de tratamiento alternativo se mencionó que hubo muchas mejoras en el cuerpo por la alimentación designada y por el cambio de vida, pero el no visitar constantemente a su médico para darle seguimiento al tratamiento, al no seguir correctamente la dieta y el difícil enfrentamiento así mismo, impidió que los pacientes lograran un alivio prolongado. Ante esto, se dieron explicaciones de que no han mejorado del todo su problema de gastritis por indisciplina pero se mencionó que están concientes de que tienen que cambiar su condición de vida para encontrar un alivio para su enfermedad.

De esta forma los tratamientos alópatas no surtieron efecto en el cuerpo porque detrás de la enfermedad existen emociones que no son trabajadas de manera correcta. Los tratamientos de medicina alternativa pueden ser más eficaces porque logran que el individuo interactúe con su medio además de hacerlo conciente de que su malestar no es meramente físico sino también emocional.

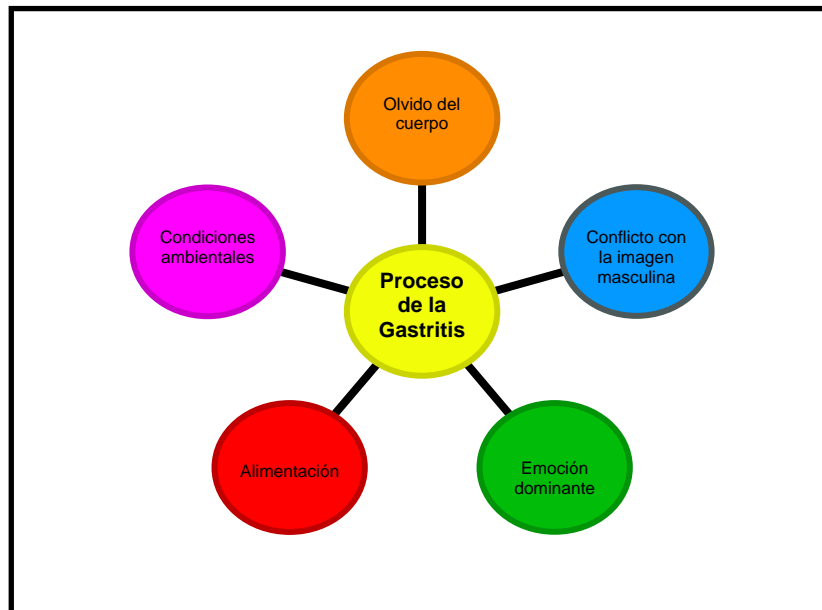
Los resultados narrados son ejemplo de que las dietas recomendadas por los especialistas en la materia no son seguidas al pie de la letra ni mucho menos

adoptadas como un modo de vida, esto porque al principio se acepta como parte del tratamiento obligatorio para sentir una relativa mejoría, pero en el momento en que se comienza a sanar regresa la confianza y dominancia de emociones que finalmente al no ser abordadas llevan a tener los mismos hábitos alimenticios que fueron los que contribuyeron a dañar al órgano.

Estas molestias en el cuerpo fueron el resultado de no trabajar y atender las emociones dominantes; las enfermedades que han padecido éstas personas mostraron que los elementos que representan éste esquema dañan seriamente al estómago pero también perjudican severamente los órganos que representan cada uno. Esto es una forma de expresión del cuerpo de las emociones transformándose en una enfermedad que puede permanecer de manera crónica y que puede llegar a degenerar más al cuerpo.

La intervención médica alópata no fue del todo eficiente y correcta ya que en muchos casos el medicamento se volvió un estilo de vida cuando el sujeto comenzó a usar los fármacos de forma deliberada, es decir el tratamiento alópata es olvidado o abandonado por la opción de automedicarse con el fármaco recomendado o con otro nuevo no prescrito por los médicos para un supuesto bienestar.

Así, en el proceso de la enfermedad se determinó que la gastritis está antecedida por las siguientes características: a) un olvido del cuerpo, b) emociones dominantes, c) un conflicto con la imagen masculina, d) una nutrición y e) las condiciones ambientales. A partir de estos aspectos se conocieron los síntomas, se determinó un diagnóstico para después proporcionar un tratamiento y después se conocieron los resultados característicos del mismo y de la enfermedad (Ver Organigrama de la Gastritis)



Organigrama de la Gastritis

a) El olvido del cuerpo. El olvido del cuerpo es producto del descuido de la existencia del ser humano en este mundo; es la inconciencia de una persona de sí mismo por cuidarse, mejorar su vida y conocerse. Muchas veces el cuerpo es concebido como una máquina o recurso por el cual se obtienen aspectos superficiales que lo degradan y lo desgastan día con día.

El olvido del cuerpo surge a partir de tener un concepto distinto de la vida en la que él no es partícipe; en éste proyecto se observaron discursos en los cuales no se respondía o facilitaba un significado amplio y claro del cuerpo además algunos no recordaban algunas etapas de su vida dejando un vacío que mas tarde llevaría a problemas en el transcurso de la vida cotidiana.

El presentar éste olvido del cuerpo significa que no se escucha lo que él pide, sometiéndolo a una situación aleatoria en la que puede debilitarse preparando el terreno para una enfermedad consecuencia también de la demanda del organismo de estar bien como es el caso de la gastritis.

El olvido del cuerpo dentro del desarrollo de la gastritis se vio reflejado en la manera de no atender a tiempo este proceso. Para solucionar el problema se

tuvieron que vivir y sentir de forma crítica los síntomas del padecimiento, solo así se acordaron de que poseen un cuerpo que se tiene que cuidar, atender y escuchar.

Otra forma de olvidar al cuerpo dentro de éste malestar se presentó como las prioridades que se tienen como el cumplir excesivamente con lo establecido en un trabajo o en el ámbito académico, se ponía más atención a estos aspectos que al cuerpo en sí mismo, no se debe olvidar que gracias al organismo podemos realizar las tareas que nosotros nos proponemos o que nos encomiendan; entonces como primer punto es esencial cuidar el cuerpo para poder desempeñar una buena labor en la vida cotidiana.

b) Emociones dominantes. Bajo la Teoría de los Cinco Elementos se lograron identificar en interdominancia las emociones del proceso de gastritis las cuales fueron miedo, pérdida de la alegría, melancolía, ira y ansiedad, regresando a miedo y manteniendo una interdominancia latente entre todas las emociones.

El primer paso de la degradación corporal en contradominancia, ha figurado cuando la emoción comienza a viajar de miedo a ansiedad, provocando graves malestares de gastritis y promoviendo una futura úlcera que al final podría llegar a transformarse en cáncer gástrico si no se detiene el ciclo emocional en contradominancia.

El manejo y control de las emociones son de suma importancia para encontrar un alivio ante el sufrimiento corporal que vive la persona con la esperanza de poder a futuro disminuir otros padecimientos. En esta investigación se pudo observar que el manejo equívoco de estas emociones, conllevó a enfermar al cuerpo de gastritis, culminado el proceso emocional descrito y abriendo nuevas rutas que pueden degenerar aún más al cuerpo terminando por colapsarlo.

Su personalidad en general se definió como de inseguridad, algunos mencionaron ser tímidos y otros afloraron la indecisión de realizar cierto tipo de actividades, es decir, el miedo está presente y esto en base a la Teoría de los

Cinco Elementos nos dice que en contradominancia se está afectando al elemento tierra siendo éste el paso inicial de la destrucción corporal.

Algunos casos de personalidad no solo fueron de timidez, otros se describieron como personas alegres, esto no quiere decir que en verdad el individuo es feliz, a veces este comportamiento se presenta como una necesidad para llenar el vacío generado y para buscar el reconocimiento y afecto de otros.

Este comportamiento es el resultado y expresión de lo que el cuerpo necesita, es decir el individuo tuvo una vida en donde muchas situaciones lo hicieron sentirse mal, pero estos sujetos no enfrentaron responsablemente el problema sino que lo almacenaron para dejarlo guardado durante un tiempo sin hablar de él o solo expresándolo en ocasiones especiales y de confianza, esto llevó a que la gente buscara elementos que lo hicieran más feliz porque en la realidad era lo que necesitaba su cuerpo en el momento por la vida que tenía.

