



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"La Construcción de la Infidelidad desde un enfoque Psicosomático".

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)
Alejandro Soriano García

Director: Lic. **Gerardo Abel Chaparro Aguilera**
Dictaminadores: Lic. **Irma Herrera Obregón**
Dr. **Sergio López Ramos**





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.



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"La Construcción de la Infidelidad desde un enfoque Psicosomático".

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)
Alejandro Soriano García

Director: Lic. **Gerardo Abel Chaparro Aguilera**
Dictaminadores: Lic. **Irma Herrera Obregón**
Dr. **Sergio López Ramos**



Agradecimientos

A los Maestros.

Con gratitud infinita al director de Tesis, Lic. Gerardo Abel Chaparro Aguilera, por sus consejos, paciencia y enseñanzas en la realización de este trabajo y en la vida.

Quiero agradecer a la Lic. Irma Herrera Obregón, por su amabilidad y consejos para culminar la tesis, así como el sentido de compasión.

Al Dr. Sergio López Ramos, por ser un ejemplo a seguir, y enseñarnos a trabajar día a día para lograr un equilibrio.

A mi Familia.

A mi madre, mi inmenso agradecimiento por su apoyo incondicional y todo lo que he aprendido de ella, solo puedo sentir una profunda gratitud. Por su amor incondicional y por permitirme elegirla.

A mi padre, mi infinito agradecimiento por otorgarme la vida.

A Elena y Gabriela, por su comprensión, compañía su amor y apoyo en todos los momentos de mi vida.

A los amigos.

Para Eduardo, Edgar, Carlos, Miguel, Juan y Diana, por darme el tesoro de su amistad en cualquier momento.

A las personas que compartieron sus historias de vida para que esta Tesis fuera posible, muchas gracias.

A Dios, que siempre ha estado conmigo con amor y sabiduría...

ÍNDICE.

| | Pág. |
|---|------|
| Resumen | 3 |
| Introducción | 4 |
| I. La infidelidad. | 7 |
| I.I Tipos de infidelidad. | 7 |
| I.II Factores que construyen la infidelidad. | 12 |
| I.III La infidelidad en sociedades antiguas y modernas. | 25 |
| II. La infidelidad desde un enfoque psicosomático. | 33 |
| II.I La Fragmentación del cuerpo. | 33 |
| II.II Teoría de los Cinco Elementos. | 41 |
| II.III El desequilibrio del tercero en discordia. | 51 |
| III. Propuesta psicosomática a partir de la historia de vida. | 53 |
| III.I Metodología. | 53 |
| III.II Método. | 56 |
| III.III Sujetos. | 56 |
| III.IV materiales. | 56 |
| III.V instrumentos. | 56 |
| III.VI Procedimiento. | 57 |
| III. VII Análisis de Categorías. | 57 |
| Conclusiones. | 103 |
| Reflexiones. | 109 |
| Bibliografía | 113 |
| Anexos | 116 |

RESUMEN.

La infidelidad es un fenómeno social recurrente dentro de la sociedad, y muy común en los espacios psicoterapéuticos. Sin embargo a pesar de estar presente en nuestra vida cotidiana, pocas investigaciones se realizan sobre el tema, y se toma a la infidelidad como un agente externo del cuerpo, que surge por cualquier cantidad de causas, pero se deja a un lado el papel fundamental que juega el propio cuerpo de la persona para construir una infidelidad. Es aquí donde surge la necesidad de explicar como se construye una infidelidad desde la perspectiva psicosomática.

Este trabajo se compone de tres capítulos. En el capítulo I, la infidelidad, se presentan las definiciones del problema según varios autores citados en el trabajo, así como los tipos de infidelidad mas comunes, ya que se considera que no existe un solo tipo de infidelidad, sino que se divide en categorías dependiendo de los sucesos que ocurran en cada caso. En el capítulo II, la infidelidad desde la postura psicosomática, lo que se describe es la relación que existe entre las emociones implicadas en la infidelidad y el entorno, así como los órganos del cuerpo, además de que surge la premisa de que la ruptura en los aspectos emocionales, corporales y espirituales que conforman al ser humano, tendrán una relación directa con el surgimiento de la infidelidad en las personas que recurren a dicha práctica. Claro esta que se toman en cuenta muchos mas factores, tomando como base la Teoría de los Cinco elementos, estos factores se analizan en el capítulo III, propuesta psicosomática a partir de la historia de vida, ya que se analizan las entrevistas de personas que aceptaron ser infieles, y es así como podemos relacionar sus hábitos, estilos de crianza, alimentación, emociones, razones de la infidelidad, entre otras categorías. Al analizar estas categorías es como podemos corroborar los procesos emocionales que se construyen a lo largo de la vida de los entrevistados y la formación de vacíos que producen melancolía y ansiedad.

INTRODUCCIÓN.

Las estadísticas que se publican en distintos medios referentes a la infidelidad son muchas e inclusive tienden a salir con cierta periodicidad, se publican datos como quien es mas infiel respecto al género, hombres o mujeres, que tipo de países son los que tienen los índices mas altos de infidelidad, con cuantas parejas se puede ser infiel a lo largo de un año o de la vida entera, y un sin fin de datos estadísticos donde se concibe a la infidelidad como un rasgo inherente de la sociedad, es decir se ve como algo normal y hasta cierto punto permitido, sobre todo en sociedades machistas como la nuestra donde se ve incluso como una suerte de picardía, y un hombre puede tener un desliz con otra mujer, donde seguramente será justificado por argumentos donde su esposa no lo entiende, no sabe como tratarlo o no le da lo que el necesita, por eso debe buscarlo en otro lado, así que no esta mal de vez en cuando. Eso pasa si se es hombre, ya que si una mujer comete infidelidad, la mayoría de las veces será juzgada porque ella no tiene el derecho de hacerlo, ya que su esposo se preocupa por mantenerla y cualquier otra serie de argumentos donde la mujer sea la culpable. Y si hablamos de sociedades en oriente medio donde la mujer es lapidada, el asunto se torna mucho peor.

También se conocen casos documentados o de platicas recurrentes en el ámbito social, donde se justifican las causas de la infidelidad con factores como la incompatibilidad con la pareja, de la cual se percataron después de haber contraído matrimonio, el sentimiento de menosprecio por parte de su pareja, con lo que la persona se siente vulnerable, el miedo a perder la libertad, la mala elección de pareja, la monotonía y la vida sexual deficiente. Todas son causas que la mayoría de las personas menciona, pero en rara ocasión incluyen el aspecto donde ellos mismos juegan un papel importante, su construcción corporal.

Una de las bases primordiales del estudio de la humanidad a lo largo de la historia, es entender hasta que punto podemos regirnos por nuestra cuenta, cuáles son los límites de nuestro actuar. La libertad es un concepto que solemos utilizar a nuestra conveniencia, y ese es uno de los peores errores que podemos cometer. Si bien es cierto que como seres humanos nuestra voluntad puede estar definida por muchos elementos, al final somos dueños de decidir lo que haremos. Y si no, somos por completo dueños de asumir la actitud y el perfil moral o ético que decidamos tener.

Resulta fundamental entonces, conocer la opinión que tienen diversos autores referente a la infidelidad, a manera de poder contrastarlos y con base en sus investigaciones, formar un concepto propio que explique de manera concisa la infidelidad o los tipos de infidelidad según sea el caso.

Una vez se ha realizado una aproximación sobre lo que es la infidelidad, lo que sigue es integrar los conceptos que se dejan a un lado pero que, sin duda intervienen en el proceso de construcción de la infidelidad. Hay que involucrar los procesos que se van gestando en los cuerpos de las personas, analizar su estado emocional, corroborar si hay una ausencia de trabajo espiritual, así como estudiar las similitudes que presentan, sea el caso de la alimentación, los estilos de crianza, las conductas de riesgo, la ubicación geográfica donde se han establecido, la forma de relacionarse en la familia, con sus amigos , parejas o trabajos.

Para tener una idea más clara de cómo poder relacionar estos aspectos es importante apegarnos a alguna técnica o tipo de estudio que permita facilitarnos el trabajo. En este caso tomaremos como base de referencia la Teoría de los Cinco Elementos, la cual tiene sus fundamentos en la medicina tradicional China, y establece una relación entre el macrocosmos y el microcosmos, es decir, el cuerpo humano entendido como un microcosmos, y el ambiente que esta fuera de él, ya que esto tiene una relación directa con los procesos del cuerpo. Con esta

teoría, podemos relacionar cinco elementos básicos en la naturaleza (madera, fuego, tierra, metal y agua) con cinco emociones básicas que experimentamos los humanos, (ira, alegría, ansiedad, melancolía y miedo) estos a su vez pueden relacionarse con los órganos del cuerpo, así como sus vísceras y si seguimos con la relación, podemos incluso agregar los sabores y otras cosas, por lo que esta teoría nos da un amplio campo de análisis para integrar los elementos mencionados en el concepto de la infidelidad.

Sin embargo una vez que se han integrado dichos elementos, aun no es suficiente para saber como es que se va gestando en los cuerpos el proceso para ser infieles, aunque el panorama se amplía bastante.

Para poder tener una mejor aproximación al proceso, es primordial obtener información de primera fuente, para ello se recabaron los testimonios de distintas personas, quienes aceptaron conceder una entrevista donde platicaron su historia de vida, la cual está íntimamente ligada a la infidelidad. Gracias a esto se obtiene información importante sobre cómo es la construcción de la infidelidad en la persona, además se puede hacer un análisis de los factores señalados anteriormente, así como también, se puede realizar una comparativa entre los participantes entrevistados, con el fin de establecer las similitudes que fueron encaminado hacia la infidelidad.

Con todas las historias de vida podemos finalmente enriquecer y abarcar de una manera mas amplia el concepto de la infidelidad, ya que se incluye el conocimiento que la persona tiene sobre su propio cuerpo y las diferentes historias que aportan una mayor cantidad de situaciones en donde se gesta la infidelidad.

1. LA INFIDELIDAD.

1.1 tipos de infidelidad.

El tema de la infidelidad resulta difícil de abordar debido a la variedad de contextos y causas en las cuales se presenta, motivo por el cual hablar de causas absolutas es complicado. Para entender la infidelidad, se han tomado básicamente cuatro perspectivas distintas: En el ámbito del derecho, ya que el adulterio presenta serias repercusiones legales, también en la literatura ya sea en forma de novelas o cuentos, desde una postura religiosa que en el caso de nuestra región, predominantemente es la católica y finalmente desde la psicología basándose en las repercusiones que tiene la persona engañada. La infidelidad es un tema de poca relevancia para el campo de la ciencia, razón por la cual no se ha estudiado en amplitud, y se enfoca mas al ámbito sexual, justificando que es parte instintiva de la especie.

La infidelidad no puede definirse de una manera específica, y para la población en general, esta ocurre cuando una persona que tiene un compromiso o esta casada mantiene relaciones sexuales con alguien que no es su pareja. Aunque al hablar de forma particular el concepto de la infidelidad puede variar desde un beso, caricias o el acto sexual.

Sin embargo, ¿cómo entendemos la infidelidad? Existen múltiples definiciones para la infidelidad, y algunos autores hacen diferenciaciones de acuerdo a los factores que se involucran sean sexuales, emocionales, hacia otra persona o hacia uno mismo. “La infidelidad se entiende en todos los grupos humanos modernos como la relación afectiva y/o sexual de una persona con otra que no es la que socialmente se considera como su pareja. Es decir, con alguien que no está considerado como pareja oficial”. (Cañamares, 2005, p.11)

Para Pittman (2003) la infidelidad, “es una defraudación, la traición a una relación, la violación a un convenio. Hay muchos tipos de infidelidad, pero aquí nos referimos a la sexual en un matrimonio monógamo o en una relación equivalente.”

Las definiciones no solo cambian en el paso del tiempo, sino que la región en donde se apliquen puede ser un factor para diferenciar el significado de infidelidad o adulterio. En el estado de Maryland (E.E.U.U), sus estatutos no tienen una definición exacta del adulterio, pero los analistas del tema generalmente están de acuerdo en que se requiere del coito vaginal. Lo que significa que otras conductas de naturaleza sexual como el sexo oral, no califican como adulterio según la ley de Maryland. Si tomamos esta definición como correcta, se entendería que engañar a la pareja con una persona del mismo sexo tampoco se considera como adulterio de acuerdo a la ley de divorcio que rige ese estado.

Además de estas definiciones, existe otro tipo de infidelidad que no toma tanta relevancia en la sociedad debido a que aparentemente no tiene repercusiones y no fractura la relación de pareja al nivel de una infidelidad sexual y solo produce celos, algunos autores la denominan como infidelidad emocional.

-Infidelidad emocional.

La infidelidad emocional esta ligada a sentir celos, y el termino celos proviene del griego *Zelos*, que hace referencia a la emoción que aparece frente a la sospecha de que un factor externo amenaza una relación que se considera importante, dicha sospecha puede ser real o imaginaria. Este es uno de los motivos por el que una persona puede decir que su pareja esta cometiendo infidelidad, aun cuando no existan relaciones sexuales, pero el tiempo de convivencia es mucho entre uno de los cónyuges y una tercera persona, sintiéndose uno de los miembros de la pareja desplazado por aquel factor externo. Es decir, la infidelidad emocional es cuando no involucra sexo.

“Las parejas infieles están generalmente movilizadas por una diversidad de sentimientos como son: atracción, deseo, haberse enamorado y nunca antes haber experimentado sentimientos sexuales. Se sienten omnipotentes, llenos emocionalmente y creen que han descubierto un mundo nuevo y completo”. (Luyens & Vansteenwegen, 2001)

Las diferencias entre hombres y mujeres ante el tipo de infidelidad, sexual o emocional, son estudiadas principalmente por dos grandes teorías: la sociocultural y la evolucionista. “Mientras que éstos defienden la mayor preocupación masculina ante la infidelidad sexual y un más intenso malestar femenino ante la emocional, bajo la argumentación de la herencia evolucionista; aquéllos plantean la función social de los celos: preservar los derechos de propiedad según los ha definido una cultura en un momento histórico concreto”. (García, Gómez y Canto, 2001, p. 611)

Los evolucionistas coinciden en que la pérdida de recursos ante la infidelidad emocional para ellas, y el riesgo de invertir en el hijo de otro para ellos, son diferencias de género en donde existen varios problemas de adaptación al mediano o largo plazo de un proceso de evolución, donde las mujeres garantizan la supervivencia junto a un hombre que las provee de algunos elementos básicos para la vida, y donde los hombres garantizan la línea familiar. A su vez, los socioculturales agregan un factor extra al trió víctima-infiel-amante, y es el de la sociedad, quien está ahí para dar cuenta de que se cumplan o se violen las reglas de la misma.

Otra teoría que hace referencia a la infidelidad es la que establece Engels al hablar de la evolución de la familia: “Tiene su origen en el surgimiento del matrimonio monógamo, en tanto no era tal en el contexto de los matrimonios grupales de la familia sindásmica y punalúa.” (Hernandez y Pérez, 2007)

Al instaurarse el matrimonio monógamo, es cuando se inaugura la infidelidad conyugal, esto puede entenderse fácilmente ya que al prohibirse algo, esto seguirá ocurriendo aunque de manera ilegal.

La teoría de Engels, muestra que tras la monogamia existe un trasfondo económico evidente, y en ello se puede ver en uno de los aportes más interesantes. “De ninguna manera fue fruto del amor sexual individual con el que no tenía nada de común, siendo el cálculo, ahora como antes, el móvil de los matrimonios. (...) concretamente en el triunfo de la propiedad privada sobre la propiedad común primitiva, originada espontáneamente. Preponderancia del hombre en la familia y procreación de hijos que solo pudieran ser de él y destinados a heredarle: tales fueron, abiertamente proclamados por los griegos, los únicos objetivos de la monogamia” (Hernández y Pérez, 2007)

En la teoría de Engels se insertan elementos como el matrimonio monógamo, para garantizar la herencia de los bienes, sin embargo la infidelidad sexual masculina o adulterio es reconocida como algo normal y permitido, caso contrario a la infidelidad de una mujer, a quien se le pedía absoluta fidelidad dado que el que ella cometiera adulterio ya no garantizaba que el heredero fuera un hijo legítimo del padre y por consiguiente no fuera digno de heredar la propiedad privada del padre.

-Infidelidad consigo mismo.

Además de la fidelidad sexual, la emocional, la masculina o la femenina, existen autores que señalan que para que ocurra alguno de estos tipos de infidelidad primero uno tuvo que haber sido infiel a sí mismo. Para Zumaya, Brown y Barker (2008) la fidelidad no es un estado final o continuo, es un proceso que implica de manera destacada una opción: al serle fiel a mi pareja, pero...en realidad a ¿qué le estoy siendo infiel? Esto es, sí le estoy siendo fiel a mi pareja, pero, ¿qué tan fiel me soy a mí mismo? es decir, ¿no le estoy siendo infiel al sentimiento (atracción, deseo, lujuria) que tengo hacia una nueva persona?