La tristeza fue el tercer paso en el viaje de las emociones, acorralando al individuo en la melancolía e incluso se sumergía en la depresión desestabilizando de forma más aguda el equilibrio del cuerpo aumentando así el padecimiento gástrico. El llanto en ocasiones fue muy frecuente pero el no llegar a un desahogo, reconciliación y resignificación de los conceptos y la vida misma estancó al sujeto en esa emoción y preparó el viaje a la emoción colérica.

Esta emoción se caracterizó principalmente por los reclamos hacia la vida, hacia uno mismo y principalmente a la(s) imagen(es) de conflicto. La ira al no ser manejada puede nublar el pensamiento y domina a las emociones restantes por lo que puede traer un caos a la vida. Esta emoción viajó una vez más y se detuvo por un momento en la emoción ansiedad.

Esta última emoción trajo consecuencias en el cuerpo porque los volvió pensadores obsesivos y hasta en algunos casos compulsivos, degradando y alterando con esta emoción las funciones naturales del estómago provocando síntomas más insoportables de gastritis. Es aquí donde la emoción no

trabajada se mantuvo un tiempo dejando una estela de destrucción en todos los elementos ya abordados y así mismo se provocó una degeneración en la función del estómago resultando en el individuo como una crisis estomacal muy fuerte y difícil de detener.

El tiempo en que la emoción se mantuvo en este órgano fue determinante para crear un caos en la salud además la emoción no permaneció en esa parte del cuerpo porque ésta regresó a la emoción miedo manteniendo latente el ciclo de interdominancia y el problema estomacal. De no atenderse el problema inmediatamente y con disciplina se podría comenzar el ciclo de destrucción en contradominancia como es el caso de algunos jóvenes que comienzan a manifestar problemas más fuertes por el viaje emocional que se está realizando de la emoción miedo a ansiedad.

El carácter que cada sujeto tiene es muy importante para su vida y para sus relaciones externas en las que se expresan día a día. En todos los casos es importante mencionar que si no se trabaja la emoción o emociones dominantes pueden repercutir éstas en varios sentidos, afectando la calidad de vida de las personas y llevándolas a tener problemas tanto físicos como de relaciones en toda su existencia.

c) Conflicto con la imagen masculina. Las emociones que presentaron los jóvenes iniciaron primordialmente con un conflicto hacia una o más imágenes masculinas, de manera específica se encontraron problemáticas con el padre, el hermano, el padrastro, entre otros. El vínculo del individuo con ésta imagen es de miedo, pérdida de la alegría, tristeza, reclamos coléricos y ansiedad por resolver o no poder resolver el problema disfuncional y degenerativo.

La resignificación y reconciliación consigo mismo, con los demás y con la vida, son las prioridades para iniciar un cambio en el ser humano y detener el proceso degenerativo de la enfermedad, de lo contrario la emoción se puede estancar motivando el avance de la enfermedad en la persona además de acrecentar y aumentar el rencor que ha almacenado durante un tiempo considerable.

d) Nutrición. El estómago es un músculo que se tiene que ejercitar para que esté sano y fuerte. Una forma sencilla de ayudar al estómago es teniendo una buena alimentación. Lo que se observó en este estudio fue lo contrario, la nutrición de las personas se basaba en comer de “todo” como muchos referían, esto significa comer alimentos que pueden nutrir al cuerpo y comer alimentos que no hacen esa labor.

El estómago es el primer órgano receptor de cualquier emoción y alimento, y los sabores predominantes como el dulce, agrio y picante, fueron buscados y consumidos conciente e inconscientemente por la necesidad de llenar un vacío generado con anterioridad, además de la identificación de la emoción que les corresponde por el conflicto con la imagen masculina.

Con la prevalencia y dominancia de las emociones, se desencadenó paralelamente un desequilibrio en la alimentación, es decir, las emociones van ligadas con un sabor específico correspondiente a la emoción y al verse fracturada la relación sabor-emoción quedó alterada la armonía del organismo desarrollando así la gastritis.

Los hábitos alimenticios que se narraron, contribuyeron de manera constante para generar el padecimiento. En un momento los entrevistados no sabían que su alimentación en conjunto con sus emociones podían provocar este proceso degenerativo, pero aún así se identificó que en ciertas ocasiones los jóvenes llegaban a estar concientes de que su alimentación no era óptima para su salud y aún así se siguieron consumiendo los alimentos que le provocaban malestares apoyados por la dominancia de los sabores y emociones.

La nutrición en este sentido fue una parte importante para que también se desarrollara este padecimiento, por eso la nutrición se consideró como un aspecto más para el desarrollo de la gastritis. Esto porque la alimentación fue una mezcla de nutrientes sanos y nutrientes chatarra, combinados obviamente con los sabores con los que se identifica el individuo.

Este tipo de dieta alteró más el funcionamiento del estómago pero se debe tener presente que detrás de esto existen emociones dominantes y un hábito alimenticio que deviene de las bases socioculturales y principalmente por la influencia del amplio mercado de comida chatarra. Los sabores más consumidos por su respectiva emoción fueron el dulce, picante y agrio lo que muestra el sentimiento y personalidad de la población que participó en este proyecto.

e) Condiciones Ambientales. La relación que mantiene la gastritis con el ambiente radica en la separación del individuo con el entorno natural además de que ambientalmente hablando, la destrucción y falta de la madera desarrolla un comportamiento iracundo en las personas y el poco contacto respeto y búsqueda de una tierra rica y fértil, manifiesta un problema estomacal porque la correspondencia que conserva con ésta es irreconocible, olvidada y de degradación continua.

El agua consumida ya no es natural, es un recurso procesado que al beberla no proporciona una hidratación libre de agentes externos sino todo lo contrario, por la infinidad de microbios o exceso de sodio que contiene el vital líquido ha aumentando la necesidad de consumirla con mayor o menor incidencia. En otros casos la acentuación de ingerir líquidos se ha disparado en beber sodas o jugos procesados que no satisfacen las necesidades corporales ni mucho menos hacen un bien al organismo.

Así mismo, el agua de lluvia es ácida por lo que la tierra al absorberla se vuelve igual. Esto denota que la condición corporal también puede ser así; bajo la relación del macrocosmos y el microcosmos observamos que si el micro tiene un proceso degenerativo el macro también puede tenerlo porque la relación estrecha es un reflejo del cuidado en nuestro cuerpo y el entorno donde vivimos. Los humores de las personas pueden radicar en ser víctimas de las condiciones de vida que se tienen provocando vacíos que finalmente se muestran en una acidez estomacal que requiere llenarse con lo que el cuerpo exige, además la incapacidad de reconocimiento así mismo hace que

se llene con aspectos o alimentos artificiales los cuales cambian el Ph del cuerpo haciéndolo ácido, como la actitud.

Otro de los efectos ambientales en el cuerpo son las consecuencias industriales en el ambiente. A través del tiempo se han contaminado el aire, el agua, la tierra y la vegetación, por ello el aire que se respira en las grandes urbes como la Ciudad de México y Zona Metropolitana, repercuten en que no exista una suficiente y adecuada oxigenación en el organismo, trayendo como consecuencia una alteración en el cuerpo, convirtiéndolo en algo vulnerable a epidemias y procesos como la gastritis.

Bajo estas características la gastritis puede surgir en cualquier persona de cualquier edad. Los síntomas pueden variar dependiendo de la forma de alimentación y el manejo de las emociones pero lo que en todos concuerda es que las molestias son insoportables e impiden vivir plenamente y realizar las actividades cotidianas.

El mejoramiento de éste proceso depende del manejo de las emociones, la reconciliación consigo mismo, con la vida, con la persona de conflicto, con el ambiente y con su alimentación. En muchas ocasiones se torna difícil pero los resultados de ésta intervención prosperan con el tiempo y mantienen al individuo cerca de la naturaleza y con una convicción y visión del macrocosmos y el microcosmos diferente y positiva; porque finalmente es el lugar al que corresponde, a una pequeña parte del universo y de la vida.

Conclusiones Generales

¿Qué hay detrás de la gastritis?, ¿por qué se desarrolla este padecimiento?, ¿si se utiliza un medicamento y se modifica la alimentación por qué no hay alivio?, éstas fueron algunas de las preguntas que se formularon al principio de la investigación.

La elaboración de ésta conclusión tiene como propósito dar a conocer de forma general lo que se observó durante el desarrollo de la tesis. El objetivo del proyecto realizado en base a las preguntas formuladas fue conocer y analizar la construcción emocional, farmacológica y alimenticia de la gastritis a lo largo de la vida de los participantes.

Este objetivo se pudo cumplir de forma que se observó y analizó con detalle la historia de vida de las personas así como sus emociones e implicaciones en el cuerpo. El aporte de la historia oral para la realización de ésta investigación fue de suma importancia para reconocer los eventos cruciales y sus problemáticas así como las percepciones de las mismas.

En conclusión y con fundamento en la Teoría de los Cinco Elementos, la gastritis se desarrolló en los entrevistados porque detrás de ella existen situaciones que generan emociones dominantes en las personas las cuales hacen que se rompa el equilibrio del cuerpo formando así este padecimiento.

Las principales fuentes que desarmonizaron el cuerpo y vida de los sujetos se dirigieron fundamentalmente en cinco aspectos:

- a) Olvido del cuerpo
- b) Conflicto con la imagen masculina
- c) Emoción dominante
- d) Alimentación
- e) Condiciones ambientales

Como primer plano se identificó que la enfermedad surgió a partir de un olvido del cuerpo que debilitó al organismo haciéndolo vulnerable y en donde el detonante principal fue un conflicto que se dio con alguna imagen masculina. Las emociones al no ser enfrentadas de una manera viable orillaron a los entrevistados a tener una preferencia por alimentos con sabores que identifican, coinciden y definen a las emociones. Tal es el caso del gusto por sabores dulces, picantes, agrios y salados.

El olvido del cuerpo se vio reflejado en la manera de no atender a tiempo esta enfermedad. Para solucionar este problema se tuvieron que vivir y sentir de forma crítica los síntomas del padecimiento, solo así se acordaron de que poseen un cuerpo que se tiene que cuidar y atender.

Otra forma de olvidar el cuerpo se presentó como las prioridades que se tienen como el cumplir excesivamente con lo establecido en un trabajo o en el ámbito académico, se ha puesto más atención a estos aspectos que al cuerpo en sí mismo, no se debe olvidar que gracias al organismo se pueden realizar las actividades, objetivos o metas que se proponen o planean en la vida.

Posterior a esto, en el análisis de los discursos se observó que construyeron emociones excesivas perjudiciales como miedo, pérdida de la alegría, melancolía, ira y ansiedad. Estas emociones viajaron en el cuerpo en interdominancia debilitando y alterando el funcionamiento principalmente del estómago que después se transformó en el alojamiento fundamental de las emociones dominantes antes mencionadas agudizando así el padecimiento.

El estómago se tiene que ejercitar para que se encuentre sano y fuerte. Una forma sencilla de ayudar a éste órgano es teniendo una buena alimentación. Lo que se observó en este estudio fue lo contrario, la nutrición de los jóvenes se basó principalmente en comer de “todo”, esto significó comer alimentos que pueden nutrir al cuerpo y comer alimentos que pueden dañarlo.

La nutrición en este sentido también colaboró para desarrollar el padecimiento, por eso se consideró como el cuarto generador más importante del malestar, esto porque la alimentación fue una mezcla de nutrientes sanos y naturales con nutrientes procesados o industrializados, combinados simultáneamente con los sabores y colores con los que se identificaba cada persona.

Este tipo de dieta alteró al estómago gradualmente además se debe tener presente que detrás de esto existen emociones y un hábito alimenticio que deviene de las bases socioculturales y principalmente por la influencia del amplio mercado de comida procesada difundida en los medios de comunicación, en donde no existe el fomento y no tiene cabida la salud, por el contrario lo que importa es el número de ventas que se pueden realizar para obtener un capital importante para sobresalir en la competencia corporativa mediante la comercialización y explotación de una falsa imagen del cuerpo y su salud.

Por último se encuentra el ambiente, que fue otro de los agentes causales de la enfermedad. Se observaron muchos casos en los que no existe un contacto directo ni de respeto por el entorno natural en el que se desenvuelven, en otros procesos el ambiente no es reconocido o aceptado y se acude a lugares de supuesta relajación que finalmente no tranquilizan los problemas emocionales y corporales desarrollando aún más el olvido del cuerpo y el no enfrentamiento de los problemas originales del padecimiento.

Para remediar esta enfermedad la mayoría de los casos asistió a la medicina alópata. El principal tratamiento de esta medicina fue el uso de fármacos los cuales aliviaron los malestares de manera superficial y momentánea pero no hubo curación. Este tratamiento no funcionó porque no se incitó y motivó a trabajar las emociones, los medicamentos solamente aliviaron los problemas físicos pero no atacaron las emociones que están perjudicando a los pacientes por lo que éstas permanecen viajando en el cuerpo o permanecen en el órgano u órganos débiles degradando más la calidad de vida del paciente.

Los medicamentos por su rápida administración, han inutilizado a los pacientes haciendo que no se enfrenten así mismos y que no enfrenten las situaciones que le causan el conflicto, principales fuentes de la persona.

En resumen los medicamentos no sirvieron para aliviar el padecimiento que aquejaba a los individuos, las molestias persisten y con esto se hace un modo de vida automedicarse para minimizar lo más que se pueda los problemas con los que viven estas personas; y cuando en casos excepcionales se llega a una mejora por ésta vía, el paciente debe prepararse para la enfermedad que puede aparecer en otra parte del cuerpo porque la emoción dominante al no ser enfrentada es acumulada esperando salir en cualquier momento para presentarse como otra enfermedad en el cuerpo.

Puede tardar días, meses o años en aparecer, pero la emoción se expresa en una enfermedad como un aviso de que algo en la vida del ser humano sigue mal y está rompiendo su equilibrio provocando malestares que no lo van a dejar vivir plenamente.

Por eso, la propuesta alternativa que se planteó en esta investigación para llegar a un alivio puede ser de gran utilidad para detener el proceso de gastritis. La solución puede ser posible con la ayuda de las alternativas psicológicas como lo es ésta tesis, reconfigurando los aspectos de vida, integrando y escuchando las necesidades corporales, viviendo una vida que satisface a la persona y no a los demás, resignificando los conceptos que se crean a partir de un modo de vida para así poder tener otra perspectiva de la existencia y el objetivo personal de estar en este mundo. Se necesita reconciliar con la vida, con uno mismo y con las personas con las que se tiene conflicto solamente así se puede saber la verdadera naturaleza del ser humano y su relación con la demás vida que nos rodea.

Esto se puede conocer sabiendo a profundidad la historia personal que se crea desde que se nace, de ésta forma el ser humano encuentra un sentido en la vida, sabe sus orígenes y planea hacia dónde dirigirse; pero para aproximarse

a esto se requiere también romper con los hábitos de vida que absorben tiempo y que acaban dañando la calidad de vida y el cuerpo, además se deben equilibrar las emociones dominantes como el miedo, la euforia, la tristeza, la ira o la ansiedad que no hacen más que nublar el pensamiento y dirigir al individuo a una vida de sufrimiento, tristeza, dolor y rencor cuando están maximizadas.

La gastritis, que es una de las enfermedades que ha alcanzado a afectar a un gran porcentaje de la población mexicana, denota la verdadera problemática que existe en el país y requiere de una mirada integradora para detener el proceso del padecimiento para que no llegue a deteriorar o alterar otros sistemas y desarmonizar aún más el cuerpo. Por esta razón, la alternativa holística es recomendada para la intervención de ésta enfermedad, porque se observa al cuerpo como la base integral de la vida y no simplemente como un componente más que se tiene que cuidar y explotar.

La vida vale mucho y el estar sano cuesta tiempo, trabajo, esfuerzo, disciplina, entre muchas cosas, pero los beneficios son motivantes, alentadores y abren el camino cuando en la vida se torna difícil el sendero que se tiene que recorrer.