La infidelidad entonces puede referirse de acuerdo con estos autores en la fractura de un compromiso que sea establecido por dos partes o hacia uno mismo al involucrar la moral, valores y prejuicios que uno tenga, por ejemplo, si yo tengo la convicción de que ofrecer soborno a funcionarios es un acto reprobable, pero al momento de llevar mi coche a revisión se que tendrá problemas para ser aprobado, ofrezco dinero para que mi falta sea pasada por alto, entonces estaré siendo infiel a mis convicciones.

Del mismo modo se comete infidelidad al haber violado el pacto de exclusividad que se realiza con otra persona que escogí como pareja, al compartir el cuerpo, (en el terreno sexual) que no debía ser compartido por alguien mas que no fuese mi pareja. Sin embargo en lo que varios autores coinciden es en que el dolor que se experimenta es por la ruptura del pacto, ya que la parte fiel es quien siente que la han traicionado.

I.II Factores que construyen la infidelidad.

Como hemos mencionado antes, uno de los factores para que se desarrolle una infidelidad es la misma sociedad, la cual hace modificaciones de acuerdo a la región donde nos encontremos, es mas permisiva de acuerdo al género y en ciertos casos la reprueba de forma contundente. Sin embargo es un hecho que la infidelidad esta presente en la sociedad y algunos personas toman como estandarte la infidelidad para justificar la injusticia de la vida, incluso un amplio sector de las canciones que se crean en la actualidad están relacionadas con la infidelidad.

La sociedad, al ser mas permisiva en cuanto a la infidelidad masculina a lo largo de la historia, acepta que el varón pueda cometer adulterio de forma ocasional, e incluso en ciertos casos la esposa tiene el conocimiento de que su esposo tiene otra familia pero se siente gratificada al considerarse la esposa “oficial” o como se dice en nuestra sociedad: “ella es la catedral y las otras son las capillitas”. Los hombres y mujeres se comportan de acuerdo a la concepción de lo masculino y lo femenino que predomine en su cultura.

Al respecto, García, Gómez y Canto (2001) hacen referencia a los pilares culturales sobre los que hombres y mujeres construyen su desarrollo emocional siendo el distinto proceso de socialización el responsable de las diferencias intergenéricas encontradas en las investigaciones de los psicólogos evolucionistas.

Es por esta razón que en una sociedad como la nuestra donde aun predomina el machismo se dice que mientras ellos son infieles “para refrendar su hombría”, ellas buscan comprensión y afecto; ambos refieren problemas de comunicación o sexuales con su pareja.

“Las normas y roles de género dominantes en un contexto ideológico van a determinar la percepción que ellas y ellos poseen de sus compañeros, creando diferentes expectativas ante el comportamiento social del sexo opuesto”. (Eagly, 1987. Citado en García Gómez y Canto, 2001).

Un punto a considerar en la construcción de la infidelidad tiene que ser el de la edad pues si bien desde la adolescencia comienzan los primeros noviazgos, es difícil darles el nombre de una relación seria, “son mas bien una especie de ensayo para cuando lleguen a la edad adulta, debido a que el tiempo de relación en parejas jóvenes suele ser breve, y la sociedad no les otorga el título de una pareja formal sino mas bien el de una amistad a pesar de que mantengan relaciones sexuales y existan promesas de fidelidad”. (Cañamares, 2005, p.13)

Retomando este punto, es preciso señalar que las parejas de este rango de edad suelen terminar por una larga lista de causas, y algunas pueden ser por pequeños berrinches, razón por la cual no se consideran dentro de una ruptura por infidelidad. Sin embargo algunas de estas razones aparentemente sin importancia tienen repercusiones en las parejas adultas.

Al hablar de infidelidad y al hablar con personas que han sido infieles a otra persona, es común encontrar una serie de explicaciones diversas que varían de persona a persona, sin embargo dichas justificaciones se pueden dividir en tres grupos: las que generalmente son inconscientes, las de grado de consciencia variable de unas a otras personas, y las generalmente conscientes.

Una de las teorías mas interesantes respecto a los factores que construyen una infidelidad, nos dice que todo comienza a construirse desde la infancia, debido a que aproximadamente a los 3 años, el niño establece un fuerte lazo con la madre, y quiere que toda la atención sea exclusiva para el, es aquí cuando el padre manda señales sutiles donde se establece que el es la pareja y como tal tiene derechos que solo el puede ejercer, y el hijo puede disfrutar de todo el cariño de la

madre pero no puede extralimitarse al rol de pareja. lo mismo ocurre en el caso de la niña.

Al paso de la adolescencia y con el desarrollo de los deseos sexuales, las relaciones padre-hija o madre-hijo quedan impregnadas de deseos sexuales inconscientes, y lo que en un principio era una mezcla de dos sentimientos “afecto-sexo”, se convierte en una triada “afecto-sexo-deseos incestuosos”. (Cañamares, 2005, p.20)

Lo anterior se refiere a que los deseos sexuales y afectivos que en general sentimos todos, no quedan separados totalmente de los deseos de afecto cercano que tenemos hacia el padre o la madre, entonces una persona que ha crecido con ese tipo de educación puede tener un deseo sexual hacia un hombre o una mujer y no experimentar mayor problema, debido a que solo se activa uno de los tres componentes antes mencionados, ya que no se busca afecto y tampoco se renuncia al deseo incestuoso, entonces tampoco, aparecerá el miedo, la ansiedad o la vergüenza que los deseos incestuosos ocasionarían.

Puede ocurrir el caso contrario y estas personas también pueden sentir cercanía emocional e incluso enamorarse sin dificultad, Y no hay necesidad de que ocurran relaciones sexuales, pero tampoco ocurrirá la dupla sexo afecto.

Es por estos motivos que Cañamares (2005) explica muchos comportamientos que hasta ahora sólo se habían analizado desde el punto de vista moral. El autor señala que hombres y mujeres, pero más frecuentemente hombres tienen la experiencia a lo largo de su vida de que se sienten atraídos físicamente por una persona con la que no llegan establecer un lazo afectivo importante, o que alcanzan un grado de unión sentimental muy alto, pero con las que experimentan variadas disfunciones sexuales; o bien eligen de tal forma sus potenciales parejas, que son ellas las que no sienten deseos sexuales o sólo de manera muy ocasional. Es decir, personas que sienten atracción física hacia alguien, o bien

afecto sincero, pero no ambas cosas al unísono. Cada nuevo fracaso llevará a un nuevo intento de relación, que naturalmente también fracasará, dado que se mantendrán los mismos miedos.

Los hombres que se acostumbran a tener este estilo de vida son catalogados como mujeriegos, Y de igual forma las mujeres, sólo que son etiquetadas de forma más despectiva.

Sin embargo ese es sólo uno de los tipos de relaciones que pueden establecer las personas que fueron criadas de esa manera, ya que también existen las mujeres y hombres que evitan crear lazos estrechos con otra persona, especialmente de afecto, y básicamente terminan teniendo relaciones sexuales antes que involucrarse sentimentalmente, y buscan de forma consiente relaciones donde saben que no puede haber sentimientos profundos, por ejemplo personas casadas, personas que conocieron mientras viajaban, personas que no se sienten del todo satisfechos con su pareja pero tampoco piensan terminar la relación.

En estos casos, la infidelidad es el medio por el cual las personas pueden recibir el afecto o el sexo que necesitan para sentirse momentáneamente completos, pero así no tienen que juntar ambos elementos en una sola persona.

Otro de los factores por los que se puede concebir la infidelidad, tiene que ver con la soledad que experimenta uno de los miembros de la pareja y que dicen no encontrar con su cónyuge. Estas personas mencionan que el solo hecho de tener un oído que los escuche, unos labios que los besen con cariño, o alguien a quien poder abrazar y sentirse correspondido, es una razón suficiente para cometer la infidelidad. En la mayoría de estos casos, la persona infiel tiene un estado anímico depresivo, y suele presentarse mayormente en las mujeres.

Al respecto, Cañamares (2005) menciona "Las mujeres, ya sea por factores biológicos, ya sea por la educación recibida, padecen con mas frecuencia de

depresión; son ellas, pues, las más proclives a verse empujadas a una aventura amorosa ante la urgencia de mantener un equilibrio anímico que está a punto de perderse, pero tampoco es infrecuente encontrarlo en los hombres.”

Sin embargo, esto no significa que la mujer solo cometa infidelidad porque está en un estado depresivo, pues al igual que los hombres, las causas para que una mujer sea infiel, son variadas y en muchos casos las razones son las mismas, insatisfacción sexual, venganza, buscar en un tercero características que la pareja no cumple, etc. En este punto, Runte, (2003) menciona “Tampoco pude aceptar nunca la teoría de que los hombres debían ceder necesariamente a sus impulsos y que esto era lo más natural y masculino, mientras que las mujeres o bien no lo hacían o no poseían esos instintos. Supuestamente, desde siempre, a ellas les ha ido más el amor romántico y tener hijos. Pero las malas lenguas también arguyen más bien el motivo de que quieren estar lo mejor mantenidas posible”.

-El tercero en discordia.

Si bien, al hablar de infidelidad estamos dando por hecho que hay un amante de por medio, lo cierto es que no todos los amantes tienen los mismos patrones, Y existe un gran número de posibilidades en las que una persona infiel puede cometer una infidelidad. Puede involucrarse con personas quienes nunca han tenido relaciones extramaritales, y son inexpertas, pero de una forma u otra se involucraron en la relación. Caso contrario el de los amantes que son experimentados y durante muchos años de su vida se han dedicado a relacionarse con parejas, las cuales terminan debido a su intromisión. Dentro de estos dos tipos de amantes, también podemos identificar a los que están en un término medio. Pero no sólo es el tipo de amante, sino también la duración de la relación, ya que existen ocasiones de infidelidad que son pasajeras, y otras que pueden durar muchos años y se llevan a la par de la relación formal.

Las situaciones más comunes para que se construya una infidelidad suelen ser los

casos de amigos en común, debido a que las amistades conocen bien a la pareja, y en estas situaciones la esposa o esposo al sentirse desesperada recurre a las amistades para pedir consejo. Y es debido a esto que la relación entre amigos comienza hacer más estrecha cada vez se inicia una complicidad que se hace íntima entre ellos y que en esos casos de infidelidad suele terminar en relaciones sexuales. Aquí el tercero en discordia tiene una cortina perfecta para ocultar la infidelidad, ya que pueden verse frente a la persona engañada y socializar sin que esta se dé cuenta de lo que sucede.

Otro de los lugares más comunes donde se conoce al tercero en discordia suelen ser los trabajos o las escuelas, en donde frecuentemente la constante socialización permite que se desarrolle una relación más íntima. Basta con que trabajen en un mismo proyecto y que comiencen a desarrollar lazos afectivos y posteriormente la atracción para que se den vínculo emocional importante que de pie a un encuentro sexual en un futuro.

Es importante mencionar la forma de comportarse del tercero en discordia antes de que la infidelidad se ponga descubierto y después de que se ha dado a conocer. En un principio generalmente el tercero en discordia toma actitudes de comprensión y de ternura hacia las dificultades que presenta el cónyuge infiel. De esa manera refuerza la idea que el cónyuge infiel tiene respecto a que hace bien alistar con su amante ya que lo comprende. Sin embargo una vez que es descubierta la infidelidad, el tercero en discordia comienza a tornarse más exigente sobre su relación y a criticar a la persona engañada.

Tanta bondad tiene un efecto decisivo en el esposo infiel. “Admira mas a la amante, le agradece su bondad y le da gracias a la vida por haberle proporcionado una mujer tan comprensiva. La actitud de ella tranquiliza: no quiere hacerles daño ni a su esposa ni a sus hijos, y racionaliza la paz y la felicidad que le comunica su relación extramatrimonial lo hacen un mejor padre y el mejor esposo”.(Escobar, 2010, p.74)

-El sexo y la infidelidad.

Existen también casos donde la infidelidad se da por un deseo desbordado hacia las relaciones sexuales, y psicológicamente se cataloga como adicción al sexo. En estos casos uno de los miembros de la pareja dice no sentirse satisfecho sexualmente al estar con su pareja, o el hecho de estar con una sola persona no le da el placer con el que podría sentirse satisfecho durante un tiempo, es por eso que, aun cuando estas personas dicen tener sentimientos de amor hacia su pareja, buscan tener relaciones sexuales con la mayor cantidad de personas para sentir que tienen cubierta esa necesidad que no les puede proporcionar su pareja.

A los adictos al sexo, como a los adictos a las compras, al juego, etc., les cuesta darse cuenta de sus necesidades psicológicas. “Es difícil oír decirles de corazón, cosas tales como «necesito que me valoren mas», «me siento solo», «siento que no valgo mucho como persona» o «necesito hacer cosas para sentirme útil». Al conocer sus necesidades psicológicas, difícilmente pueden adoptar las conductas necesarias para satisfacerlas. Por esto el ánimo depresivo y/o la ansiedad se instalan en ellos de manera permanente y amenazante”. (Cañamares, 2005, p.29)

Si bien la infidelidad es algo que generalmente se realiza en secreto y se oculta en la sociedad, algunas personas y en su mayoría hombres, presumen de cometerla frente a sus amigos, y en algunos casos incluso la inventan para reafirmar su hombría ante los demás, aunque por otro lado ante su esposa la ocultan, razón por la cual resulta difícil obtener datos exactos sobre los casos de infidelidad.

Según encuestas realizadas por el portal de internet Cienciapopular.com, en promedio, las estadísticas de infidelidad aseguran que el 60% de los hombres son infieles, y que el 40% de mujeres les sigue los pasos. Para Sexole, el primer

estudio sobre conductas y preferencias sexuales de usuarios de internet en España, las mujeres son más infieles que los hombres (50% frente al 44%) y también más apasionadas: un 65% exterioriza más las emociones en el momento del clímax, frente a un 27%. El estudio de Journal of Couple and Relationship Therapy asegura que entre un 45 y un 55% de las mujeres casadas son infieles.

Como se menciona con anterioridad, tener datos estadísticos exactos resulta difícil, pero la percepción de la infidelidad entre los hombres y las mujeres es diferente, para el 50% de las mujeres el cibersexo no es infidelidad (el 80% de los hombres piensa igual). Un 81% de las mujeres confiesa que coquetea con sus compañeros de trabajo, y dos de cada tres aseguran que tienen pensamientos sexuales con ello. Según una encuesta de SigmaDos.com, un 20% de las mujeres españolas declara que no engaña a su pareja "pero estaría dispuesta a hacerlo si tuviera la oportunidad". Según una encuesta realizada por el Instituto DYM el 20% de las españolas de entre 18 y 35 años han sido infieles alguna vez.

Según algunas encuestas de dicho portal, las estadísticas apuntan que los hombres, en un 56%, aceptan que tendrían una aventura si se presenta la oportunidad. En la mayoría de los casos se hablaría de varones que, en general, tienen un matrimonio en buenos términos. Por otra parte, el 35% de las mujeres aceptan tener una infidelidad, muchas veces, para menospreciar al hombre, por sentirse poco apreciadas, por falta de atención, desvalorizadas, o porque están inmersas en una relación asfixiante. Por el contrario, el hombre engaña como una forma de castigo, por la inseguridad que siente por sí mismo o para denigrar a la mujer desde el punto de vista sexual.

Cabrera, Kruse & Gómez (2007) afirman que aunque en México no existen cifras al respecto, sondeos muy restringidos, aislados y con muestras pequeñas sugieren que por lo menos 60 por ciento de las parejas consideradas estables - esposos, novios o concubinos- también tienen sus deslices amorosos con un tercero. En este caso, 22 por ciento de los encuestados mencionó que ha tenido

por lo menos una relación extramarital y la CMVF del 2005, reflejó que 60 por ciento dice conocer a un hombre que engaña a su pareja y 43 por ciento a una mujer que hace lo mismo.

Los datos proporcionados en todas estas encuestas proporcionan de una forma mas clara las diferencias que existen entre hombres y mujeres, y la forma en como conciben la infidelidad, además de que muestran que los porcentajes están equilibrados entre hombres y mujeres que cometen infidelidad, contrario a lo que se pensaba en décadas anteriores donde se creía que la mujer era prácticamente incapaz de cometer una infidelidad. Otra cuestión interesante que describen en las encuestas, son las razones por las cuales comenten infidelidad de acuerdo al género, ya que los hombres expresan que cometerían la infidelidad si se les presenta la oportunidad, coincidiendo con el hecho de cometer infidelidad sexual, en contraparte las mujeres que admiten coquetear con los compañeros de trabajo, o tener fantasías con ellos, incurren en la denominada infidelidad emocional. Existe también un punto importante a destacar, y es que la mayoría de ellos encuestados se encontraban en un rango de edad entre 18 a 35 años, por lo que las diferencias de percepción de la infidelidad con las generaciones de los padres o los abuelos pueden ser notorias, y la forma en como se asimila la infidelidad también es susceptible de cambiar entre una generación y otra.