No tenemos que aprender a sufrir o acostumbrarse a esto, sino enfrentar el sufrimiento de una buena forma, aprender de los errores, de los fracasos y observar como pruebas o entrenamiento los problemas que aparecen en la vida para poder enfrentar lo que podría venir en un futuro. Si se logra resolver el conflicto ahora, se podrá resolver cualquier problema de la misma naturaleza o de más magnitud, de lo contrario no se soportará lo que se manifieste el período de tiempo que se viva en éste mundo.

Espero que el lector encuentre en ésta tesis por mínimo que sea, algo que le cause un cosquilleo, risas, motivación, aliento, respuestas, como yo las encontré y las he encontrado hasta el momento. Comenzar desde ahora a

buscar la condición humana puede resolver muchos problemas para así poder llegar a una tranquilidad digna, alegre, de respeto, con principios, ética, valores humanos, con perdón, amor y verdadera gratitud.

La vida vale mucho, y debemos cuidarla para darle tranquilidad y equilibrio al microcosmos y al macrocosmos, solo así mantendremos vivo y fuerte lo que nos hace ser maravillosos: el espíritu.

REFERENCIAS

- 1 Abreu, M. (1991). *Fundamentos de Gastroenterología*. México: Cervantes Editor quinta edición. Pp 348, 376-383
- 2 Alvarez, J. (1995). *Diccionario mosby de medicina y ciencias de la salud*. Madrid, España: Mosby/doyma libros.
- 3 Atlas de gastroenterología clínica (1995), *El estómago*. Editorial Mosby/Doyma libros 2da. Edición. Madrid: España. Pp. 2.8-2.16
- 4 Baca, T. (2004). *Sugerencias para una buena nutrición*. Estado de México, México: Ceapac ediciones.
- 5 Blair, J. (2003). Fires of Life. [En red]. Disponible en: <http://www.nationalgeographic.com/eye/wildfires/phenomena.html>
- 6 Boero, L. (2001). El chi. [En Red]. Disponible en: <http://www.vientoyagua.cl/Chi.htm>
- 7 Brimberg, S. (2004). Photo of the day. [En red]. Disponible en: <http://lava.nationalgeographic.com/cgi-bin/pod/PhotoOfTheDay.cgi?day=07&month=10&year=04>
- 8 Chaparro, G. (2002). Condiciones ambientales en la ciudad de México en el siglo XIX y sus efectos en el cuerpo. En: S. López (coord), *Lo corporal y lo psicosomático, reflexiones y aproximaciones II* (pp. 45-76). México: Zendová ediciones
- 9 Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2006). *Ley general del equilibrio ecológico y la protección al ambiente*. [En red]. Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/index.htm>
- 10 Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2006). *Ley General de Salud*. [En red]. Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/index.htm>
- 11 Campos, J. (2002). Migraña un intento de aproximación somática. En: S. López (coord), *Lo corporal y lo psicosomático, reflexiones y aproximaciones II* (pp. 103-124). México: Zendová ediciones
- 12 Diccionario de especialidades farmacéuticas (2003). *Gastritis*. [En red]. Disponible en: <http://www.facmed.unam.mx/bmnd/plm/mex/indicaciones/3399.htm>
- 13 Diez, M. (1975). *Proceso psicosomático terapéutico*. Tomo II. México: Trillas

- 14** DiproRed. (2006). Teoría de los cinco elementos. [En red]. Disponible en: <http://www.diproredinter.com.ar/china/china2.html>
- 15** Emoto, M. (2005). *Los mensajes ocultos del agua*. México: Santillana ediciones
- 16** García, J. (2002). La concepción del cuerpo: medicina alópata y alternativas. En: S. López (coord.), *Lo corporal y lo psicosomático reflexiones y aproximaciones I* (41-52). México: Plaza y Valdes.
- 17** Gómez, T. (2003) *Gastroenterología elemental*. México, DF: Méndez Editores. Pp 39-61
- 18** Gran Enciclopedia Ecisa. (2001). *Anatomía y fisiología*. Colombia: Editorial norma. Pp. 153-157
- 19** GuíaFe. (2002). Árbol. [En red]. Disponible en: http://www.guiafe.com.ar/fotos-argentina/details.php?image_id=627&sessionid=2ce48dc968434f9c87d2deb3861b2c2f
- 20** Harrison (1994). *Principios de medicina interna*. México: Interamericana McGraw Hill 13 edición. Pp 1583- 1588
- 21** Hass, E. (1982). *La salud y las estaciones*. Madrid, España: EDAF
- 22** Howara, M. (1986). *Gastroenterología clínica*. México: Interamericana tercera edición. Pp 243-279
- 23** INEGI (2006). *Morbilidad hospitalaria por principales grupos de causas de egresos, 2002, 2003 y 2004*. [En Red]. Disponible en: <http://www.inegi.gob.mx/est/contenidos/espanol/rutinas/ept.asp?t=msal04&c=3354>
- 24** INEGI (2006). *Tasa de morbilidad de los principales casos nuevos de enfermedades, 2000 a 2004*. [En Red]. Disponible en: <http://www.inegi.gob.mx/est/contenidos/espanol/rutinas/ept.asp?t=msal06&c=3357>
- 25** King, J. (2001). *Guía de la clínica mayo sobre salud digestiva*. México, DF: Plaza & Janes Intersistemas IX. Pp. 6-8, 53-55
- 26** Krippendorff, E. (1985). *Las relaciones internacionales como ciencia*. México: FCE
- 27** Lara, R. (1997). *Medicina y cultura, hacia una formación integral del profesional de la salud*. México: Plaza y Valdes

- 28** López, S. (2002). *Lo corporal y lo psicosomático, reflexiones y aproximaciones I*. México, DF: Plaza y Valdez editores.
- 29** López, S. (2002). *Lo corporal y lo psicosomático, reflexiones y aproximaciones I*. México, DF: Plaza y Valdez editores
- 30** López, S. (2002). *Lo corporal y lo psicosomático, reflexiones y aproximaciones II*. Naucalpan, Estado de México: Zendová ediciones
- 31** López, S. (2003). *Lo corporal y lo psicosomático, reflexiones y aproximaciones III*. Ecatepec, Estado de México: Ceapac ediciones
- 32** López, S. (2000). *Prensa, cuerpo y salud en el siglo XIX mexicano*. México, DF: Miguel Ángel Porrúa, librero-editor
- 33** Mateos, A. (2000). *Compendio de etimologías grecolatinas del español*.
- 34** MedlinePlus, Enciclopedia médica (2004). *Endoscopía*. [En red]. Disponible en:
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/002360.htm>
- 35** Metrópoli Global. (2005). Logos a color, symbols, ying-yang. [En red]. Disponible en: http://metropoliglobal.sonnerie.net/1-015/es_es/logos-color/1027-symbols/9114-ying-yang/top-1.html#cont
- 36** Miller, B. (1967). *Medicina psicosomática práctica* (J., Masana, Trad.). Barcelona: Labor
- 37** Mobley, G. (2001). The quest for gold. [En red]. Disponible en:
<http://www.nationalgeographic.com/xpeditions/activities/16/questgold.html>13
- Ortiz, F. (2002). *Historia del pensamiento médico*. México, DF: Eds. McGraw-Hill Interamericana. 261 p
- 38** Moreno, A. (2006). *El medicamento en sus orígenes*. [En red]. Disponible en: <http://www.larebotica.es/larebotica/secciones/expertos/origenes/index.html>
- 39** Murra, J. (2005). *Gastritis*. [En red]. Disponible en:
<http://www.murrasaca.com/nt9.htm> Naucalpan, Edo. de México: Editorial esfinge. 408 p
- 40** OPS. (2006). Estilos de vida. [En red]. Disponible en:
<http://www.paho.org/spanish/dd/pub/TopicHome.asp?TP=&KW=reviewedPublications&Lang=S&Title=Estilos%20de%20vida>
- 41** Ortiz, F. (2001). *Descartes y la medicina*. México, DF: Eds. McGraw-Hill Interamericana. 110 p
- 42** Palanques, R. (2006). La energía vital. [En Red]. Disponible en:
http://www.rosacruz.net/revista_artenergiavital.htm