En el mismo portal cienciapopular.com, aparece otro estudio de UC-Adimark, donde se observa que las nuevas generaciones, tanto hombres como mujeres, condenan más la infidelidad que los adultos maduros. Así, mientras que el 29% de los hombres entre 45 y 54 años está de acuerdo con la idea de tener una relación paralela al matrimonio, los encuestados entre 18 y 24 años sólo lo están en un 15%. Y en el caso de las mujeres, el 11% de las consultadas entre 45 y 54 años declara estar de acuerdo, cifra que baja hasta un 5% en el resto de los tramos etarios. Según una encuesta de la Universidad de Buenos Aires, a un 82% de las mujeres encuestadas lo que más les dolería de una infidelidad es que su pareja se enamorara de la otra persona, cosa que sólo mortifica al 52% de los varones. A un

44% de éstos, en cambio, los ultraja la sola idea de un encuentro sexual, así sea ocasional, de su pareja con otro hombre. Apenas un 18% de las mujeres se desvela por el mismo motivo.

Estos datos pueden ayudar a tener una idea mas clara de cómo se concibe la infidelidad en la sociedad, y también sabemos que al hablar de infidelidad en nuestro entorno social, siempre se llegará a hablar de comparaciones entre amantes y parejas estables. Entre las diferencias mas notorias podemos mencionar por ejemplo, la lista de pendientes y tareas que se deben cumplir dentro de una familia consolidada, como lavar la ropa, reparar alguna descompostura en la casa, asistir a las reuniones en la escuela de los hijos, comprar toda clase de productos para la manutención del hogar, las deudas económicas, etc.

“Ciertamente la vida de un par de esposos con siete u ocho años de casados es compleja y demandante. La relación de pareja compite con las dificultades propias de una familia con dos o tres hijos que estudian, choca contra un cúmulo de obligaciones económicas, que nada dejan para ahorrar y, para completar la pugna con la necesidad de atender lo relacionado con el trabajo y con el desarrollo laboral y profesional de los esposos. Y en medio de todo este ofuscador panorama tratan de encontrar ocasión para discutir asuntos de su relación y tiempo para disfrutar de unas relaciones intimas que, por diversos motivos empiezan a escasear.” (Escobar, 2010, p. 16)

Al tener este concepto sobre la relación con la pareja estable, es claro que queda en desventaja frente a la relación con un amante, con quien toda esa serie de responsabilidades no existe. Con el amante solo se deben pasar momentos gratos, olvidarse de las presiones familiares y laborales. Al hacer esta

comparación, no resulta extraño que se tenga la creencia de que la infidelidad es la principal causa para disolver familias y lo peor que puede sucederle a un matrimonio. Es la forma de justificar un divorcio en donde la sociedad lo acepta casi sin ninguna queja; e incluso en algunas sociedades se acepta que se cometan asesinatos debido a que se cometió adulterio. También es una de las causas mas frecuentes por las que se acude a terapia psicológica y en los casos donde no se acude al psicólogo, es el tema en reuniones en el cual se pueden pasar toda una tarde conversando sin que se pierda interés.

-Costumbre vs novedad.

Cuando la infidelidad se ha cometido, independientemente de si es hombre o mujer el que la cometió, siempre existirá para el infiel una justificación para cometer dicho acto. Una de las explicaciones mas comunes es en la que la esposa o esposo infiel dicen estar en una relación insostenible, en la cual consideran que no puede haber un punto de retorno y en donde la ruptura es inevitable. Sin embargo estas personas no encuentran la manera de poner fin a la relación hablando de uno a uno con su pareja, y se sienten mas cómodas involucrando a una tercera persona en la relación para que la persona engañada sea quien termine la relación. De esta manera, el cometer una infidelidad resulta un trampolín para la persona infiel, quien dice sentir que no recae toda la culpa en ella.

Además de estos factores, tenemos que tener en cuenta que el ser humano por naturaleza tiene sentimientos de solidaridad con el prójimo, necesidad de ayudar a los semejantes, y apoyar a las personas que quiere, sin embargo también tiende a ser egoísta, violento y puede hacer daño si se lo propone. Si a esto agregamos otro tipo de variables como la educación, la familia, o las circunstancias personales que han tenido los individuos y que forman su carácter a lo largo de su vida, encontramos personas que desarrollan una ira desequilibrada, Y la única

forma en que pueden interactuar ante una agresión es reaccionando con venganza. Así pues vemos casos en los que uno de los miembros de la pareja es infiel como una forma de agresión hacia su esposo. En este tipo de parejas, se desarrolla una relación en la que conviven por medio de la violencia y la agresión el uno al otro. Estas parejas frecuentemente ridiculizan al cónyuge burlándose de su físico, o de su falta de inteligencia, así como de insultos, o aislando los de su familia y amigos. En este tipo de casos, las investigaciones coinciden en que las parejas permanecen juntas por largo tiempo debido a que hay una baja autoestima en los dos miembros de la pareja, y uno de ellos pretende sentirse mejor humillando al otro, mientras que el humillado siente que todo lo que le dicen es porque se lo merece, y que muy probablemente estaría peor si terminada la relación se fuera a otro sitio.

En ese sentido, Cañamares (2005) afirma:

“En estas parejas todo o casi todo vale con tal de hacer daño al compañero o compañera sentimental. Ridiculizar su físico, poner en entredicho su capacidad intelectual, compararle con otras personas con tal de que salga desfavorecido de esa comparación, apartarle su familia de origen, Ignorar lo que dice o hace, insultos, agresiones físicas... y claro, porque no, ser infiel. Creo que esta infidelidad únicamente hace daño si es conocida o por lo menos sospechada por la pareja, de otra manera no tendría el efecto que se desea. En algunos casos extremos como el cónyuge infiel somete a su pareja a la tortura psicológica de relatarle sus aventuras amorosas, De darle detalles de con quién, cómo, cuándo, dónde...”(p. 44)

Al contrastar la relación de pareja estable con la de amante, desde el comienzo del día existen diferencias notables, por ejemplo, al levantarse y ver a su pareja, encontramos que ambos están recién levantados y no tienen el arreglo personal con el que los mira su amante. En palabras de Escobar (2010) “Ambos están despeinados, él sin afeitarse y ella sin maquillaje. En medio del amargo proceso de

terminar de despertar, la primera impresión fuerte es esa sensación del mal aliento del otro. Bostezando y rascándose diversas partes de su anatomía, empieza la rutina diaria”

Al hacer este tipo de contraste, se aprecia el porque una persona infiel se siente en mayor comodidad con su amante que no tiene otra responsabilidad mas que la de pasarla bien, además en la relación infiel se tiene el factor sorpresa que con la pareja muchas veces se va perdiendo ya que con nuestra pareja estable , comenzamos a establecer patrones repetitivos de conducta y costumbres que se transforman en rutina, lo cual en la mayoría de las veces llega a molestar a uno de los miembros de la pareja y es cuando se quiere experimentar aquello que se ha ido perdiendo. Pero al tener una relación con un amante, no solo se satisface el deseo de tener esas experiencias que se habían olvidado con los años, sino que se continua la relación y en algunos casos, la esposa o esposo infiel, tienen una relación tras otra a lo largo de los años. Esa necesidad de tener mas en todos los aspectos, incluido el de la pareja, es algo que ha acompañado al ser humano a lo largo de su desarrollo, y en la actualidad resulta imprescindible para la mayoría de las personas tener el carro mas lujoso que puedan, aun cuando tengan que comenzar por uno mas modesto, de igual forma ocurre con la casa donde viven, la vestimenta, etc. Se ha formado una construcción social del deseo en las sociedades modernas, principalmente occidentales, sin embargo dentro de la historia han surgido una serie de cambios respecto a como se conciben los deseos en las personas, así como de la forma en que ha sido aceptada o rechazada la infidelidad y sus consecuencias.

I.III La infidelidad en sociedades antiguas y modernas.

Como hemos mencionado, la infidelidad ha sido inherente al ser humano, al menos desde que se establecieron los matrimonios monógamos en la sociedad, pero es preciso mencionar que a lo largo de la historia y en las diversas culturas, esto no ha sido visto de la misma forma. A diferencia de las relaciones incestuosas, donde en su mayoría es reprobada sin importar la época o la cultura a la que uno pertenezca, con la infidelidad y más específicamente con la infidelidad del tipo sexual, existen lugares donde no es mal vista ni castigada a los ojos de la sociedad, y en contraparte, existen sitios en donde los castigos llegan a la crueldad física o a la muerte. El castigo atribuido a los delitos de adulterio varían entre las sociedades tribales pasadas y presentes, desde simples multas hasta la muerte mutilante. La más antigua ley escrita en una tablilla, señala las leyes del adulterio, al igual que las leyes de las sociedades tribales que aún existen hoy en día. En casi todas las sociedades, las mujeres culpables típicamente recibían una reprimenda más severa que los hombres.

La sexualidad y la infidelidad que tenemos hoy en día ha recorrido muchas culturas, muchos puntos de vista, y muchos lugares que la han hecho lo que hoy conocemos de ella. Al respecto, Yehya (2004) menciona “ A lo largo de la historia ha habido una serie de obras cuya finalidad explícita era la de promover una sexualidad mejor y más satisfactoria, o por lo menos modificar las prácticas sexuales y los rituales sociales que le rodeaban. Quizá el primer texto de este tipo es un manual sexual escrito por taoístas entre 206 a.C. y 24 d.C., durante la dinastía Han (206 a.C. y 220 d.C.) en China, que se conoce como el arte de la alcoba. Este texto proponía técnicas sexuales para tener una vida larga y saludable, las cuales consistían en buena medida en ejercicios respiratorios para prolongar el placer, retardar la eyaculación y de esa manera hacer que la mujer tuviera varios orgasmos. La finalidad era ganar altas dosis de yin femenino”.

Al situarnos en la época de la prehistoria, se cree que no habían limitantes para el

sexo ni reglas que siguieran hombres y mujeres. A pesar de esto, la promiscuidad no era común. Existen objetos que nos dan señales de cómo era la vida sexual en la prehistoria, como lo son: Pinturas rupestres de danzas fálicas, vulvas y penes grabados en piedras, arte erótico, y estatuas de genitales. Mientras se hacían mas excavaciones con el paso del tiempo, eran encontradas diversas figuras que hacen alusión a la sexualidad de los pueblos antiguos.

“El entusiasmo por los fascinantes descubrimientos tenia su contraparte en el temor de las autoridades por la naturaleza de las piezas que comenzaron a ser rescatadas y que incluían frescos que mostraban escenas de descarada lascivia, monumentales falos de piedra y estatuas de mármol que representaban escenas sexuales. Esto presentaba serios problemas para los arqueólogos, ya que daba un golpe fatal al mito de la austera grandeza moral del imperio romano”. La sexualidad era vista más que todo como una forma de asegurar la especie por más años, no era más que una fuerza fecundadora antes de ser una vivencia placentera.(Yehya, 2004. p. 45)

Continuando con la forma en como se veía la infidelidad en civilizaciones antiguas, en la civilización sumeria, el código de Ur-Nammu, escrito alrededor del año 2100 a.C. en la lengua sumeria, es el más antiguo código de derecho del que se tenga conocimiento, aun mas antiguo que el código de Hammurabi. Señala que la pena de muerte se iba a aplicar para las mujeres casadas que tentaran a los demás hombres en el adulterio, así como para los hombres que violaran a las mujeres vírgenes. Esto exalta la gravedad que era el tema del adulterio para la cultura sumeria, ya que la mayoría de otras ofensas eran castigadas con multas en plata.

Una de las civilizaciones con mayor impacto en la historia es la del antiguo Egipto, donde la sexualidad era vista de manera igualitaria y permisiva. Disfrutaban de libertad sexual, se educaba a la mujer para que fuese fiel y entregada a la casa y los hijos. La mujer tenía posición privilegiada, pero no en la familia, inclusive existían las prostitutas sagradas. El incesto era aceptado, y una de sus formas mas comunes en esta sociedad era el matrimonio entre hermanos.

Para los babilonios, la monogamia era estricta. Aquí, la mujer no era vista más que como un objeto de placer y un vientre para procrear hijos. Sin embargo, el hombre tenía libertad y legalidad de tener otras mujeres. La conducta sexual del adulterio no era permitida para las mujeres y era castigada severamente.

En el caso de la cultura griega, la sexualidad tenía mucha relevancia. La educación sexual era abierta y exaltaban el erotismo. Aceptaban conductas sexuales como la infidelidad, las orgías o la homosexualidad. Esto se aprecia claramente en las historias de la mitología griega, además rendían culto a la virginidad. La homosexualidad del hombre o de la mujer era algo común y conocido, esto no afectaba la vida o el estatus social de la persona. Tenían el concepto de la belleza como algo sublime y era digna de adorarse.

La religión judía fue una de las primeras represoras del acto sexual. Quienes sufrían más eran las mujeres, quienes no eran más que objetos sexuales. Al respecto, Yehya (2004) comenta que: “para ellos la mujer servía solo para dos funciones: Procrear y servir al marido y a los hijos. Luego, el cristianismo cambió un poco la tonalidad de esta visión, pero cuando pasó a ser la principal religión del Imperio Romano, se convirtió en un ente político y castigador. Entonces, designó a la sexualidad como un acto carnal, sucio e impuro”.

A partir de que la sexualidad fue reprimida, en la edad media fue cuando aparecieron los primeros cinturones de castidad. La iglesia que era cada vez más poderosa dicta y cataloga al deseo sexual y la infidelidad de carácter diabólico y pecador. Durante estos años también empiezan a salir a la luz muchos problemas sexuales de salud. Para finales del siglo XV aparecen en Europa las primeras personas afectadas por infecciones de transmisión sexual. Se tenía la creencia de que estas enfermedades eran el castigo divino por la lujuria y el adulterio.

Las tribus indias Wyandot existían en la zona que más tarde sería Kansas y Oklahoma hasta que la expansión hacia el oeste por los blancos disminuyó su

número. Los Wyandots eran únicos entre los nativos americanos ya que desarrollaron y sostuvieron su propia constitución. Las leyes fueron explicadas a menudo en una forma de escritura jeroglífica. La primera ofensa de una mujer en la tribu Wyandot que cometía adulterio era tener el pelo corto. Esto la marcaba como una delincuente. Una segunda ofensa haría que te cortaran la oreja izquierda.(Yuetter, 2012)

Las sociedades musulmanas tribales presentes en el Oriente Medio tienen diferentes castigos para las mujeres que cometen adulterio. En casi todas las sociedades islámicas el delito se considera particularmente grave, y las consecuencias son mucho más graves que en las culturas occidentales. Un castigo es la muerte por lapidación. El ofensor recibe un baño ritual llamado ghusl y se envuelve en un sudario. El adúltero es entonces enterrado hasta la cintura y apedreado hasta la muerte. Se trata de un debate permanente entre las comunidades islámicas si el Corán defiende castigos tan severos.

La ley islámica castiga severamente la infidelidad: se necesitan cuatro testigos masculinos para establecer una condena. Las mujeres islámicas que han sido infieles debido a un embarazo son castigadas, a menudo por lapidación y flagelación, pero los hombres son dejados libres a menudo por falta de pruebas. Irán, Pakistán, Arabia Saudí y Yemen castigan el adulterio con la muerte.

No todas las tribus islámicas practicaban la lapidación. Muhammad Asad tradujo el versículo 24:2 del Corán de la siguiente manera: ". En cuanto a la adúltera y el adúltero; cada uno recibirá cien azotes" Muchas sociedades aprovechan esta traducción literal y castigan, con 100 latigazos. La definición de adulterio también es objeto de debate entre las sociedades, ya que muchas de ellas incluyen un hombre durmiendo con una mujer sin estar casados.(Yuetter, 2012)

A lo largo de la historia, para los hombres ha existido un mayor grado de libertad para ejercer la infidelidad, aun cuando en lo general sea negada por hombres y

mujeres en situaciones sociales.

En las montañas alrededor del lago Lugu, al suroeste de China, viven desde hace unos dos mil años una etnia de 40.000 personas, los mosuo, que no practican el matrimonio. Las familias están dominadas por las mujeres y sus hijos, que viven sin ninguna preocupación sobre quiénes son sus padres biológicos. Las madres adoptan a otros niños y ocupan el espacio de los hombres. "La mujer puede tener los amantes que quiera, muchos o pocos, sin que sea estigmatizada, ya que todos los hijos pertenecen a la comunidad, y los que adoptan adquieren el nombre de la línea maternal", (Ariza, 2011)

Según lo mencionado por Ariza, las mujeres mosuo, que visten tradicionalmente quimonos de seda con sombreros de los que cuelgan collares, dejan perplejos a los occidentales, El sexo y la familia están separados por una barrera estricta. A los 13 años, las chicas reciben en una ceremonia de iniciación lo que en el dialecto mosuo se llama "cámara de flor", un dormitorio donde ellas pueden invitar, recibir o rechazar a los amantes. Los chicos tienen su ceremonial, aunque no reciben ninguna cama, sino la bendición para que puedan establecer sus propias relaciones, o elegir a cualquier mujer, tener varias amantes y visitar su cámara de las flores siempre que ellas lo permitan.

El sexo nocturno es un asunto privado. Durante el día, los hombres trabajarán, comerán y colaborarán con las familias que hayan ayudado a crear si así lo desean. La flexibilidad es absoluta. "También hay parejas exclusivamente monógamas, y los hombres pueden formar sus propias familias aparte. Es un ecosistema sexual igualitario"(Stacey, citado en Ariza, 2011)

Las sociedades occidentales hablaban de una sociedad promiscua donde los hombres eran poco menos que sirvientes sexuales y donde se animaba a las mujeres a tener amantes. En vez de ello, se encontraron familias donde sus miembros eran básicamente felices y convivían en armonía en una sociedad sin padres, papel comúnmente ocupado por tíos y hermanos. Los mosuo se enfadan

cuando se les tacha de promiscuos por la industria turística y el Gobierno chino, que ha perseguido su modo de vida. Su maltrecha fama ha atraído el turismo a esta región cerca del Tíbet, entre las provincias de Yunnan y Sichuan, y lo que es mucho peor, al turismo sexual: las prostitutas, venidas desde otras regiones de China, se visten con los trajes locales para recibir a los clientes. Los mosuo no conciben el matrimonio. Y eso no tiene por qué ser malo o terrible. La fidelidad o la infidelidad no existen. Tampoco el divorcio, la soltería, ni el hecho de quedarse viudo. En el resto del mundo, la infidelidad se interpreta como traición.

Lo que ha cambiado en los últimos treinta años es que hay muchas más mujeres que participan en aventuras sexuales extramatrimoniales. La evidencia sugiere que ellas son más propensas a hacerlo cuando están descontentas con su matrimonio, Ariza (2011) indica que los hombres buscan aventuras sexuales incluso cuando están satisfechos con el sexo de su matrimonio. Lo hacen simplemente por que les excita. "Por término medio, ellos son más capaces de tener sexo anónimo que las mujeres. A veces ni siquiera ven a su compañera. Puede ocurrir en un servicio".

Infidelidad y adulterio viene a ser casi lo mismo. Las mayores religiones del mundo, el catolicismo, el islam, el protestantismo, etc., tienen reglas específicas sobre la fidelidad matrimonial, y señalan implacablemente a la mujer como la principal culpable.

Es a partir de esta construcción religiosa y social en donde se concibe a la familia modelo como la base para la formación de "buenas" personas y donde el esposo es el proveedor y protector de la familia, y la esposa esta destinada a ser sumisa y dedicada al hogar para criar a los hijos y servir al esposo. Pero por otro lado, es la misma sociedad la quien fomenta y acepta que los hombres puedan tener una relación extramarital, y se ve como un acto de hombría y digno de presumir ante los demás, por lo que se dice que hay una doble moral creada socialmente y que dificulta estudiar el proceso que construyen los individuos que recurren en esta practica, ya que no se sienten con la libertad de hablar del tema sin sentirse

juzgados, y tratan de ocultarlo aun cuando exista todo un sistema de mercadotecnia que les permita tener ese deseo de forma inmediata.

“La imagen construida socialmente refuerza esta idea. Para el hombre está el burdel, el harem, el sexo telefónico, la poligamia, además de grandes tiradas de revistas pornográficas y videos” (Runte, 2003, p. 12)

En la actualidad contamos con una gran cantidad de medios tecnológicos, los cuales pueden facilitar que se incurra en este tipo de practicas con una mayor comodidad, aunque también gracias a dichos medios, las infidelidades son descubiertas con mas facilidad. El tener acceso a mensajes de texto, información de localización y videollamadas, permite que se pueda tener comunicación con el amante incluso a distancia, y se crean nuevas formas de entablar relaciones como el cibersexo, practica a la que se recurre cada vez con mayor frecuencia y que incluso la mercadotecnia ha sacado partido, fabricando maquinas y accesorios que den la ilusión de estar en mayor contacto y cercanía con la pareja, de tal forma que uno puede cometer infidelidad desde la comodidad del sillón y en su propia casa.

El cibersexo corresponde a las relaciones eróticas que tienen lugar en el ciberespacio, es decir en el territorio imaginario, pero real en el que las computadoras se comunican e intercambian datos. Actualmente el cibersexo se limita a discusiones sexuales o intercambio de imágenes eróticas entre usuarios de internet. Pero el cibersexo del futuro próximo se anuncia como la satisfacción genital sin compromisos, exigencias, dolores de cabeza, enfermedades venéreas o victimas. “Esta consistiría en imágenes pornográficas tridimensionales con las que uno se puede relacionar con la realidad virtual mediante dispositivos que se han llamado teledildonics un termino acuñado por Howard Rheingold y que se refiere a programas de computadora y curiosos accesorios como visores, guantes, trajes con sistemas que tienen como finalidad permitir que el usuario pueda experimentar sensaciones físicas, en particular estimulación sexual directa

mediante presión, vibración, humedad y olores, durante actos sexuales simulados en un entorno de realidad virtual”.(Yehya, 2004, p. 130)

En esta nueva vertiente tecnológica para cometer adulterio, únicamente se exaltan las comodidades y beneficios que se obtienen de este recurso, sin embargo poco se habla de las repercusiones a nivel corporal y a la disminución en la agudeza de los sentidos que día con día comienzan a perder valor dentro de la sociedad que parece preferir la anestesia de los sentidos y la total dependencia de la tecnología para las tareas que se consideran básicas para el ser humano. Este cambio en la agudeza de los sentidos propició que durante la década de los sesentas se retomara la unión con el cuerpo y el cuidado de los órganos, que han sido el soporte para nuestra supervivencia, sin embargo el bombardeo constante de la tecnología y la racionalización, evitaron que el movimiento tuviera éxito. “el mundo digital nos anuncia una nueva fiesta para los sentidos con el efecto multiplicador, por ejemplo el tele casco y los de guantes virtuales. El paraíso de las nuevas sensaciones pasa por alto aquellas que no corresponden a una interacción virtual, sino real: las del contacto, hay que decir ya presencial, cara a cara y mano contra mano”. (Bilbeny, 1997, p. 20)

Es de vital importancia hacer énfasis en la relación que tienen los órganos y las emociones, ya que todos los procesos emocionales que se involucran en la infidelidad indudablemente tendrán repercusiones a nivel corporal, y a su vez si logramos entender el funcionamiento de nuestros órganos y de nuestro cuerpo en conjunto, podremos tener un panorama más amplio al respecto de la infidelidad, así como una propuesta del porque se origina.

II. LA INFIDELIDAD DESDE UN ENFOQUE PSICOSOMÁTICO.

En el capítulo anterior se abordaron aspectos de la infidelidad en los que no se toman en cuenta factores corporales, ni las repercusiones que tienen todas las emociones involucradas en el proceso. En este capítulo se hará una aproximación desde la perspectiva en donde se concibe al cuerpo como un microcosmos que se encuentra en estrecha relación con el planeta y el universo como un macrocosmos.

II.1 La fragmentación del cuerpo.

En la actualidad, podemos observar un gran cambio en distintos aspectos de la sociedad con respecto a la que vivía hasta el siglo XIX. Los distintos cambios en la forma de trabajo, educación, alimentación, hábitos y creencias del ser humano han tenido repercusiones en la forma en como se conduce el mundo, y específicamente en el cuerpo de los individuos, y podemos apreciar este cambio de forma mas notoria en las enfermedades, es decir, en el tipo de enfermedades que eran recurrentes hasta los primeros años del siglo XX, y las enfermedades que se presentan de forma cotidiana desde las últimas décadas al pasar de altos índices de mortandad por enfermedades infecto-contagiosas al de enfermedades crónico-degenerativas.

Además de la modificación que tuvimos al enfermarnos, la forma en como nos “curamos” también se vio afectada debido a las nuevas doctrinas positivistas y racionalistas, en donde el cuerpo deja de verse como una unidad, un microcosmos que se relaciona entre si y entre el universo exterior del cual es parte. Al implementar esta idea de fragmentación corporal, se deja de atender a todo el cuerpo ante una enfermedad y se presta atención únicamente al órgano o parte

del cuerpo que causa malestar. Además los avances científicos de la época permiten utilizar los comprimidos y jarabes para no perder tiempo en la elaboración de remedios con hierbas y poder volver al trabajo en menos tiempo ya que el efecto de pastillas para tratar los síntomas es significativamente mas rápido que el de un remedio tradicional. Sin embargo al poco tiempo la gente volvía a enfermar y a tener los mismos síntomas de la enfermedad, aunado a una alimentación que comenzaba a ser deficiente, dejaban de prestarle atención a las causas de la enfermedad y solo buscaban anestesiarse el síntoma para continuar con sus labores. A partir de entonces fue cuando factores como el de la alimentación, el ambiente, las relaciones sociales y con el planeta, así como los factores emocionales dejaron de ser importantes para el hombre que comenzaba a convertirse en una maquina para el trabajo.

Con este movimiento se originó la separación del cuerpo con la mente y el espíritu. Se rompió el equilibrio del cuerpo, del que se tenía conocimiento desde hace mas de cinco mil años aproximadamente. Desde esta postura se sabe que cada emoción que sentimos en el cuerpo producirá reacciones fisiológicas diversas, que pueden ser aparentemente imperceptibles al momento, sin embargo, de manera gradual se está formando un desequilibrio a nivel emocional, que si no es abordado de manera correcta, favorecerá la construcción de una enfermedad como manifestación del cuerpo ante el desequilibrio energético.

Resulta de vital importancia hacer hincapié en la fragmentación que sufrió el hombre como especie en todos sus entornos, ya que si bien hemos mencionado que en el terreno de la medicina su cuerpo fue fragmentado para estudiarlo a detalle, lo cierto es que también fue fragmentado en otras categorías. El hombre y la naturaleza fueron separados como si se trataran de cosas diferentes, de esta manera era posible atacar los recursos naturales del planeta sin que existiera la noción de que nos hacíamos daño a nosotros mismos, dejábamos de estar en comunión con el planeta para convertirlo en un dador de recursos que podíamos explotar para nuestro beneficio, ya que se creó en el humano la visión de que “si

no es de nadie, entonces es mío”. El hombre comenzó a creer que podía alterar el equilibrio sin poner en peligro su propia existencia en el planeta.

“En el momento en que el ser humano deja de ser consciente de su posición en el sistema del que forma parte y empieza a actuar en consecuencia con esta nueva visión (nueva para el, y nueva en la historia de la vida de nuestro planeta), el equilibrio empieza a tambalearse.” (Oteros, 2006, p. 1.)

Debemos preguntarnos como es que el ser humano pudo sobrevivir hasta hoy a pesar de que nuestros antepasados no eran la especie dominante sobre el planeta, ni la mas rápida o la mas fuerte, y tampoco habían desarrollado la inteligencia a un nivel superior comparado con otras especies. Uno de los factores que contribuyo fue el desarrollo cerebral para permitirnos crear herramientas que potencializaran nuestras cualidades, así como la habilidad para adaptarnos rápidamente a los entornos, mucho mas rápido que otras especies, Incluso en hábitats donde no estamos biológicamente preparados. En climas fríos utilizamos las pieles y aprendimos a coser prendas, hacemos fuego y creamos una cultura, sin embargo el factor fundamental para que el hombre pudiera desarrollarse de manera equilibrada con su ambiente, fue la cooperación.

“Los millones de años de evolución nos muestran que la cooperación es un principio rector en los seres del planeta, no verlo así implicaría ir contra la vida misma; así el cuerpo crea sus propios procesos de sobrevivencia, en los espacios que le toca vivir”. (Méndez y Molinero, citados en López, 2012, p. 18)

El hombre entendía la definición de la vida misma como una relación donde sus órganos se relacionaban y cooperaban entre si para el correcto funcionamiento del cuerpo entero, y a su vez el cuerpo se relacionaba de manera cooperativa con su ambiente externo y con las especies que también lo habitan. Al comprender esto, el hombre pudo establecer relaciones de cooperación con otras especies como los lobos, quienes mas tarde domesticaría y se convertirían en los perros de la

actualidad. De esta manera la cacería entre estas dos especies ayudándose se volvía una tarea mas sencilla al combinar las habilidades motrices del humano y su puntería con el olfato y velocidad de los lobos. En esta unidad, la naturaleza se comunica de una manera que en la actualidad resulta cada vez mas difícil comprender, se comunica con nosotros por medio de energía.

“Si uno habla, en el arte del Feng-shui, de los dragones del cielo, o de la corriente del dragón de la tierra, eso es mucho más científico que el químico moderno del negocio de la agricultura que destruye el suelo y estropea los acuíferos. Una imagen no es una ilusión; es un jeroglífico, un cuento condensado, y los cuentos son literalmente formas de almacenamiento cultural.” (Thompson, W., G. Bateson, J., Lovelock, L., Margulis, H., Atlan, H., Maturana, S., Varela, W., I. Thompson, H., Henderson, J. citado en Otero, 2006, p. 6)

En la actualidad, al hablar de la “vida”, las personas tienden a verla como algo que se gesta de forma exterior a sus cuerpos, es decir, se habla del cuidado de la vida de los océanos, de la fauna y flora del planeta, incluso de la importancia que es proteger la vida de los recién nacidos, y de modificar el daño ambiental que hemos causado en las ultimas décadas. Este acto en si, resulta muy loable y no se pone en duda que su intención sea la de disminuir el deterioro del planeta, sin embargo podemos entender que si la premisa inicial es que la “vida” es algo externo a nosotros, es ahí donde reside el error para cultivar la vida, ya que como se ha mencionado anteriormente, nuestro cuerpo es un microcosmos, y de tal forma la vida también esta dentro de nosotros y dependiendo de la forma en como cuidemos el interior, será la forma en como trataremos el exterior para que pueda decirse que existe un equilibrio. Si contaminamos el agua que existe en nuestro cuerpo, es muy probable que también ensuciemos los ríos y mares del planeta, si perdemos el respeto por cada parte de nuestro cuerpo y vemos cada uno de nuestros órganos como recursos naturales de los que podemos beneficiarnos hasta que dejen de funcionar, entonces será una forma muy probable de ver todas

las áreas del planeta y explotar sus recursos hasta que ya no puedan ofrecernos mas.

En la mayoría de los enfoques psicológicos no se habla sobre este principio de la vida y se mira al cuerpo como un agente externo que no pertenece a su campo de estudio, en palabras de López (2012) “El proceso terapéutico y las implicaciones que tiene en el cuerpo deberían sopesarse y darles el valor adecuado como un medio de trabajo para entender la vida”.

“La vida debe cuidarse desde el cuerpo mismo del paciente, entender como la destruye y si la plantea como algo efímero- es cierto, es efímera en el sentido de que no somos eternos, pero no por eso vamos a destruirla”. (López, 2012, p. 19)

Para poder explicar la infidelidad desde esta postura, es preciso abordar la fragmentación del hombre con otros dos aspectos además del constructo de naturaleza, la separación del hombre con Dios, y con su complemento femenino.

En la fragmentación del hombre con Dios, debemos tener en cuenta que se refiere no solo a la figura de un ser supremo, sino también a la fractura con su parte espiritual. Esta separación también era señalada por los griegos, quienes distinguían, lo físico de lo espiritual, y decían que el mundo de lo espiritual era lo verdadero, mientras que lo físico era solo una prisión del alma y no tenía la misma importancia. Caso similar al de la religión católica, en donde se separó al cuerpo en la tricotomía cuerpo-alma-espíritu, aquí el cuerpo es el componente físico del hombre y será solo un vehículo en donde residen los otros dos. El alma se refiere al ingrediente del hombre donde reside la voluntad y la vida vigorizante del hombre. En tanto que el espíritu explicaría el órgano de la consciencia de Dios en el hombre, sin embargo al caer el hombre en el pecado, se entiende como la muerte del espíritu en el hombre.

Esta forma de separación del hombre en cuerpo y alma ha prevalecido hasta nuestros días, incluso se ha ido modificando a lo largo del siglo pasado con la entrada de la ciencia cada vez más frecuente para explicar todos los sucesos y fenómenos de la sociedad, de tal suerte que ahora se deja de lado casi en su totalidad el término de “espíritu” y solo se habla de “mente” como el mejor componente de un ser humano y de las mejores formas para hacer que crezca, dejando el cuidado corporal para después. Al tratar de minimizar el crecimiento espiritual, entre los siglos XVII y XVIII la ciencia se convirtió en la forma más empleada para explicar los fenómenos de la vida, desplazando las nociones religiosas y mágicas a las cuales se recurrían también de manera constante, sin embargo los científicos de aquella época aun tenían la noción de unidad espiritual en el cuerpo, ellos decían que hacían ciencia para entender mejor la obra del creador, y no veían conflicto entre esos dos constructos, lo cual fue distorsionándose a lo largo de los años hasta que se vieron como formas opuestas de explicar el mismo fenómeno. Si a esto sumamos que la religión también suprimió el uso de los sentidos al considerarlos pecaminosos, y llegando a estados espirituales de “pureza” y de “crecimiento” únicamente por obra de Dios, podemos tener una idea de la confusión que tuvo la población al tratar de escoger o seguir una u otra doctrina, lo que originó una fractura a escala social, reafirmando la postura de que si se rompe el equilibrio dentro, también se rompe fuera.