- 43** Pérez, R. (1997). *De la magia primitiva a la medicina moderna*. México, DF: Fondo De Cultura Económica. 153 p
- 44** Powell, L. (1993). *Gastroenterología*. México, DF: Ediciones interamericana Mc Graw-Hill. Pp 27-28
- 45** Read, E. (1985). *Gastroenterología básica y enfermedades hepáticas*. México, DF: Editorial el manual moderno s.a. de c.v. Pp 150-154
- 46** Sanford, P. (1984). *Fisiología del aparato digestivo*. México: Manual Moderno. Pp. 43-64
- 47** Santibañez, E. (2006). ¿Qué es la medicina tradicional china?. [En Red]. Disponible en: <http://www.holistica2000.com.ar/speechina.htm>
- 48** SSA (2006). *Padece gastritis 60% de la población mexicana*. [En Red]. Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/>
- 26** Stanfield, J. (2005). Photo of the day. [En red]. Disponible en: <http://lava.nationalgeographic.com/cgi-bin/pod/PhotoOfTheDay.cgi?day=25&month=2&year=05>
- 49** Yamada, T. (2000). *Manual de gastroenterología*. México, DF: McGraw-Hill Interamericana editores. Pp. 356-364
- 50** Zaragoza, F. (2006). *Algunas curiosidades en torno al medicamento*. [En red]. Disponible en: <http://www.larebotica.es/larebotica/secciones/expertos/curiosidades/index.html>
- 51** Zavaleta, G. (2006). *Precios máximos en medicamentos*. [En red]. Disponible en: http://www.profeco.gob.mx/html/encuesta/brujula/bruj_2006/bol08_preciomax.htm
- 52** Zi, Z. (2006). Acupuntura. [En Red]. Disponible en: <http://www.acupunturachina.com/espaniol/espaniol.html>

ANEXO

Instrumento

FICHA DE IDENTIFICACIÓN

Nombre: _____ Estado civil: _____ Edad: _____ Domicilio: _____
Tipo de vivienda: _____ Tipo de construcción: _____ Escolaridad: _____
Ocupación: _____ Lugar de nacimiento: _____ Tiempo de residencia: _____
Religión: _____ Constelación familiar: _____ Distribución del espacio _____
Con que servicios cuenta _____ Ubicación geográfica: ciudad, área conurbada, zona rural,
oxigenación.

1. HISTORIA DE VIDA

Embarazo y nacimiento

- ¿Se planeo el nacimiento de la persona?
- ¿Se detecto el embarazo inmediatamente?
- ¿Qué número de embarazo fue?
- ¿Hubo pérdidas antes de este embarazo (abortos)?
- ¿Cómo se desarrollo el embarazo? (mareos, vómito, presión alta o baja)
- ¿En que consistía la alimentación de la madre?
- ¿Cuál era el sabor preferido de la madre?
- ¿Existió un control periódico del transcurso del embarazo?
- ¿Tuvo la mamá alguna enfermedad o traumatismo durante el embarazo? /En que mes /Se presentaron complicaciones
- ¿La madre estaba bajo tratamiento médico?
- ¿Ingirió la mamá algún medicamento durante el embarazo? Cual/ Por que/ En que mes/ Bajo prescripción médica
- ¿Qué tipo de parto fue?
- ¿Se utilizó algún tipo de anestesia?
- ¿Cuanto duró el parto? (desde que se iniciaron los dolores hasta el nacimiento)
- ¿En donde fue atendida la mamá durante el parto?
- ¿Estuvo sola o en pareja? (Quien más estaba)
- ¿Cómo era la relación emocional entre los padres durante el embarazo? (peleas, maltratos)
- ¿Cómo era la situación económica?
- ¿Trabajaba la mamá? En donde/ Por que
- ¿Fuiste amamantado por la mamá o con leche de fórmula? Cuanto tiempo/ motivos
- ¿A que edad se le empezó a dar alimentos sólidos?
- ¿Qué alimentos eran?

Relaciones emocionales

- ¿Qué estilo de crianza recibió?
- ¿Cómo era corregido? ¿Quién lo cuidaba y con quienes convivía?
- ¿Cómo define a su papá? ¿Cómo ha sido la relación desde la infancia hasta la actualidad?
- ¿Cómo define a su mamá? ¿Cómo ha sido la relación desde la infancia hasta la actualidad?
- ¿Cómo define a su hermano (a)? ¿Cómo ha sido la relación desde la infancia hasta la actualidad?
- ¿Qué actividades realizaba o realiza con ellos?
- ¿Cómo es la relación con sus amigos y como los define?
- ¿Cómo se define el mismo?

Escuela y trabajo

- ¿En que trabaja? ¿Dónde trabaja? ¿Horarios?
- ¿Cómo se siente con su trabajo? (física y emocionalmente)
- ¿Cuál es su proyecto de vida?
- ¿Escuelas en que estuvo? ¿Cómo fue su desempeño? ¿Cómo se sentía en la escuela?

2. HISTORIA DEL PADECIMIENTO

Curso de la enfermedad

- ¿Cuál es su color preferido?
- ¿Cuál es su olor preferido?
- ¿Cuál es su sabor Preferido? (agrio, dulce, amargo, picante y salado)
- ¿Cuál es su estación del año preferida?
- ¿Hace cuanto tiempo que tiene gastritis?
- ¿Cómo se dio cuenta que tenía gastritis? ¿Que síntomas tenía?
- ¿Hubo algún detonante?
- ¿Fue al médico? ¿Que le dijo?
- ¿De que manera lo diagnosticaron?
- ¿Cómo fue el tratamiento? Que medicamento/ Dosificación/ Tiempo/ Qué tipo de dieta
- ¿Cómo fueron los resultados? ¿Cómo se sintió con estos?
- ¿Hubo alguna época o situación en que se enfermara más de gastritis?
- ¿A que adjudica su gastritis?

Alimentación y tratamiento

- ¿Qué alimentos comía antes de enfermarse? ¿Qué alimentos come ahora?
- ¿Cuántas veces al día comía antes de enfermarse? ¿Cuántas veces come ahora?

- ¿Dónde comía antes? ¿Dónde come ahora?
- ¿Cuáles son los alimentos preferidos?
- ¿Cuáles son los alimentos que rechaza o ha rechazado?
- ¿Cual es el sabor predominante en la familia? (agrio, dulce, amargo, picante y salado)
- ¿Considera que algún alimento le hace daño (antes y ahora)?
- ¿Cuando se enfermaba de gastritis de que manera se corregía?
- ¿Enfermedades más comunes que ha padecido?
- ¿Qué tratamiento se le otorgaba?
- ¿Qué medicamentos ha ingerido y su dosificación?
- ¿De que tipo de servicios médico es usuario?
- ¿Con que frecuencia se asiste?
- ¿Alguna época en donde se identifique que se enferma más?
- ¿Qué piensa de la gastritis?
- ¿Cree que la gastritis ha cambiado su vida?
- ¿Ha habido cambios en la gente que le rodea? Familia/ Amigos

Cuerpo

- ¿Concepto del cuerpo? (que significa el cuerpo para el sujeto)
- ¿Concepto de su cuerpo? (que significa su cuerpo para el sujeto)
- ¿Qué es ser mujer?
- ¿Qué es ser hombre?
- ¿Cómo lo aprendió?
- ¿Cual es su ideal de belleza?