Al sufrir tantas fragmentaciones, se llegó a separar incluso la dualidad que existe en el ser humano en cuanto a lo masculino y lo femenino, ya que la construcción social del hombre, lo concibe como el protector familiar y el proveedor de recursos para que la familia se sostenga, pero también esa visión, le daba el derecho de ver a la mujer como objeto y poder denigrarla, y al verla como un objeto, le daba derecho a tener más de una, siempre y cuando pudiera realizar su rol de proveedor.

En el caso contrario, con la llamada “liberación femenina”, las mujeres comenzaron a competir con los hombres además, comenzaron a manipularlo

emocionalmente, de igual forma se promovió humillarlo, de manera que pasaron de tenerle miedo a verlo como un objeto al igual que ellos, se encaminaron hacia el otro extremo que es el feminismo. Por tal razón, teniendo en cuenta que los extremos separan y rompen el equilibrio, los hombres y mujeres viven en un desequilibrio emocional, viviendo totalmente fragmentados olvidando por completo el modelo de cooperación que durante tantos siglos les permitió vivir en armonía, reemplazándolo ahora por el modelo de competitividad en donde únicamente se conciben siendo la punta de la pirámide para sentir su valía o de lo contrario se piensa que han fracasado. En la actualidad, en la sociedad occidental se piensa que los hombres no comparten la feminidad con la mujer y viceversa, sin embargo, el lado masculino tiene que ver con la acción de manifestarse exteriormente en el mundo que nos rodea, de actuar, además de dirigir. La energía masculina está relacionada con el enfoque, el discernimiento y establecer límites. El lado femenino tiende a involucrarse más con los sentimientos, la inspiración, así como con trascender los límites para conectarse con los demás. La energía femenina es Amor incondicional, es fluida, receptiva, y cuando se unifica con la energía masculina, el equilibrio se vuelve a establecer.

Como hemos visto, la separación del hombre con la naturaleza, Dios y su parte femenina o masculina, ocasionó que se tomara cierta inclinación hacia alguno de estos conceptos, por tanto al ser un hombre que quisiera continuar en armonía con la naturaleza pero debido a las contradicciones entre religión y ciencia, se sentía infiel a alguna de las partes que antes lo completaban como unidad, y en los peores casos se sentía infiel a todas las fragmentaciones que sufrió a lo largo de la historia, por tanto, la infidelidad hacia su pareja solo venía a reforzar que era infiel con todo lo demás.

Desde la postura psicosomática, lo que se plantea es volver al origen, es decir restablecer el equilibrio en el microcosmos, entendido como el cuerpo, y volver a unificar las partes fragmentadas del hombre, tener en cuenta que dentro de nuestro cuerpo está la vida, la naturaleza y que tenemos un espíritu que puede crecer si realizamos acciones diversas para ello, estableciendo un principio de

cooperación y no de competencia, muchos de los factores que se mencionaron en el primer capítulo y que son causantes de la infidelidad, no llegarían a término si se tiene un equilibrio en las emociones

Desde esta postura se toman en cuenta todos los factores mencionados con anterioridad para mantener un equilibrio energético de acuerdo con la teoría del yin yang.

“La teoría del yin-yang es la acción manifiesta y un modelo para ordenar el cambio, propuesta de conocimiento, fruto de una práctica corporal que cultiva una relación de interdependencia entre nuestras sensaciones y nuestros conceptos, esto es, nos presenta una unidad en la manera de conocer. Un aspecto son nuestras ideas que permiten ordenar la realidad, por medio de categorías conceptuales que clasifican lo que estamos sintiendo, y otro son las acciones concretas del cambio que encuentran su expresión en sutiles sensaciones donde experimentamos el encuentro con la realidad”. (Campos, 2011, p. 202)

La teoría del yin-yang da cuenta de que todos los fenómenos que existen se conforman de dos partes que son opuestas y a la vez están relacionadas de forma simbiótica. Es decir, “ la oposición entre ying y yang generaliza la contradicción y lucha entre dos fuerzas opuestas dentro de una cosa o de un fenómeno para mantener el equilibrio de éste. Las propiedades básicas del yin son similares a las del agua (frialdad, oscuridad, tendencia a fluir hacia abajo, etcétera), mientras que las propiedades básicas del yang, se asemejan a las del fuego (calor, brillo, tendencia hacia arriba, etcétera)”. (López, 2012, p.41)

Debido a que en la práctica de la infidelidad se involucra un conjunto de emociones diverso, tanto para la persona infiel como para la persona engañada se gesta un desequilibrio energético, y si a esto sumamos los diferentes factores sociales de cada individuo, es muy probable que se desarrollen enfermedades en

el cuerpo y la enfermedad se alimente de la emoción desbordada, ocasionando una interdependencia que afectará a la persona.

II.II Teoría de los Cinco Elementos.

En relación a lo anterior, la teoría de los cinco elementos tiene como base cinco emociones, las cuales están relacionadas con distintos elementos existentes en el planeta y con los órganos del cuerpo.

“Se sostiene en la analogía del universo con el cuerpo que es conceptualizado como un microcosmos y encuentra una estrecha relación con los cinco elementos: madera, fuego, tierra, metal, agua con los órganos del cuerpo; así cada elemento corresponde a dos órganos: madera hígado y vesícula biliar: fuego corazón e intestino delgado; tierra bazo páncreas y estomago; metal pulmón e intestino grueso; agua vejiga y riñón. Esto significa que la relación que existe en el medio ambiente con los cinco elementos es la que se guarda en el interior del cuerpo.”
(Carmona y Guzmán, 2007)

Esta teoría es utilizada como una de las bases de la medicina tradicional china, ya que le da una gran importancia a los mensajes que el cuerpo humano envía como una señal para sobrevivir ante una situación de amenaza o peligro y que podemos apreciar con cierta facilidad, sin embargo cuando se habla de enfermedades, nos resulta mas difícil atender estas señales debido a que hemos perdido el contacto con nuestro propio cuerpo y la relación que existe entre las emociones y los órganos que lo constituyen, además de que la influencia de la sociedad nos ha hecho creer que no tiene que ver una cosa con la otra, y que para resolver la problemática de las enfermedades en el cuerpo, uno no sabe nada sobre su cuerpo, sino que se debe recurrir al medico para que nos cure casi instantáneamente, pero aun cuando el malestar desaparezca, el efecto será momentáneo pues el origen del síntoma, derivado de el desequilibrio emocional no

es tratado y el cuerpo nuevamente volverá a manifestar el síntoma. Por esta razón, la teoría de los cinco elementos que ve al cuerpo como microcosmos, y como el lugar donde las emociones se alojan y somatizan en el cuerpo, propone que sea la propia persona quien pueda dar cuenta sobre los procesos corporales que se expresan dentro de sí, y con un cambio en la visión antropocéntrica con la que se ha educado durante muchas décadas, se consolide en una unidad y aprenda a mantener un equilibrio emocional y realice un trabajo corporal que facilite la sanación.

“En esta teoría interviene una relación de dominancia, que implica la regulación del fuego sobre el metal, ya que lo funde; del metal sobre la madera, pues la corta; de la madera sobre la tierra, pues la penetra; de la tierra sobre el agua, que la absorbe; y del agua sobre el fuego, que lo apaga. Esta es la relación básica que muestra el equilibrio en la naturaleza” (Benítez, citado en Herrera y Chaparro, 2010, p. 161)

Es así que en esta teoría, podemos decir que si falta algo que mantenía el equilibrio, es entonces cuando se produce una enfermedad, y los órganos están siendo dominados por la emoción que rige a dicho órgano, además de que cada órgano, emoción y elemento, están a su vez relacionados con un sabor, el sabor picante esta asociado a la melancolía, el sabor salado al miedo, lo agrio se relaciona a la ira, lo dulce con la ansiedad, y lo amargo a la alegría.

Al juntar estos elementos y realizar un análisis sobre los estilos de vida de las personas, podemos ver que tanto sus enfermedades, y conductas como la infidelidad, no aparecen sin razón alguna, sino que se van construyendo de acuerdo a las relaciones que hemos establecido con la naturaleza, con la parte espiritual y con los otros.

En la infidelidad, como hemos mencionado, pueden presentarse una gran cantidad de variables que propicien las condiciones favorables para que se produzca,

además de que como explicamos anteriormente, la fragmentación del hombre con la naturaleza, Dios, la pareja y otros factores, conduce a que la persona se sienta infiel consigo mismo y en consecuencia será infiel con quien intente establecer una relación, sin embargo el que una persona cometa una infidelidad o que sea la persona engañada, indudablemente, desde esta postura, tendrá repercusiones a nivel emocional, específicamente en las cinco emociones principales de acuerdo con la teoría de los cinco elementos, y si no tenemos un adecuado manejo de dichas emociones, es probable que los órganos relacionados a la emoción afectada comiencen a enfermar, además de que si ignoramos esa somatización, el cuerpo seguirá enfermando y otros órganos serán los que comiencen el deterioro, ya que como hemos mencionado, los órganos del cuerpo trabajan bajo del principio de cooperación, de tal forma que si uno comienza a fallar y no es tratado a tiempo, los demás órganos comenzarán a fallar al romper el equilibrio. La infidelidad no aparece de la nada, sino que se va construyendo de acuerdo a nuestro estilo de vida y la relación que tenemos con la naturaleza y con las demás personas, con base en esta teoría, podemos decir que la energía que produjo una emoción originada por la infidelidad no fluye de manera constante, y dejo de viajar por los canales que existen en el cuerpo, de tal forma que si una persona al saber que le han sido infiel experimenta una emoción de ira, esta se instalará en el hígado, ya que domina esa emoción. Del mismo modo, si una persona es la que realiza la infidelidad, tendrá la tendencia a ser contradictorio en sus decisiones y su voluntad, actitudes que se ven reflejadas en el hígado. En palabras de Benítez:

“La energía de este órgano induce al movimiento y despierta la mente, permitiendo que crezca la tensión y la presión. Un hígado fuerte impulsa al ser humano a innovar, a enfrentar nuevos caminos, a crecer, lo que no se observa en personas con este padecimiento, sino todo lo contrario, su hígado esta débil, y tienden al nerviosismo, a las contradicciones, al desequilibrio de las emociones, y a la incoherencia en sus comportamientos”. (Benítez, citado en Herrera y Chaparro, 2010, p. 164)

Podemos decir entonces, que un hígado que se encuentra en mal estado repercute en todo el cuerpo de la persona, recordemos que siendo un microcosmos, todo estará relacionado, y si la energía que corre por el hígado no esta fluyendo de manera correcta, se producirá una actividad irregular en el cuerpo, debido a que no se tiene claridad en el rumbo que dirige su vida, pues no hay satisfacción en sus actividades, lo que trae como consecuencia un estado de animo cambiante, en ocasiones de melancolía, con miedo, o con angustia. Si a esto agregamos que el estilo de vida de las personas en la actualidad esta en su mayoría atravesado por mucho estrés que contienen en sus cuerpos, se comienza un proceso en donde otros órganos se verán afectados. “ La vesícula biliar se complementa con el hígado y coopera con la regularización de la sangre; almacena y segrega bilis, sustancia que estimula la perístasis en estomago e intestinos. Posteriormente esta emoción viaja al estomago, ya que al estar enojados y no saber hacia que o quien les genera angustia” (Benítez, citado en Herrera y Chaparro, 2010, p. 164)

Una de las cuestiones que se involucran en la infidelidad es el amor, ya que el amor que existe y se ha construido entre dos personas en un determinado tiempo, se ve fragmentado por la infidelidad en cuestión. Al transgredir lo que para muchos es una de las cosas mas importantes en la vida, la persona que ha sido engañada siente que la han atacado directamente en uno de los pilares sobre los cuales ha construido su vida. se crea una nueva fragmentación, ya que el amor es algo que puede unir a la persona tanto en lo corporal, racional y espiritual. Es decir, el amor que se construye en la pareja puede fortalecerla y construir salud en las personas, o bien puede destruirá la pareja y al cuerpo cuando se transforma en desamor.

Para resistir las tentaciones y no ser infiel, uno de los factores que ayudan es estar enamorado. Los humanos no se contienen cuando se trata de recibir una gratificación. Se prefiere ceder al placer cuando aparece la oportunidad.

Pero cuando se trata de amor y lujuria surge la paradoja de porque las relaciones estables resisten a la posibilidad de tener placer sexual, aunque no sean descubiertos.

En la vida cotidiana es común escuchar a personas que hacen referencia a afecciones en el cuerpo ocasionadas por una actitud de amor o desamor, frases como “ me partió el corazón”, o “su actitud me dolió en el alma”, se escuchan con frecuencia en la platica cotidiana de las personas, y desde esta perspectiva sabemos que lo emocional esta ligado a lo físico por medio de somatizaciones. Así mismo desde una perspectiva científica, se explica que “Las endorfinas, también llamadas hormonas de la felicidad, son sustancias químicas que ayudan a sentirnos estables, cuando estas no se segregan de forma correcta ya sea por estados de estrés o herida emocional, se cae en estado depresivo. La persona entra en un estado de desbalance químico cerebral. Pudiendo manifestar múltiples dolores como punzadas en el corazón a manera de dolor de infarto. En especial las personas que no logran adaptarse al dolor son las que experimentan mayores niveles de dolor físico”. (Bernal, 2011).

El sentir un dolor en el cuerpo ante un evento psicológico es algo cada vez mas común y se denomina "somatización", es decir, que la emoción que se desborda, junto con el cerebro dentro de su funcionamiento es capaz de convertir una situación psíquica en una sensación corporal. Que la persona la sienta dolor en el tórax es característico de los trastornos de ansiedad y de los procesos depresivos. Si la causa es un evento amoroso defraudante como una infidelidad y este dolor se presenta en el momento de reconocerlo, es probable que provenga de un estado de ansiedad. Si se presenta de forma posterior la presencia de una depresión puede ser la causa mas probable.

La depresión es un trastorno afectivo y puede causar síntomas en el cuerpo, los principales síntomas suelen ser el dolor y otras molestias sensitivas.

Generalmente este cuadro clínico produce un agravamiento de las dolencias físicas previas y puede convertir cualquier dolor en crónico. Si ya se sufre de migraña probablemente se vuelvan peores estos dolores. Lo mismo sucederá con los dolores de espalda: tenderán a empeorar. No es la excepción el dolor en los músculos y en las articulaciones. En ciertos casos el dolor de pecho está asociado a los estados depresivos. (Bernal, 2011)

Una persona sufre somatizaciones de la misma forma que muchas enfermedades físicas influyen en nuestro estado de ánimo, muchos problemas psicológicos causan síntomas físicos; en efecto, las enfermedades psicosomáticas son muy frecuentes y tienen como origen un desequilibrio emocional que se refleja en el cuerpo y genera enfermedades que pueden terminar siendo crónico-degenerativas.

Como se mencionó anteriormente, la infidelidad ha sido abordada desde distintos enfoques a lo largo de la historia, abarcando desde una práctica cotidiana en determinados grupos sociales, así como un delito de la sociedad y pasando por un pecado en el ámbito religioso. El enfoque psicosomático retoma todos estos elementos que son manifestaciones en el macrocosmos, pero que a su vez, son reflejo de lo que sucede en el microcosmos, es decir en el interior de las personas, y a esto se agrega el factor del desequilibrio energético entre la parte femenina y la parte masculina de cada persona. Por tal motivo, la infidelidad aquí ya no es vista como la consecuencia pecaminosa de una relación que fue concebida bajo los preceptos de la religión, tampoco la explica en términos de un delito social como adulterio en donde se busca un castigo para el adúltero y una compensación para la "víctima".

En este enfoque no se trata a la infidelidad como algo bueno o malo, sin embargo al tratar la infidelidad como algo malo e incorrecto, se entiende que otra vez volvamos a la moral y al pecado al que hacíamos referencia anteriormente. La gente con convicciones religiosas o apego a las normas sociales, concebirá la

infidelidad como algo negativo y reprobable en donde no hay perdón. “Si me engaña se va de mi vida”. La sociedad no tolera puntos medios y tienen una posición rígida frente al tema. Sin embargo, algunas personas no lo consideran como algo cercano, ya que no está en su vida cotidiana. Pensar en eso es tan alejado como pensar en las drogas para quien no tiene contacto con ningún consumidor o adicto.

En dicho contexto podemos señalar que la infidelidad es mala, esta teoría sostiene que la infidelidad no es recomendable pero se puede justificar en ciertas circunstancias especiales, casi “divinas” donde la persona puede adjudicarse ciertas libertades por producirse en un momento especial. No se hace para perjudicar a la pareja, sino como un halago a la propia persona, en que la pareja no tiene nada que ver. Situaciones donde uno de los miembros de la pareja comete infidelidad debido a que se encuentran separados físicamente, como por ejemplo en un viaje, y en dicho viaje, la persona se involucra con un tercero, mientras que la persona que se queda en casa lo sabe pero no produce ninguna reacción debido a que argumentan que su pareja cometió infidelidad no para perjudicarlo, sino porque se presentó la oportunidad, sin que eso cambie el afecto que se tienen como pareja, son ejemplos de esto.

En el enfoque psicosomático se retoma el principio de la parte masculina y femenina que reside en cada persona, y se plantea que existe un desequilibrio en estas partes, razón por la cual la infidelidad es mas probable que surja. Se entiende que en la naturaleza existen polos que se complementan, como la luz y oscuridad, arriba y abajo, frío y caliente, sin que alguno de los dos sea catalogado como bueno o malo, sino que están en un equilibrio y esta debiera ser la forma en que las cosas fluyan. Es la misma forma en que en nuestro cuerpo deberían de fluir y cooperar la parte masculina y la femenina.

Sin importar que uno sea hombre o mujer, el cerebro derecho y el lado izquierdo del cuerpo representan el principio femenino, es ahí donde reside la creatividad,

dones artísticos, compasión, receptividad, emociones e intuición, y se refiere a la naturaleza interior. Se manifiesta también por la ternura, la sensibilidad, la dulzura, la armonía, la belleza, la pureza.

“Se vincula a mi propia naturaleza femenina y a la de los demás. Las principales dificultades sentidas se vinculan a la expresión de los sentimientos. La actitud que una persona desarrolla frente a su naturaleza femenina tiene un nexo directo con las relaciones que mantuvo con las mujeres de su vida: madre, hija, amiga, esposa, etc. El modo en que se expresa la feminidad ya sea lo fácil o la difícil, dependerá en gran parte del modelo de los padres y de la identificación con uno u otro de los padres”. (Hernández, C. 2012)

El principio masculino está representado por el lado derecho del cuerpo y el lado izquierdo del cerebro. También se llama el lado yang en medicina China o el lado racional en Occidente. Las cualidades dominantes son el valor, la potencia, la lógica. Es el lado racional, autónomo y materialista del ser. Representa también el aspecto intelectual, el lado activo de la persona que toma las ideas e intuiciones del lado femenino y que las pone en práctica. “Cada ser humano, tanto hombre como mujer, posee un lado masculino (yang) y un lado femenino (yin). Al haber desarrollado mi lado masculino analizando y queriendo “volverme igual como mi padre”, hay muchas probabilidades de que tengamos ambos puntos muy similares en cuanto a las cualidades y las características nombradas en el principio.” (Hernández, C. 2012)

Referente a lo anterior, al tener todas las personas un lado masculino y uno femenino, deberían tener un equilibrio en todos los aspectos de su vida, sin embargo al llevar estilos de vida que van en contra de su propia naturaleza, surge un desequilibrio que los lleva a desarrollar mas uno de los lados. En ese sentido, existen hombres que tienen su lado femenino mas desarrollado, así como mujeres que tienen su lado masculino mas desarrollado, es ahí cuando buscan

complementar ese desequilibrio buscando parejas que tengan mas desarrollado el lado opuesto al de ellos. De tal forma que se pueden dar combinaciones en las que un hombre que tenga un lado masculino muy desarrollado, difícilmente será satisfecho al estar con una sola mujer, y si a esto sumamos los factores culturales de nuestro país, así como en la mayoría de las culturas en el mundo, en donde la hombría puede medirse en la cantidad de mujeres que pueda tener un hombre, resulta un hombre que cometerá infidelidad debido a que es lo que “socialmente” deben hacer los “muy hombres”. Así mismo, una mujer con el lado masculino desarrollado, su tendencia será hacia tener el mayor numero de hombres posible para poder decir que ella es codiciada y tiene un gran valor para los hombres.

En caso contrario, los hombres que tienen el lado femenino mas desarrollado, intentan complementar ese desequilibrio buscando parejas que hayan construido un lado masculino mas fuerte, y debido a que en el tejido social el hombre es quien tiene tendencia a ser infiel, serán ellos quienes sean mas susceptibles a que los engañen.

Desde luego existen casos donde esto no siempre es así, y si revisamos las particularidades de cada pareja encontraríamos casos donde hay una aparente buena relación que funciona, o donde realmente funciona. Retomando la explicación desde el enfoque psicosomático, la mayoría de las personas actualmente tiene un diverso grado de desconocimiento personal, ya sea en el plano emocional, corporal o espiritual, dicho de otra forma, si una persona no sabe en que parte de su cuerpo se sitúa el hígado, el páncreas o los riñones, y tampoco puede sentir las reacciones físicas que estos órganos producen al estar en funcionamiento, entonces es poco probable que se preocupe o que sepa en donde esta el bienestar de su pareja. Esta tendencia actual hacia el individualismo fomenta el desinterés en las otras personas, e incluso en aspectos de uno mismo, es así que las personas crecen enfocándose en que lo único importante en el aspecto emocional es que sus sentimientos no se vean afectados en una relación de pareja, y es preferible ocultar y no expresar amor o compartir sentimientos con

alguien ya que si no resulta como la sociedad nos ha dicho que debe ser una pareja, entonces uno podrá salir bien librado ya que no involucró esa parte emocional.

“Cuando la gente niega el amor que lleva dentro o esconde su manifestación, cuando no puede tomar la iniciativa para amar a otro con el corazón abierto, daña su alma y por extensión, el alma de la humanidad.” (Toshio, 2001, p. 49)

Incluso en la juventud actual es preferible intimar primeramente en el plano físico y sexual, para posteriormente ver si vale la pena involucrar los sentimientos o si pueden entablar una relación formal, sin embargo el desequilibrio en las emociones continua ahí, así como el desconocimiento personal. Al respecto, Toshio Sudo dice:

Si te conoces a ti mismo y conoces a tu pareja, tu relación florecerá.

Si te conoces a ti mismo pero no conoces a tu pareja, el camino tendrá obstáculos.

Si no te conoces ni tampoco a tu pareja, tu relación no tiene buenos augurios.

En estos tiempos, donde el ego y la competencia de unos con otros en prácticamente todos los aspectos de la vida, hacen que las personas nos volvamos poco receptivas en torno a lo que nos rodea y mas específicamente en las necesidades de la pareja, pareciera como si con conocer lo que nos hace falta a nosotros fuera suficiente, y sería una molestia estar receptivos y preocuparnos por las necesidades de la persona que esta con nosotros, es decir están “juntos” pero cada quien ve por si mismo.

II. III El desequilibrio del tercero en discordia.

Dado que este desequilibrio y esta individualidad que cada vez se marca mas entre las personas va en aumento, podemos decir que una infidelidad no ocurre únicamente porque exista un desequilibrio en la pareja, sino que también en la persona que entra como tercero en discordia también se involucra en la relación porque en el también existe el desequilibrio antes mencionado, y ya sea que se de cómo una aventura pasajera, o se trate de una relación alterna, el tercero en discordia también lleva consigo carencias afectivas y un desconocimiento personal, razón por la que considera que su comportamiento es normal en tanto que no conoce cuales pueden ser las consecuencias para el y para su estado corporal.

Este tercero en discordia del que hablamos puede presentarse de muchas formas, Escobar (2010) menciona que “puede toparse con la mujer u hombre incauta(o), ingenua(o) e inexperta(o) que, sin saber como ni cuando, se enreda en una aventura amorosa y, sin pretenderlo, se convierte en destructor(a) de un matrimonio. En el otro extremo esta la mujer experimentada, proclive, artera e inescrupulosa, que ya tiene en su muestrario erótico una amplia gama de trofeos amatorios.”(p.70)

Las relaciones sexuales.

Es importante mencionar que así como existe un desequilibrio emocional y desconocimiento personal para que se construya una infidelidad, existen personas que niegan tener un problema emocional con la persona, sin embargo como se menciona en el capítulo anterior, algunas personas que pueden desarrollar sentimientos hacia su pareja pero mencionan que la parte sexual es la que no los satisface. En el aspecto sexual también se puede ver reflejado el desconocimiento personal del que hemos venido hablando, ya que al tener practicas sexuales en las que se nos enseña a ver con deseo a la pareja, y a concentrarnos en el placer

propio por medio de técnicas sexuales que están encaminadas a un desperdicio energético, las personas sienten que algo les falta y una sola persona no podrá proporcionárselos, sin embargo al replantear una forma distinta de concebir lo corporal y hacer una integración de los aspectos en la vida de las personas, resulta obvio decir que la forma en que se tienen los encuentros sexuales, también debería incluir en estado emocional de equilibrio, un trabajo a nivel espiritual y un cuidado a nivel del cuerpo, para poder decir que la sexualidad sea plena y libremente.

Al respecto Toshio Sudo (2001) dice: “El mejor sexo es un abandono total, eliminar la inhibición y los complejos y entregarse al calor del momento. En el zen, toda atadura debe desaparecer: la atadura al ego, al yo, al cuerpo, a las posesiones de este mundo, incluso a la vida misma. Todo está simbolizado en el momento del clímax, cuando dos amantes se relajan y experimentan la sensación de la trascendencia. A través de la forma de la liberación, nos hacemos conscientes del poder divino que nos habita y alcanzamos a mirar nuestra inmortalidad al mismo tiempo.” (p. 135)

En esta propuesta integradora del ser humano, se dice que la persona que tiene un equilibrio en lo corporal, desarrollará una conciencia de interacción con la otra persona, y juntos podrán experimentar una nueva forma de concebir tanto el sexo, como la relación de pareja en todos sus aspectos. Desarrollando un amor propio, ya que el amor que puedan expresar al otro, será un reflejo del amor que sienten por ellos mismos, conociendo su cuerpo podrán conocer el de la otra persona, sus necesidades y construir juntos una relación. Lo que se propone desde esta perspectiva es hacer una integración del ser humano en su aspecto espiritual, emocional y corporal.

III. PROPUESTA PSICOSOMÁTICA.

III.1 Metodología.

Para nuestra propuesta se seleccionó el diseño de investigación de carácter cualitativo, ya que aquí la investigación que se realiza proporciona datos descriptivos, como las vivencias de las personas expresadas en palabras. La investigación cualitativa conforma un campo de investigación donde se entrelazan disciplinas, áreas y objetos de estudio. La investigación cualitativa es una actividad que ubica al observador en el mundo. Esta basada en una serie de practicas personales e interpretativas que revelan detalles del mundo y lo transforman, lo convierten en una serie de representaciones que incluyen las notas de campo, las entrevistas, las conversaciones, historias de vida, fotografías, las grabaciones y las notas para el investigador. En este nivel, investigación cualitativa implica un enfoque interpretativo del mundo, lo que significa que los investigadores cualitativos estudian las cosas en sus escenarios naturales, tratando de entender o interpretar los fenómenos en función de los significados que las personas les dan.

“La investigación cualitativa implica el uso y la recolección de una variedad de materiales empíricos: el estudio de casos, las experiencias personales y de introspección, las historias de vida, las entrevistas, los artefactos, los textos y las producciones culturales y los textos observacionales, históricos, interactivos y visuales. Estos materiales describen los procesos rutinarios y significados de la vida de los individuos.” (Denzin, N. y Lincoln, Y. 2012 p. 48,49)

La investigación cualitativa se ha definido por contraposición a la cuantitativa. La diferencia mas sobresaliente entre ambos tipos de investigación se halla contraponiendo la investigación de carácter positivista y la de carácter

fenómenológico. La positivista adopta el modelo de investigación de las ciencias naturales, utiliza métodos cualitativos, busca los hechos o causas de los fenómenos sociales con independencia de los estados subjetivos de los individuos. La investigación fenomenológica trata de entender la relación social considerando como la perciben las personas. Se interesa por la comprensión personal, los motivos, valores y circunstancias que subyace en las acciones humanas. (Pérez, G. 2001.)

Al utilizar el término cualitativo en este tipo de investigación, implica un énfasis de cualidades de lo que se va a investigar, y los procesos y significados que no pueden examinarse o medirse experimentalmente en función de número, cantidad, intensidad o frecuencia. Las personas que se dedican a realizar investigación cualitativa señalan la naturaleza socialmente construida de la realidad, la relación íntima entre el investigador y aquello que estudia, y las restricciones con textuales que dan forma a la investigación.

Al emplear la investigación cualitativa en la historia del hombre, esta revela que las modernas ciencias sociales tomaron como misión el análisis y la comprensión de los patrones que toman los procesos sociales y de conducta en una determinada sociedad.

A lo largo de la historia de la investigación cualitativa, los investigadores definieron su trabajo en términos de esperanzas y valores, creencias religiosas, ideologías profesionales y laborales. (Vidich y Lyman, 2000, pág. 39, citados en Denzin y Lincoln, 2012)

La investigación cualitativa tiene una serie de dificultades desde la perspectiva metodológica, debido a que los datos deben ofrecer la necesaria consistencia y emerger de una descripción y registro cuidadosos. El papel fundamental lo juega el proceso de categorización, ya que no se puede aspirar a una adecuada capacitación de la realidad en sus propios términos si no se logran elaborar las

categorías que la hacen explicable y dan coherencia al flujo de eventos o conductas que se realizan en un contexto determinado.

Dentro de las herramientas que se mencionaron para realizar una investigación cualitativa, están la historia oral e historia de vida, las cuales han sido concebidas como el proceso de consolidación de fuentes históricas a partir de un detallado sistema de archivo y transcripción de grabaciones, también como un proceso de acumulación de fuentes orales para posteriores investigaciones.

“Pese a que el tratamiento de estas dos nociones (la historia oral y la de vida), es tomado de forma similar por muchos autores, existen diferencias que vale la pena considerar: la historia oral es un término que viene asociado al campo de la historia y concretamente a la historia social y sus derivaciones tales como la historia local y popular. La historia de vida es una noción que se refiere más al campo de la acción antropológica y psicológica, pero también al de la sociología.”
(Murcia, N. y Jaramillo, L. 2003)

Las similitudes que existen entre estos dos conceptos, es que los investigadores entienden la experiencia humana basándose en testimonios orales, buscando identificar o realizar el análisis y el problema del tema o el sujeto de estudio y no tanto la evidencia y fuente histórica, que es la base de la investigación histórica.

Es por esta razón que se utilizará la historia de vida, como herramienta para la investigación, ya que ayuda a comprender a las personas a partir de su propio marco de referencia, captando los acontecimientos importantes dentro de la vida de las personas, y posteriormente realizar un análisis de la información obtenida

III.II Método.

Se realizó una investigación cualitativa en donde se recurrió a la recopilación de fuentes bibliográficas para la estructuración del marco teórico, y con base en esto, se realizaron entrevistas donde la historia de vida fue el método empleado para obtener la información de personas infieles. Posteriormente se realizó la comparación entre casos y el análisis de las categorías que se cree están relacionadas con la infidelidad.

III.III Sujetos.

Se realizó una entrevista la cual está semi-estructurada, a diez personas de sexo masculino y femenino, que aceptan haber sido infieles en su pasado o en la época actual. No importando los factores religiosos, de edad o económicos. A pesar de que la entrevista tiene una estructura, los participantes tenían la libertad de responder como les pareciera mejor.

III.IV Materiales.

- Grabadora de voz.
- Computadora.
- Hojas de papel.
- Bolígrafos.

III.V Instrumentos.

Para desarrollar la historia de vida de los participantes, se utilizó una entrevista semi-estructurada (Ver Anexos) para obtener información sobre las categorías que se analizaron.

III.VI Procedimiento.

Se acordó realizar una entrevista semi-estructurada con personas que admitían ser infieles. Se les informó a todos los participantes la duración aproximada de la entrevista, así como el tipo de preguntas que se podrían realizar durante la misma. Una vez que se reunieron las historias de vida de todos los participantes, se compararon los casos y se agruparon de acuerdo a las categorías establecidas con base en el marco teórico (ver Anexo 4.), de tal manera que se puedan apreciar los rasgos que más sobresalen en la mayoría de los participantes.

III.V Definición y Análisis de Categorías.

El propósito de este apartado es mostrar la definición de cada categoría con la cual se realizó una comparativa entre los datos que proporcionaron los entrevistados, dicha información fue considerada como la más relevante, dichas categorías permitieron organizar de una forma más estructurada la información recabada.

Se realizó una revisión entre dichas categorías a través de fragmentos de entrevistas realizadas. En el apartado de anexos de este trabajo se encuentra una matriz que muestra de forma sintetizada los datos empleados.

Nombre:

Los nombres utilizados son pseudónimos para proteger la privacidad de la persona.

Entrevistado 1: Ángel.

Entrevistado 2: Fermín Marconi.