Religión

- ¿Qué religión profesa?
- ¿Cómo la practica? (Relación con la enfermedad)

TABLA DE RESULTADOS

No.	Nombre	Edad	Edu. Civil	Escolaridad	Tipo de vivienda	Zona geográfica	Información de la madre durante el embarazo y nacimiento del sujeto							Información del padecimiento del sujeto										Presencia de elementos en el sujeto				
							Sabor	Tipo de parto del sujeto	Enfermedad o traumatismo que padeció la madre	Número de embarazo	Color	Sabor	Estación del año preferida o en que se enferma	Emoción dominante y curso de la gestación	Tiempo de padecer gestación	Sintomas	Diagnóstico	Tratamiento	Resultados	Alimentos preferidos	Alimentos que rechaza	Sabor dominante en la familia	Enfermedades que ha padecido	Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
1	Isabel	19	Soltera	Cursando preparatoria	Casa duplex	Zona metropolitana	Dulce	Natural, cordón enredado en el cuello	Ninguna	Primero	Azul	Agrio, dulce	En cualquier estación del año	Melancolía, ira ansiedad	7 años	Dolor en la boca del estómago, sentía el estómago muy fresco, ardor, agruras, sentimiento de pesadez, dolor de cabeza	Por síntomas	Alópata, ranitidina y otro medicamento parecido al ranitidina pero no recuerda el nombre. Reporta que acudió en distintas ocasiones al hospital (urgencias) porque no soportaba los malestares (y le pedía al médico en tanto que la inyectara ya que con este medicamento sentía mejor almorzo (no recuerda el nombre de la inyección), dieta	Alivio al principio, abandonó el tratamiento, pero sigue tomando el medicamento porque persisten molestias	Salsichas con frijoles y limón (en la infancia), le gusta todo lo caldoso, mole de olla, pozole (con limón, lechuga, sin rábanos, sin cebolla y con una salsa con crema), cualquier tipo de carne, tomas de carne en salsa verde	La comida seca (si la come pero disfruta más lo caldoso), cebolla	Picante, dulce, agrio	Enfermedades de la garganta (le iban a extraer las amígdalas), gripa, temperatura alta					
2	Nelly	23	Soltera	Graduada de licenciatura	Departamento	Zona metropolitana	Agrio	Natural	Ninguna	Tercero	Azul	Dulce, picante, agrio	Primavera, invierno	Miedo, melancolía, ira, alegría	5 años	sentimiento de vacío, acidez, reflujo, gases, inflamación estomacal	Por síntomas	Alópata, ranitidina, dieta	Alivio al principio pero se volvió a enfermar, abandonó el tratamiento y buscó otro medicamento, reporta mejores resultados	Quesadillas de queso, sopa de fideos, tacos de suadero, de tripa, picadillo, abondigas	Carné de puerco	Picante	Gripa, enfermedades de la garganta, colitis					
3	Belem	26	Soltera	Licenciatura	Casa	Zona metropolitana	No hay información	Natural	Ninguna	Primero	Azul	Dulce, salado	Cuando llueve, invierno	Ira, miedo, ansiedad, melancolía	5 años	Dolor en el estómago, ardor, sentimiento de vacío, reflujo, dolor de cabeza	Por síntomas, endoscopia	1 Alópata, omeprazol, dieta, minimizar estrés. 2 Homeopatía. 3 Acupuntura, tes y ahujas. 4 Alópata, gastroenterólogo, omeprazol, riberprazol, penic, almax	1 Siguió la dieta pero no disminuyó el estrés por lo que seguía teniendo molestias. 2 Reporta que no hizo gran cosa. 3 Reporta haberse sentido mejor y relajada después lo abandonó. 4 Aminoró los síntomas que tenía	Miñanesas de res y de pollo, espagueti, cremas de zanahoria y de élote líquidas, mole, tacos al pastor, huacacornitos, coca cola, cualquier tipo de pan	Alimentos amargos, picantes, consistencias espesas	Dulce, salado, picante	Gripa, enfermedades de la garganta, hepatitis, le gusta dormir mucho, principios de esofagitis					
4	Bety	23	Soltera	Preparatoria trunca	Casa	Zona metropolitana	Dulce	Cesárea	Ninguna	Primero	Azul, negro, violeta	Dulce, picante	Primavera, verano, otoño, invierno	Ira, melancolía, alegría	7 años	Dolor de estómago, ardor caliente, ardor frío, sentimiento de vacío, estreñimiento, dolor en el bajo vientre, problemas de respiración, mareos, náuseas, dolor de cabeza, diarrea, debilitamiento	Por síntomas, estudios de materia fecal, orina y sangre	Alópata, ciproclina, sustagen	Alivio al principio, pero no siguió la dieta y volvieron los malestares	Gerber, principalmente de fruta y de algunas verduras como zanahoria, papa, chicharro; enchiladas suizas, espagueti a la bolonesa, pechuga, pierna, muslo, enchiladas de tomate verde con queso y con pollo, enchiladas suizas, lasaña	Leche, cualquier hígado, comida viscosa, huevo crudo o estrellado, vísceras, tacos de tripa, moléjgas, ajes y patas de pollo, panocha, moronga	De todo un poco	Enfermedades de la garganta, siempre hay flemas nasales, tos, gripa, se le tapan los oídos, problemas estomacales, lombrices, infección, dolor, vómito, diarrea, estreñimiento, dolor de rodillas en el frío reporta que fuera del dolor, codos, manos (dedos, articulaciones), fractura de pie y peroné cuando era niña, a veces siente como si le fuera a dar un calambre y los dedos de los pies se empiezan a mover sin que ella quiera y hay dolor por el mismo movimiento, principios de varices, tiene estrías, abuso sexual, colitis, gastroenteritis, dolor de cabeza, le extrajeron la apéndice a los catorce años					
5	Cristina	20	Soltera	Cursando licenciatura	Departamento	Ciudad	Agrio, dulce	Natural	Ninguna	Primero	Verde, rosa, morado, azul, negro	Picante, agrio	No tiene, reporta que siempre está enferma	Miedo, ira, ansiedad, melancolía	6 años	Dolor de estómago, vómito, sentimiento de vacío y quemazón, mareos	Por síntomas, estudios, gastroscopia, biopsia	Alópata, acrolax, dieta	Alivio al principio pero persisten ardor, dolor, mareos, asco, trata de seguir la dieta	Chicharones con salsa (chitos anaranjados picantes, no de queso), a todo le pone chile y limón, le gusta comer en la calle, tacos, pollo asado, pan	Ejites	No hay información	Enfermedades de la garganta, siempre hay flemas nasales, tos, gripa, se le tapan los oídos, problemas estomacales, lombrices, infección, dolor, vómito, diarrea, estreñimiento, dolor de rodillas en el frío reporta que fuera del dolor, codos, manos (dedos, articulaciones), fractura de pie y peroné cuando era niña, a veces siente como si le fuera a dar un calambre y los dedos de los pies se empiezan a mover sin que ella quiera y hay dolor por el mismo movimiento, principios de varices, tiene estrías, abuso sexual, colitis, gastroenteritis, dolor de cabeza, le extrajeron la apéndice a los catorce años					
6	María	22	Casada	Cursando licenciatura	Departamento	Ciudad	Dulce	Natural	Ninguna	Segundo	Morado	Picante, agrio, dulce	Cuando llueve	Miedo, ira, ansiedad, melancolía	8 años	Dolor de estómago, ardor, acidez, diarrea, vómito	Por síntomas, ultrasonido	Alópata, ranitidina, no recuerda el nombre de una suspensión, dieta	Alivio al principio, se volvió a enfermar, dejó el tratamiento	Plátanos con crema, helado de tres marías, galletas, pan de dulce, pepinos con mucho limón sal y chile, mango, chiles en nogada, freitas, queso, espagueti, flan napolitano, frijoles con mucho queso, barbacoa, panocha, consomé, garbanzos	Camarones, atún con mayonesa, longaniza, chorizo, tacos de tripa, consistencia dura o chidosa	De todo un poco	Enfermaba fácilmente del estómago, diarrea, vómito, gripa, tos					
7	Donovan	23	Soltero	Cursando licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Dulce	Natural	Ninguna	Tercero	Negro, rojo, azul	Picante, agrio, amargo, dulce	Invierno	Melancolía, ira, ansiedad	5 años	Dolor en la boca del estómago, ardor, acidez	Por síntomas	Alópata, ranitidina, dieta	Alivio al principio pero no siguió la dieta por lo que se presentaron molestias las cuales minimizó automedicándose	Gorditas, quesadillas, queso, chiles rellenos de queso el mole rojo, mole verde, cremas, carne de cerdo, carne de res, tacos de calabaza, tacos de lengua, pescado, pozole	Pollo, verduras, chayote, calabaza	Picante	Enfermedades de la garganta, gripa, tos					