Entrevistado 3: Celso.
Entrevistado 4: Vicky.
Entrevistado 5: Alberto.
Entrevistado 6: Isabela.
Entrevistado 7: Miss.
Entrevistado 8: Arturo.
Entrevistado 9: Pingo.
Entrevistado 10: Marisela.

Edad.

La edad es la representación numérica de los años transcurridos en la vida de las personas. A su vez, la edad se puede agrupar en etapas de la vida de una persona. Al respecto, Pedro Gómez García, en su artículo “Culminación del curso vital: Para una antropogerontología” menciona cuatro etapas principales que conforman la vida humana. Dichas etapas son Infancia, adolescencia, adultez y la vejez. Aunado a esto, está el factor sociocultural, el cual tiene un peso importante para poder determinar en que etapa de la vida se encuentra la persona además del número de años.

Estos factores socioculturales son los que establecen cuales serían las conductas, hábitos, metas y logros esperados socialmente para determinar si se es un niño, el cual aparentemente debe estar en alguna institución educativa, jugar, etc. En el caso de estar en la vejez, se espera que las personas sobrepasen un estándar de edad, que se encuentren en plenitud, que sus actividades laborales se vean reducidas o en su defecto que hayan cesado, etc.

Estas son las edades de los entrevistados:

| | |
|-----------------|----------|
| Ángel : | 24 años. |
| Fermín Marconi: | 27 años. |
| Celso: | 24 años. |
| Vicky: | 37 años. |
| Alberto: | 28 años. |
| Isabela: | 23 años. |
| Miss: | 39 años. |
| Arturo: | 33 años. |
| Pingo: | 27 años. |
| Marisela: | 40 años. |

El rango de edades de los entrevistados oscila entre los 23 a los 40 años, dicho rango encaja en la edad adulta. En esta etapa se considera que las personas tienen una mayor actividad en muchos aspectos de su vida, y cuando se considera que biológicamente se tiene un mayor potencial reproductivo, una mayor seguridad personal en comparación con la adolescencia y por tanto un mayor interés en buscar relacionarse con un mayor número de gente. Es importante mencionar que el número de años en cada uno, influye en la concepción y la forma en como ven la infidelidad; dentro de los entrevistados un ejemplo es Miss, quien expresa “si ando con chavitos no me importa ser la segunda porque se que es juego, pero si es de mi edad o cinco años mas grande o mas chico ya es otro rollo”.

Estado civil.

Es la situación en la que se encuentra una persona, ya sea social o legal. Se puede diferenciar en: soltero, que es una persona que puede o no tener una relación de pareja y si la tiene, está unión no esta establecida de manera legal o religiosa, y las obligaciones hacia la relación son mas de orden moral; divorciado,

es una persona que dio por terminada la relación por causas diversas, sin embargo, a diferencia del estatus de “separado”, el divorciado lo hace de manera legal.

Al hablar de personas solteras, se espera que su atención se enfoque a otras cosas, como el tener una actividad laboral, ayudar a su familia, tener un mayor tiempo para distracciones y enfocarse en su éxito mientras conoce a personas con quien pueda formalizar su relación en un futuro. A diferencia del soltero, de un divorciado se espera que pueda estabilizar su vida lo antes posible, que se encargue de las responsabilidades de manutención hacia los hijos del matrimonio en caso de que existan, así como de rehacer su vida conforme pasa el tiempo.

| | |
|-----------------|--------------------|
| Ángel : | Soltero. |
| Fermín Marconi: | Casado. |
| Celso: | Soltero. |
| Vicky: | Divorciada. |
| Alberto: | Soltero. |
| Isabela: | Casada (Separada.) |
| Miss: | Divorciada. |
| Arturo: | Soltero. |
| Pingo: | Soltero. |
| Marisela: | Casada. |

El estado civil de los participantes ayuda a tener una visión mas amplia del caso particular en su historia de vida. Si bien el estar soltero, casado, divorciado o en otra situación no determina de forma concreta si la persona será infiel o no, si facilita entender cuales son algunas de las motivaciones de los participantes para cometer una infidelidad, ya que algunos consideran que tras un divorcio es mejor no involucrarse nuevamente y prefieren relaciones donde saben que no podrá

trascender a mas. Por otro lado existen casos en donde aparentemente la infidelidad que se cometía mientras se estaba soltero, ahora se ha terminado por el respeto hacia la pareja que implica el estar casado, como es el caso de Edmundo.

Religión.

Es un sistema de creencias, y prácticas que implican dogmas de fé, que generalmente se basa en doctrinas que se transmiten a lo largo de generaciones y tienen como eje central una divinidad. Socialmente se habla de una apertura en cuanto a la libertad de culto y se trata como un tema de respeto entre las personas pertenecientes a una misma religión, y también entre otras religiones para evitar susceptibilidad. En nuestra sociedad, la religión mayoritaria es la de Cristianos-católicos, la cual toma elementos de la religión Judía y del Cristianismo, sin embargo, en la sociedad mexicana existe un marcado culto hacia la Virgen de Guadalupe, “esta devoción se origina desde la época de la conquista ya que se relacionó con el nombre prehispánico de Tonantzin con el de Guadalupe para así constituirse como un elemento de identidad nacional. Esta divinidad se abocó en brindar protección a los indígenas, aunado al hecho de haber elegido a un indio como testigo de su existencia”.(López, 1995)

Debido a este culto hacia la Virgen de Guadalupe, se implanta de forma indirecta en los mexicanos el respeto hacia la madre, y esto lo podemos presenciar en los participantes que expresan un amor incondicional hacia su madre, en general los hombres, casos como el de Ángel, Fermín, Alberto, Arturo y Pingo, donde expresan de manera similar “Mi madre es mi todo y nadie va a ser como ella”.

Ángel : Cree en un poder superior.

Fermín: Católico.

| | |
|-----------|----------------------------|
| Celso: | Cree en un poder superior. |
| Vicky: | Católica. |
| Alberto: | Católico. |
| Isabela: | Católica. |
| Miss: | Católica. |
| Arturo: | Católico. |
| Pingo: | en el Zen |
| Marisela: | Católico. |

Podemos observar que en su mayoría, los participantes profesan la religión católica, pero en la forma de practicar la religión es donde se aprecian diferencias, ya que algunos participantes expresaron ser practicantes de la religión porque les fue heredada la creencia. En el caso de Ángel, menciona que esa es la que le inculcaron, sin embargo el no sabe si llamarlo, Dios, buda, Jehová o como sea, pero el cree que existe un poder superior.

Ninguno de los participantes encuentra algún tipo de relación entre la infidelidad y la religión que profesan, en el caso particular de Ángel, el menciona “ ¡No, cual castigo! Al contrario es una bendición”. Y en otros casos solo se refieren a que si están haciendo algo malo, pues en algún momento se les regresará. Es aquí donde podemos apreciar lo señalado en el capítulo anterior; la separación dentro de la propia persona en el ámbito espiritual, corporal, y emocional, ya que al no realizar un trabajo espiritual con ellos, difícilmente se podrá encontrar en las distintas parejas aquello que se busca llenar.

Familia.

La familia en las sociedad está considerada como la base sobre la que se construyen las relaciones humanas. Se considera que somos seres sociales y adaptables a la convivencia en gran medida porque la familia es el primer grupo al que pertenecemos. Posteriormente, la vida adulta se considera que es el momento

apropiado para formar una nueva familia, ahora eligiendo a una pareja con quien se pueda procrear, y estableciendo un lugar de residencia común para los miembros de la nueva familia hasta que se repita el patrón y los hijos de la nueva familia emigren. La idea que se tiene sobre la familia en nuestra sociedad en términos generales, se basa en la familia nuclear, conformada por los padres y hermanos; después continúa con la familia extensa en donde se encuentran los tíos, abuelos, primos, etc. Sin embargo, en la actualidad, los cambios sociales han ido transformando a las familias, en donde encontramos familias monoparentales, familias donde las personas se crían con los abuelos, u otras combinaciones cada vez mas variadas como las que encontramos en las familias de los entrevistados.

Ángel:

P- Ok Bueno en la relación de familia ¿quienes consideras que son tu familia, quines integran tu familia?

E- creo que la familia principal es con las que siempre cuenta uno con la que convives con la que siempre puedes contar como apoyo emocional etcétera.

P- ¿hay alguna diferencia o con todos es igual?

E- no sé si en otros casos pero en mi caso en particular la madre siempre es como no se toca no, la madre debe estar siempre está arriba de la pirámide porque es como la matriarca de la familia.

Fermin:

P- ¿Quiénes son los miembros de tu familia?

E- Mi esposa y mi hija. Y bueno mi papá, mi mamá y mis dos hermanos.

P- ¿Cómo era la relacion con ella?

E- Prácticamente mi mamá y yo íbamos a todos lados juntos... llegue a platicar muchas cosas con ella, le abrí los ojos en ciertas cosas, ella pues también me hizo entender muchas cosas de pues porque era así no como mamá preocupona, no sé o sea entiendes muchas cosas. Mi papá pues cuando yo era chiquito era como

mi ídolo no, era mi héroe, conforme fui creciendo tal vez injustamente pues empiezas a juzgar los errores bueno yo empecé juzgar los errores de mi papá, e inclusive tal vez yo creo que si me llegaron afectar un poco los errores de mi papá.

Celso:

E- Yo siempre he estado con mi hermano, jugábamos juntos, veíamos la tele juntos, comíamos juntos echábamos desmadre juntos y ya entonces recuerdo que mi mamá se tuvo que ir a trabajar nos dejaban solos y mi mamá y mi tía Mari era la que nos cuidaba pero en realidad solo iba y nos daba de comer.

E- Esa fue mi condición de pequeño y mi condición familiar pues que siempre ha habido alcohol, siempre ha habido drogas y siempre ha habido otras mujeres, entonces, eso en la relación de mi mamá y de mi papá.

Vicky:

E- Tengo dos hijos, uno de veinte y uno de doce, me espere un buen tiempo para tenerlos porque mi proyecto era otro. De hecho la relación con mis padres es muy buena, con mis hermanos es muy buena , y la verdad es que dentro del núcleo familiar nos han enseñado que mientras mas lo platicues mejor se resuelven las cosas. Siempre fui mas apegada a mi papá de niñez a adolescente y después de que fui mamá entonces se inclina hacia mi mamá.

Alberto:

E- Tengo dos hermanas mayores, yo soy el mas chico, y la relación con mi padre es cordial, pero nunca tuve mucho trato con el, cuando nos vemos es buena. Mi madre es todo para mi, con ella siempre me he llevado bien y muchas cosas las hago por ella, como que me motiva.

Isabela:

P- ¿que lugar es el que ocupas en cuanto hermanos?

E- soy la hermana mayor.

P- ¿Cómo fue tu infancia?

E- Mi mamá trabajaba de las seis de la mañana a las seis de la tarde, llegaba y hacia sus cosas y todo eso, y mi abuelita nos cuidaba, nos llevaba a la escuela y fue la que mas nos educo mi abuelita. mi papá salía a trabajar fueras y por un mes, dos meses y no llegaba y creo que nada mas. solamente tengo una hermana menor y nuestra relación pues nunca nos hemos llevado bien.

Miss:

P- ¿Y como era la relación con ellos buena, mala?

E- cuando yo nací estaban en un momento, mi papá como de crecimiento económico entonces como que no pelaba mucho la familia. él estaba más enfocado en hacer dinero que en la familia. mi mamá era la que querían todos los hijos no, entonces éramos ocho, y nos cuidaba a veces pero como se la pasaba lavando y haciendo de comer y todo ese rollo pues tampoco, y entonces los hermanos mayores, pues había mucho abuso sexual.

Arturo:

P- ¿De qué manera te corregían cuando hacías algo?

E- Bueno mi mamá pues era muy, como que nos toleraba y nos pasaba las cosas, pero mi papá si era muy, muy explosivo, llegaba a los golpes.

P- ¿Convivías mas con ellos o con tus hermanos?

E- Más convivía con mi mamá y mis hermanos, mi papá llegaba tarde trabajar.

P- ¿Y la relación con tus hermanos como era?

E- No pues era buena lo normal no, discusiones peleas de hermanos.

Pingo:

P- Oye y en el aspecto de las relaciones emocionales ¿cómo es la relación con tus padres?

E- Con mi mamá muy buena, con mi papá nula, no tengo contacto con él.

P- Si tienes hermanos ¿qué lugar ocupas entre ellos y como es la relación?

E- Tengo uno y soy mas grande y me llevo muy bien.

P- ¿sientes que hay algún resentimiento o enojo con tu familia?

E- No, para nada, estoy muy agradecido con todos a lo largo de mis 27 años.

Marisela:

P- ¿quiénes integran tu familia?

E- Mi familia consta de mi mamá, dos hermanos, mi hija, mi esposo, tres perros y una hermana que aunque no la veo pues es mi familia.

P- ¿Qué lugar ocupas entre tus hermanos?

E- El primero.

P- ¿Y las relaciones en tu familia como las haz construido?

E- Con mi papá fue a base de conveniencia, resentimiento y conveniencia, resentimiento porque el se fue de la casa y aunque no era así como que eso a mi me matara, siempre queda ese gusanito de te valí y me dejaste.

Con mi mamá se construyó a base de desconfianza de parte de las dos porque ella con sus broncas tanto económicas como emocionales y yo que si soy muy rebelde, entonces el ser rebelde me llevaba a tener problemas que yo no le comentaba a mi mamá.

Las familias de cada uno de los entrevistados muestran los diversos factores que pueden influir en la construcción bio-psico-social de cada persona. El caso de Celso, donde comenta que creció viendo a otras mujeres con su papá, puede ser un factor que desencadenara infidelidad en Celso, al verlo como algo "normal". De

igual forma, el hecho de que en casos como el de Ángel, Alberto y Arturo, donde expresan que su madre es una mujer única y que es todo para ellos, indica que entonces ninguna otra mujer va a llegar a ser tan buena como su madre, por eso por mas que busquen a una mujer, ninguna llenará las expectativas totales y buscarán en mas de una mujer llenar ese vacío.

Otro aspecto importante a considerar es sobre como conciben el respeto los entrevistados, ya que la mayoría no sabía como responder a esa pregunta, o respondían cosas como el ejemplo de Pingo: “Para mi es aceptar la ideología de cada persona sin ofender o molestar los hábitos”. En el caso de Vicky, ella menciona: “¡Ay! es muy difícil, que es el respeto, tratar de, No hacer daño, tratar de, este no sé es que yo soy muy irrespetuosa entonces no se, sólo tratar de no hacer daño”.

La mayoría de las respuestas de los entrevistados son difusas, e incluso los participantes llegaron a presentar dificultad para responder, con lo que se muestra que al no tener claro que significa el respeto hacia uno mismo, resultará difícil que exista respeto hacia los demás, con lo que se abre la puerta para dar inicio a la infidelidad, ya que como se menciona anteriormente, la persona al estar fragmentada en todos los aspectos humanos que la conforman y no ser fieles con ellos mismos, ni respetar su aspecto corporal, espiritual y emocional, difícilmente podrán extrapolarlo hacia otra persona.

Vivienda.

Se entiende por vivienda el lugar donde se establece un grupo determinado para coexistir con el ambiente circundante, así como una protección ante las inclemencias climáticas. Actualmente se considera un derecho humano básico el tener una vivienda. Es importante señalar que la ubicación geográfica, temporal, y espacial de una vivienda influye de manera directa con el estilo de vida de las personas que en ella habitan, su manera de relacionarse con el ambiente, y la

forma en que desarrollarán padecimientos a lo largo de su vida, de tal forma que una persona que vive en las costas, en un clima cálido y con poca urbanización, tendrá una interacción completamente distinta a una persona que vive a miles de metros sobre el nivel del mar, en un espacio urbano y con un clima alterado. Tampoco serán las mismas condiciones si comparamos una persona que vivió en Polonia durante la segunda guerra mundial, con las de una persona que vive ahí actualmente. Aún cuando el área geográfica sea la misma, los hechos históricos y temporales marcarán una diferencia en el estilo de vida de esas personas.

Ángel:

Casa propia, de concreto, con todos los servicios básicos, luz, agua, etcétera. En Cuajimalpa al poniente de la ciudad.

Fermín:

Un departamento de dos pisos con todos los servicios, al norte de la ciudad en Gustavo A. Madero, desde hace 2 años aproximadamente. Anteriormente departamento al poniente de la ciudad, en Álvaro Obregón.

Celso:

Vivía en cuartos pequeños, en una casa donde vive toda la familia. Con todos los servicios básicos en el Estado de México.

Vicky:

Tengo un departamento propio con tres recámaras, en una unidad habitacional con todos los servicios, vivo con mis hijos en la delegación Miguel Hidalgo.

Alberto:

Vivo en departamento, de concreto, en área urbana, al poniente de la ciudad, tiene todos los servicios, es una unidad habitacional, entonces ps hay mucha convivencia con vecinos.

Isabela:

De niña vivía en Iztapalapa con mis tíos, en casa de concreto y todo. Ahora vivo en Álvaro Obregón con mi mamá y mi hija, igual en casa de concreto con todos los servicios, no se si conoces Santa Lucia, hay como un baldío, hay puros terrenos baldíos.