8	Elsa	23	Soltera	Cursando licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Agrio, dulce	Natural	Ninguna	Tercero	Blanco	Dulce, agrio, picante	Invierno, primavera y cuando hace calor	Melancolía, ira, ansiedad	1 año y medio	Dolor en la boca del estómago, ardor, inflamación	Por síntomas	Alópata, ranitidina, metoclopramida	Alivio al principio, no siguió el tratamiento, cuando dejó de tomar el medicamento vuelven los malestares	Enchiladas verdes y rojas (rellenas de zanahoria con papa), salsa valentina con papas, miguelitos, sopa con limón, pastales de tres leches y dulces de leche. flan napolitano, tacos dorados, calabaza, espagueti, jicama y zanahoria (con limón, chile y sal), tortas de papa (con limón y salsa), tacos al pastor (con mucho limón y mucha salsa), crepas dulces	Panocha, carnes en caldo, chicharrón, camitas, quesadillas de sesos, sopa aguada	Dulce, picante	Enfermedades de la garganta (en la infancia le llevaron al hospital por este problema), culebrera, dolor de piernas por cansancio o por presión de hacer algo					
9	Venancio	22	Soltero	Passante	Casa	Zona metropolitana	Picante, agrio, dulce	No hay información	No hay información	Primero	Verde	Picante	Invierno	Miedo, ira, ansiedad, melancolía	9 años	Dolor de estómago, ardor	Por síntomas	Alópata, antácido, antígenos, no recuerda los nombres, dieta	Alivio al principio pero recayó	Sandía, zanahoria, jicama, élote, cebollitas de cambrey, tacos de bistec, aguacate, jitomate, cebolla, tortas, camarones empanizados con mayonesa y salsa valentina, mole de olla	Ensalada de lechuga, aguacate y cebolla, bacalao, aceitunas, sardinas	Equilibrado	Colitis, hepatitis A, gripa, tos					
10	Angélica	19	Soltera	Cursando licenciatura	Casa	Zona metropolitana	No hay información	Cesárea, cordón enredado en el cuello	Ninguna	Primero	Negro	Agrio, picante, dulce	No tiene	Melancolía, ansiedad, ira	3 años	Dolor de estómago, ardor, reflujo, vómito sangre por ingerir medicamento, irritación de garganta	Síntomas, endoscopia	1 Automedicación, ranitidina, leche. 2 Alópata, inyección, pastillas, no recuerda los nombres. 3 Alópata, digenon plus, fivogel	1 En medicamento hizo que vomitara sangre porque estaba muy lastimado el estómago, con la leche reportó que fue peor por lo que se descartó que se intolerante a la lactosa. 2 Alópata, alivio durante el tratamiento después dejó de ir, persistieron las molestias. 3 Reporta mejorías pero persiste un poco el dolor	Limón, pechuga empanizada, verduras hervidas con limón, picadillo, cremas de verduras, todos los mariscos, zanahoria, calabaza, plátanos, salsa valentina y botanera	Nopales, brócoli, salsas verdes o rojas caseras	Equilibrado	Problemas de colon, gripa, tos, varicela, paperas					
11	Alberto	21	Soltero	Carrera Trunca	Casa	Ciudad	No hay información	Natural	No hay información	Primero	Azul y rojo	Agrio, dulce, picante	Invierno	Miedo, melancolía, ira, ansiedad	12 años	Ardor en el estómago	Por síntomas	Alópata, ropam gel	Alivio al principio y presenta dolor cuando no come	De todo, pescado, leche, bistec empanizados con verdura	Moronga	Picante	Acné, diarrea, gripa que provocó desviación nasal, sangrado frecuente y problemas para respirar mientras se ejercita					
12	Andrea	17	Soltera	Cursando preparatoria	Casa	Zona metropolitana	Dulce, agrio	Natural	Ninguna	Primero	Azul	Dulce, picante	Solo cuando hace calor	Melancolía, ira, ansiedad	2 años	Dolor de estómago, ardor, vomitaba sangre	Por síntomas, análisis de orina, sangre, cuerpo	Alópata, jarabe, pastillas, inyecciones, no recuerda los nombres, dieta	Alivio al principio, reporta que sigue vomitando sangre pero en menor cantidad	Chilaquiles y una ensalada que lleva zanahoria, piña y freitas, espagueti blanco, freitas, mango	Picadillo, albóndigas, carne de res, ningún tipo de caldo	Picante	Tos, gripa, herpes, parásitos facial					
13	Julio	19	Soltero	Cursando preparatoria	Departamento	Zona metropolitana	Agrio, dulce	Natural	Ninguna	Cuarto	Negro	Picante, dulce	Otoño	Melancolía, ira, alegría, ansiedad	1 mes	Dolor de estómago, ardor, vómito amarillo, vómito blanquico, ardor de garganta	Por síntomas	Alópata, naproxeno, natriosidazol	Reporta que hubo mínimas mejorías, persiste el dolor	Carne de puerco con verduras en chile verde y frijoles, chiles rellenos, brochetas (carne de res, calabaza, zanahoria, élote, especias, sal, pimienta emastadas en un pan)	Calabazas	Picante	Gripa, tos, temperatura, paperas, principios de anemia					
14	Mercedes	19	Soltera	Cursando licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Dulce	Natural	Ninguna	Segundo	Azul, amarillo	Dulce	No tiene	Melancolía, ira, ansiedad, alegría	2 años	Dolor de estómago, ardor	Por síntomas, estudios	Alópata, ranitidina, melox, dieta	Alivio al principio, pero si come grasa o picante vuelve el ardor	Cualquier tipo de papas, bistec asado o empanizado, taquitos de aguacate	Calabaza, zanahoria cocida	Picante	Gripa, inflamación de las amígdalas					
15	Ignacio	21	Soltero	Cursando licenciatura	Departamento	Ciudad	No hay información	Natural	Ninguna	Tercero	Azul	Picante, dulce	Invierno	Melancolía, ansiedad, alegría	4 años	Dolor de estómago, ardor, acidez	Por síntomas	Alópata, ranitidina	Ha regresado seis veces al doctor, piensa que el tratamiento no le ha dado resultado	Mole negro con pollo, rajitas con crema, flautas	Apico, cebolla, calabazas	Picante	Temperatura, gripa, esguince en un pie					
16	Raquel	25	Soltera	Licenciatura	Casa	Ciudad	Picante	Natural	Descalcificación, pérdida de dientes superiores, caída de cabello	Segundo	Negro, azul	Salado, picante, dulce	Primavera, verano	Melancolía, ira, ansiedad	5 años	No podía comer, inflamación del estómago, sentimiento de pesadez	Por síntomas	Alópata, ranitidina, dieta	Alivio al principio pero se generaron otros padecimientos	Cremas de cualquier tipo, enchiladas de mole rojo, arroz con mole	Chayote, verduras hervidas	Picante	Úlcera gástrica, colitis, irregularidades intestinales, irregularidades en la piel					
17	Federico	23	Soltero	Primaria	Casa	Ciudad	No hay información	Natural	No hay información	Séptimo	Azul, negro	Dulce, picante	Verano, invierno	Melancolía, ira, ansiedad	3 semanas	Acidez, agruras, vómito, ardor	Por síntomas	Alópata, no ha ingerido medicamento	Persisten las molestias por las mañanas	Panocha, tacos de tripa	Pozole, tinga, cochinilla pibil	Picante	Dolor de cabeza, gripa, tos, estreñimiento					
18	Ernesto	26	Casado	Especialidad	Condominio	Ciudad	No hay información	Cesárea	Ninguna	Segundo	Azul, rojo, verde	Dulce, salado, picante, agrio	Verano, invierno	Melancolía, ansiedad, alegría	11 años	Dolor de estómago	Por síntomas	Alópata, melox, lactobacilos, pepi, ensure, leche	Reporta que normalmente no hay molestias, pero cuando come alimentos picantes y bebidas embagantes le duele el estómago	Mariiscos picicos, comida mexicana	Le disgusta comer caldos calientes	Picante	Gripa, tos, apendicitis (se la extrajeron), dolor de articulaciones por ejercicio, problemas en amígdalas (se las extrajeron)					
19	Fernando	26	Soltero	Carrera Trunca	Casa	Zona metropolitana	No hay información	Natural	Ninguna	Noveno	Blanco	Agrio, dulce, picante	Invierno	Melancolía, ansiedad, alegría	3 años	Dolor estomacal, irritación	Por síntomas, estudios	Alópata, no recuerda el medicamento, dieta	Alivio al principio, pero si come picante o irritantes le vuelven los malestares	Huevo, pozole, hamburguesas, pechuga empanizada con ensalada de pepinos, jitomate y aguacate	Calabazas, ejotes	Dulce, picante	Gripa					
20	Juana	21	Soltera	Preparatoria	Casa	Ciudad	No hay información	Cesárea	Tratamiento en la matriz por malformación física, ingería medicamento para retener al producto porque abortaba	Sexto	Azul, morado, rosa, verde	Dulce, picante	Primavera, finales de otoño	Miedo, melancolía, ira, ansiedad, alegría	7 años	Dolor en la boca del estómago, náuseas, agruras	Por síntomas	Alópata, dieta	No acudió posteriormente al médico para tratarse esta enfermedad y no se decide a ir actualmente. Actualmente se está tratando una infección en vías urinarias y el medicamento que está tomando le causa molestias estomacales que fueron prescritas por un médico que la atiende	Frutas, papaya, melón, plátano, sandía, uvas, todos los lácteos, picantes, chile en nogada, mole verde con pollo, cremas de verduras	Chayote (antes no lo incluía), acelgas, algunos mariscos, carne de cerdo, germen de alfalfa, germen de trigo, sabores amargos	Picante	Cistitis (infección en vías urinarias, tuberculosis cística), bronquitis					
21	Aline	20	Soltera	Cursando licenciatura	Departamento	Ciudad	Salado	Cesárea	Estuvo en reposo y bajo tratamiento médico durante todo el embarazo ya que le costó trabajo embarazarse y por lo mismo antes de éste presentó dos legrados, no podía retener el producto porque tenía un problema en la matriz	Tercero	Rosa, azul, negro	Dulce, picante	Invierno	Melancolía, ira, ansiedad, alegría	8 años	Dolor en el estómago, vómito, náuseas	Por síntomas, estudios de sangre, orina y copro	Alópata, ranitidina, inyecciones (no recuerda el nombre), dieta	Alivio al principio, persisten las molestias, solamente usa el tratamiento a la dieta cuando vuelven los malestares	Salsa, chile piqún, espagueti a la bolonesa, sopa de fideos, ensaladas, hamburguesas	Pollo, un poco la carne	Picante	Colitis, gripa					
22	Andrés	24	Soltero	Licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Amargo	Natural	Presión alta	Primero	Azul	Agrio, dulce, picante	Invierno	Miedo, melancolía, ansiedad	6 años	Ardor de estómago y calor muy espontáneo	Por síntomas	Alópata, ranitidina, leche de magnesio, dieta	Alivio al principio pero persisten las molestias	Pastas, sopa de fideos, espagueti, albóndigas y el picadillo	Las cremas y el ajo	Picante	Tos, faringitis, diarrea					
23	Ella	17	Soltera	Cursando preparatoria	Casa	Zona metropolitana	Dulce	Cesárea	Ninguna	Segundo	Morado	Dulce	Verano	Melancolía, ira, ansiedad	3 años	Dolor en la boca del estómago, inflamación, náuseas	Por síntomas biometría hemática, estudios generales y de orina	Alópata, butilfoscona, omeprazol, dieta y modificación de carácter ingando	Alivio al principio pero no siguió la dieta por lo que vuelven los malestares y recurre otra vez al tratamiento	Chocolate, dulces, paletas, el sabor de lo picoso, melón, papaya, mango, pollo enchilado, espagueti, pizza	Zanahoria en caldo, coliflor, chayote, jitomate, cebolla, verduras	Picante	Gripa, enfermedades de la garganta					
24	Dario	22	Soltero	Cursando licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Salado	Cesárea	Ninguna	Tercero	Azul, verde	Salado, dulce	Verano, otoño	Miedo, melancolía, ira, ansiedad, alegría	14 años	Dolor de estómago, agruras, acidez, vómito, bajo de peso	Por síntomas	Alópata, ranitidina, omeprazol, melox, dieta	Alivio al principio pero dejó el medicamento y volvieron los malestares	Quesadillas, huacacornitos, flacos, almorcinos, café, harinas, queso, alimentos grasosos, yogurt, leche, quesos, gorditas (algunos alimentos ya los evita)	Carnes, pozole	Picante	Gripa, tos crónica, complicación de las paperas, inflamación de las parótidas, infecciones renales, depresión, ataques de pánico					
25	Karen	16	Soltera	Cursando preparatoria	Casa duplex	Zona metropolitana	De todo	Natural	Ninguna	Segundo	Rosa, azul, negro	Dulce	Verano	Melancolía, ira, ansiedad	3 años	Dolor de estómago, ardor	Por síntomas	Alópata, ranitidina en jarabe, dieta	Alivio al principio, pero siguen los malestares	Arroz, pechugas, cortes de carne, arrachera	Papaya, melón, verduras, calabaza, ejote, pepinos, cebolla	Salado	Tos, gripa					
26	Iris	24	Soltera	Graduada de licenciatura	Departamento	Zona metropolitana	Agrio, salado	Natural	Problemas de circulación en las piernas se le hinchan y le duelen, descalcificación y posterior al parto perdió los dientes	Segundo	Verde, negro	Picante, salado, agrio	Invierno	Miedo, melancolía, ira, ansiedad, alegría	3 años	Dolor de estómago, ardor	Por síntomas	Alternativo, té, ahujas, dieta	Alivio al principio, pero no siguió la dieta por lo que se presentaban molestias	Pechuga empanizada con ensalada, pescado asado con ensalada y limón, pechuga con limón, pechuga frita, pollo en todas sus presentaciones	No incluía verduras, chorizo, chicharrón en salsa verde, carne roja	Picante	Fiebre, amigdalitis, dolor de huesos, enfermedades de la garganta, gripa, agruras, estreñimiento, dolor de riñones, diarrea					
27	César	22	Soltero	Cursando licenciatura	Departamento	Zona metropolitana	Picante, agrio, dulce	Natural	No hay información	Tercero	Azul, rojo	Picante, agrio, dulce	Invierno	Melancolía, ira, ansiedad	3 años	Dolor de estómago, ardor	Por síntomas, estudios	Alópata, ranitidina, dieta	Reporta que ha mejorado, pero menciona que sigue igual	Caldo de pollo y de res con arroz, aguacate, carne roja, carne de puerco, chuletas, bistecos, limón	Visceras, hígado, riñones, mollejas, cuernos, tripas, patas, pollo	Picante	Gripa					
28	Jorge	18	Soltero	Cursando licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Dulce	Natural	Ninguna	Primero	Azul	Dulce	Invierno	Miedo, melancolía, ansiedad	1 año y medio	Ardor en el estómago	Por síntomas	Alópata, ranitidina, inhibitrón, dieta	Alivio al principio pero si deja de tomar el medicamento regresan los síntomas	De todo, pastas, espagueti, costillas de cordero con ensalada, agua de Jamaica, agua de mango	Longaniza, comida que va cocinada con chile, chile relleno	Salado	Inflamación de un riñón, inflamación del intestino grueso, gripa, tos, no puede respirar bien por una fosa nasal porque tiene desviado el tabique					
29	Griseida	22	Soltera	Licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Dulce	Natural	Ninguna	Segundo	Morado, negro, azul	Dulce, picante	Otoño, invierno	Miedo, melancolía, ansiedad	6 años	Dolor de estómago, inflamación	Por síntomas	Alternativo, ahujas, dieta	Reporta haberse sentido mejor a pesar de no seguir correctamente la dieta	Pescado, arroz	Bacalao con aceitunas, no incluía verduras crudas, cebolla cruda	Equilibrado, antes dominaba el picante	Migraña, enfermedades de las vías respiratorias, infección en la tráquea y en la garganta					
30	Alejandro	20	Soltero	Cursando licenciatura	Casa	Zona metropolitana	Especiado	Natural	Ninguna	Tercero	Morado, amarillo	Dulce, salado, picante	Primavera	Melancolía, ira, ansiedad	10 años	Dolor de estómago, vómito, ardor en la boca del estómago, acidez	Por estudios	Alópata, ranitidina, ropam gel, dieta	Alivio al principio, se volvió a enfermar	Pechuga de pollo en cualquier forma, espagueti, tacos de longaniza	Verdura, carne de puerco, carne de res, verdolagas, acelgas	Picante	Gripa, tos, anginas, dolores de cabeza, fiebre tifoidea, diarrea					