Miss:

Era una casa grande, de los materiales y todo era una casa normal de dos pisos, de planta baja un piso, abajo la cocina del comedor, la sala, una recámara o sea, y arriba eran todas las recámaras, en donde nosotros dormíamos, pero no había privacidad, eso era lo que no me gustaba.

Arturo:

Es en calzada de las lomas y canal nacional.

¿Es casa propia?

Es casa propia si. Si delegación Coyoacán.

Pingo:

Vivo en el poniente de la ciudad de México, en casa propia de dos pisos ahí he vivido muchos años.

Marisela:

Vivo en el norte de la ciudad, es una comunidad urbana completamente con todos sus servicios.

Podemos observar en nuestros entrevistados, que todos viven en la Ciudad de México, a excepción de Celso, quien vive en el Estado de México. Sabemos entonces que la relación con su medio ambiente en términos de calidad de aire, entorno urbano, y alimentación, es similar en todos los casos. Sin embargo, se presentan diferencias en cuanto a la zona de la ciudad y el estilo de la vivienda, caso como el de Alberto, Vicky y Manuel donde viven en departamentos se relacionan con un menor espacio para la privacidad y el respeto, y como mencionamos anteriormente, cuando no se construye el respeto en el interior, tampoco en el exterior.

Alimentación.

Es junto con el oxígeno del aire, la base fundamental para que los organismos vivos obtengan energía y que los nutrientes de los alimentos sean asimilados por el cuerpo para un correcto equilibrio. La alimentación es uno de los procesos más importantes del cuerpo, y los humanos no podemos prescindir de él por lapsos largos de tiempo sin que comiencen a presentarse fallas en distintos órganos del

cuerpo por la falta de comida, ya que la comida esta directamente proporcionada con la supervivencia.

En siglos anteriores, la alimentación que se acostumbraba era mas equilibrada en términos de salud, además de que se consumía una mayor cantidad de vegetales y granos, para un funcionamiento adecuado de los órganos vitales, las frutas, ricas en azúcar se consumían para obtener energía, pero se equilibraba su consumo al no ser excesivamente frecuente; de igual forma la carne era un medio para obtener proteínas sin llegar al consumo desmedido.

A comienzos del siglo XX y hasta nuestros días, la alimentación en el mundo ha sufrido un giro, y se piensa mas en ¿qué se puede comer para satisfacer el apetito y el deseo de algún antojo?, y olvidamos preguntar ¿qué es lo que me hace falta comer? Si a esto aunamos que la comida al ser una necesidad primordial se ha vuelto una industria donde lo que impera es satisfacer la demanda al menor costo, tenemos que la calidad de los alimentos es ínfima, rica en grasas, y con un elevado índice de azúcares, podemos entender el aumento significativo en ciertas enfermedades, la falla en órganos a causa de sustancias agresivas al cuerpo, el tipo de emoción que se desbordo y el papel que juega la comida en esto.

Dentro de las comidas mas frecuentes de los entrevistados encontramos las siguientes:

Ángel:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- Chayote, calabaza, y dulces de manera escasa, el sabor que mas recuerdo es el del chayote, y actualmente carne, fruta y verdura.

Fermín:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- Azúcar, 100% azúcar, limón con azúcar, cajeta, hot cakes, cereal, pizza, hot dogs, y rechazaba las verduras por ser insípidas. Actualmente un poco menos de azúcar.

Celso:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- En mi infancia las hojaldras de pollo con mole eran mis favoritas, actualmente el mole sigue siendo.

Vicky:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

Tuve una alimentación sana, pero el pan dulce me gustaba mucho y actualmente también.

Alberto:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- Leche, carne, cereal, pollo, me gustaba la pizza, el jamón y ahora me gustan mas las enchiladas y el pan dulce.

Isabela:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- A chicharrón con salsa de chile verde porque mi mamá lo hace y yo no hago comida porque ahorita estoy viviendo en la casa de mis papás y no hago comida.

Miss:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- esto, ensaladas, comida es que se pueden digerir rápido coma pollo pescado, ensaladas cosas muy ligeras no puedo digerir algo así tan rápido.

Arturo:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- ps lo normal, sopas, guisados, las comidas normales.

¿Recuerdas cuál era tu comida favorita en ese tiempo?

E- Cuando llegaban los días martes que descansaba mi papá, en los sábados eran mixiotes, carnitas o barbacoa, nos consentían.

ósea ¿cosas que no le hagan daño?

E- si, no ps sábado y domingo alcohol, carne ya sabes, ósea hamburguesas, papas, todas esas, todo eso de comida enchiladas, tacos, cerveza, viernes, sábado y domingo típico que tome cerveza.

Pingo:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- mi alimentación era buena, pero siempre me gustó la comida chatarra.

¿Actualmente cual es tu comida favorita?

E- Mi comida favorita por siempre serán los chiles rellenos ahogados.

Marisela:

¿Qué tipo de alimentos consumes con mayor frecuencia?

E- Cuando era niña era yo muy payasita para comer, porque mi mamá así nos hizo, entonces así como que muy delicaditos para comer, pero me gustaba la sopa de fideo, yo creo que de siempre me han gustado las milanesas, el aguacate, el jugo de naranja. Actualmente yo creo que sigue siendo la misma a reserva de que ps con la edad este te haces como mas fodongo por decirlo así, ya no estas bajo la supervisión de tu mamá y digamos que dentro de mis comidas favoritas también están la barbacoa, el pozole, las carnitas y todo lo que me hace daño.

Las comidas favoritas de los participantes son aparentemente muy variadas, destacan las carnitas, el pozole, chiles rellenos, hot dogs, hamburguesas, pizza, cerveza, enchiladas, sopas, mixiotes, chicharrón en salsa verde, pan dulce, cajeta, milanesas y mole. Podemos observar que la mayoría de los alimentos tienen un exceso de grasa y de condimentos irritantes, lo cual repercutirá en su digestión a nivel corporal, y a su vez esto afectara el nivel emocional.

Tipos de sabor.

La diversidad en los sabores esta asociada al tipo de alimento que se consuma, así como a la región donde se encuentre una persona y la época del año. Sin embargo, como hemos mencionado anteriormente, los factores sociales, culturales, temporales, así como el cambio en los estilos de vida, resultan en una mayor dificultad para que los sabores se modifiquen en determinada época del año, produciendo un desequilibrio.

Tomando como base la teoría de los cinco elementos, es importante recordar que los sabores son un elemento que está en relación con los órganos del cuerpo, la naturaleza y las emociones, entre otras cosas. Es por eso que algún desequilibrio en estos ámbitos influirá en los demás aspectos.

Al respecto, nuestros entrevistados mencionaron:

Ángel:

¿Para ti que representa el sabor amargo?

E- está principalmente asociado a la derrota, a no realizar las cosas bien, al desenlace de un mal proceso. No me gusta ni siquiera para el café.

¿El sabor dulce?

E- Para mi no es mas que el sabor de la victoria, no hay mejor manera de asociarlo, para mi como persona es un sabor que disfruto mucho.

¿El picante?

E- El picante y el dulce están entre mis favoritos. Todas las comidas desde que tengo memoria han estado acompañadas de este sabor. Para mi está asociado con el atrevimiento, con experimentar nuevas cosas y retos.

¿El ácido?

E- Para mi es un sabor complementario, que en ocasiones, es necesario para equilibrar sobre todo el picante.

¿El salado?

E- Es un sabor muy desagradable, del cual no tengo muchos recuerdos, por lo cual jamás ha formado parte de mi dieta.

Fermín:

¿Para ti que representa el sabor amargo?

E- Pues es que depende porque por ejemplo hay sabores amargos que no me desagradan tanto, a mi tal vez lo que me molesta un poco son las, las cosas insípidas.

¿El dulce?

E- No, el dulce si es como mi veneno o sea si me gusta mucho tal vez ya no puedo tolerar tanto como antes, no se a qué se deba.

¿El picante?

E- No, el sabor picante si no me gusta, la sensación esa qué sientes como que te pica la boca que no se, es una sensación extraña que a la mayoría le gusta pero a mí, a mi me desagrada, a mi no, no me gusta no la tolero.

¿El agrio?

E- El sabor agrio pues eso depende, volvemos a lo mismo ósea no sé, sabores como limón, cítricos o cosas así son agrios, pero son como agridulces o sea a final de cuentas si son buenos, agrio, agrio pues si tal vez a lo mejor no gustan tanto no ósea si son como desagradables.

¿El salado?

E- Lo tolero mas, me gustan los cacahuates, quesos, pastas.

Celso:

¿Para ti que representa el sabor amargo?

E- No me produce nada.

¿El dulce?

E- No soy de dulce, no me produce nada, casi no lo como.

¿El picante?

E- El mole me da una sensación de placer.

¿Lo ácido?

E- Ese si me gusta también.

¿Lo salado?

E- No me produce nada.

Vicky:

¿A ti que te produce el sabor amargo?

E- No me gusta, pero si se da la oportunidad lo pruebo.

¿El dulce que te produce?

E- el dulce es este el premio, probablemente yo no se, lo relaciono con premio, Si comiste bien te toca dulce postre ¿no?, entonces la comida dulce para mi es el premio y la salada es a fuerzas.

¿El picante?

E- No lo acostumbro, igual y de antojo digo a bueno poquito no, pero no acostumbro el picante no es un alimento que esté dentro de mi dieta.

¿El sabor agrio?

E- Me gusta la comida agridulce entonces tiene que ir combinado, para mí si te digo tiene que haber una balanza tienen que estar dos cosas para verlo bueno y lo malo, por eso te digo es mi lado bueno y mi lado malo como que debe estar un equilibrio, de hecho las ensaladas me gusta con fruta, Combino lo que no me gusta que es lo nutritivo lo salado, con lo dulce que es el premio y lo hago agridulce entonces trato de combinar, de complementar, mi visión es complementar.

¿El salado?

E- Obligación. Es como que a fuerzas tienes que comer salado y entonces es como que obligado, es algo obligado el alimento obligado.

Alberto:

¿Qué te produce el sabor amargo?

E- Me da igual, ósea tomo café sin azúcar y me gusta pero me da igual lo amargo.

¿El dulce?

E- No me gustan los dulces así caramelos y mucho dulce me empalaga, pero como pan dulce y mi bebida favorita es la coca, aunque no los como diario pero si me gustan.

¿El picante?

E- Es mi placer, todos los días como picante. Mi favorito.

¿El ácido?

E- Desagradable.

¿Y lo salado?

E- Feo, casi no como sal.

Isabela:

¿Qué representa el sabor amargo para ti?

E- ya me hice adicta, antes no, pero ahora si.

¿Lo dulce?

E- Me gusta pero no tanto?

¿El picante?

E- Casi no me acostumbraron.

¿El ácido?

E- Es mi favorito, todo el tiempo como limón.

¿El sabor salado?

E- Si me gustan las cosas saladas.

Miss:

¿Qué representa el sabor amargo para ti?

E- no, le tengo que poner un poquito de azúcar, poquito porque ya tampoco por ejemplo ya no tomo ese tipo de azúcar, ya así muy ligero, nada más para que le dé sabor.

¿El dulce?

E- Fíjate que me quitaron los chocolates porque también el chocolate no, y dije ¿podré?, o sea apenas ya tiene como más de un año que lo dejé de comer y ahorita que lo tomo no manches me duele la cabeza horrible.

¿El picante?

E- me duele, me duele el estómago, no me gusta, antes si me gustaba muchísimo, ahorita se me sube la presión o sea mal, me pongo mal con el picante.

¿Lo ácido?

E- casi no tomo cosas ácidas por lo mismo, pero antes si es era de mis favoritas, picante, limón, ácido.

¿El Salado?

E- Me escaldra la lengua, de hecho apenas me ofrecieron unos esquites, y se veían buenos yo dije ay si quiero. cuando los probé no manches estaban súper picosos y ella se los comió feliz. yo dije ¿si te lo estás comiendo súper feliz? porque a mi no, y los probé salados y súper picosos.

Arturo:

¿Qué representa el sabor amargo para ti?

E- Me gusta muy poco me gusta poco lo amargo.

¿El dulce?

E- Si, si me gusta pero combinado no, o sea o dulce o salado.

¿Lo picante?

E- Ese si me encanta, si, mi mamá hace mucho el sazón así de muy picoso, demasiado a veces.

¿Lo ácido?

E- también es agradable.

¿Lo salado?

E- Me gustan mucho, si lo salado lo dulce casi no, bueno combinarlo dulce con salado no es lo mío.

Pingo:

¿Qué representa el sabor amargo para ti?

E- No me gustan, jamás he sentido que sea bueno para mi, no le encuentro sentido.

¿El dulce?

E- Casi no me gustan las cosas dulces, solo la coca y los chocolates.

¿Lo picante?

E- Amo el picante, no puedo comer si no hay salsa o chiles en la mesa.

¿Lo ácido?

E- Depende, como el limón y los cítricos me gustan.

¿Lo salado?

E- El sabor salado me gusta, le pongo mas sal de lo normal, aunque no lo haya probado ya le estoy poniendo sal.

Marisela:

¿Qué representa el sabor amargo para ti?

E- ¡Híjole! Depende de que tipo de amargo, porque por ejemplo el chocolate me fascina, me encanta, hay un té que me tomo por lo del ácido úrico que la primera vez que me lo tome me supo feo, pero a ultimas fechas creo que los disfruto.

¿El dulce?

E-Antes si tenía yo mucho la necesidad de comer dulce, de un tiempo hacia acá ya no, ósea si me gusta pero tampoco es que lo necesite, difícilmente consumo caramelos. Incluso el agua de sabor no le pongo azúcar.

¿Lo picante?

E-Antes no me gustaba el picante, y ahora si me gusta, incluso si mi comida si no tiene un poquito de picante como que pierde el chiste, pero me da miedo el

picante, ósea puedo comerlo pero me da miedo, si estoy comiendo unos tacos y el taquero pone la salsa ps me los como, pero si yo se la tengo que poner soy muy mesurada.

¿Lo ácido?

E-Si la combinación es agridulce me agrada, si no, no pero no me genera ni placer ni disgusto, simplemente si hay que consumirlo ps lo consumo.

¿Lo salado?

E- ¡Ay! El sabor salado, yo siempre tengo ganas de algo salado, ósea por ejemplo para desayunar tengo que comerme algo consistente, pesado, salado.

Con excepción de algunos casos como el de Isabela, Vicky o Edgar, todos presentan una inclinación hacia comidas picantes y hacia comidas dulces, lo cual nos indica que hay una relación tanto con la melancolía, como con la ansiedad. Podemos apreciar entonces un estado de melancolía en las personas infieles entrevistadas, además de un proceso de ansiedad, ambos relacionados con un vacío, dicho vacío produce ansiedad por ser cubierto y al no encontrar la satisfacción de ese deseo, la melancolía se desborda, por tal motivo y al no realizar un adecuado trabajo con su cuerpo y emociones, estas personas continúan en este círculo donde el vacío no se llena y la emoción se potencializa, buscan llenarlo con otra persona pero no se consigue la satisfacción buscada.

Enfermedades.

Hablando en términos de contrarios, se entendería a la enfermedad como lo contrario a la salud, ya que para saber que uno esta sano, hay que conocerse

enfermo. Sin embargo la enfermedad es un proceso por el cual se ve mermada la salud, ya sea de forma temporal, o de forma crónica. Las enfermedades pueden presentarse en cualquier parte del cuerpo y también a nivel emocional, y las causas son tan diversas, y varían de una persona a otra, así que resulta difícil tratar el mismo padecimiento para todas las personas por igual. Generalmente se clasifican las enfermedades de acuerdo a lo que las produce o se cree que las produce, así tenemos enfermedades respiratorias, relacionadas con factores climáticos y de virus que viajan por el aire, venéreas, que son transmitidas por contacto sexual, enfermedades por bacterias, que atacan el cuerpo y producen síntomas medianamente conocidos, y enfermedades psicológicas, que se relacionan con la salud mental y aspecto emocional de una persona.

Esta fragmentación de las enfermedades, tiene una visión positivista y no permite entender las causas completas de la enfermedad, ni la relación de microcosmos y macrocosmos conocida mas en civilizaciones orientales. Como hemos mencionado, en la Teoría de los cinco elementos, se entiende a la enfermedad como una señal del cuerpo para indicar que algo esta en desequilibrio, ya sea a nivel emocional, espiritual o corporal, así como las relaciones entre el macrocosmos y el microcosmos.

Esto es lo que los entrevistados mencionaron acerca de sus enfermedades.

Ángel:

“Tuve hepatitis en la infancia, no se cual pero no fue nada transmitido por vía sexual. Gripa y tos poco frecuentes y enfermedades gastrointestinales”

“Solo confío en la medicina científica, si esta comprobado científicamente me lo tomo”.

Fermín:

“Estomacales, vomito, diarrea cuando algo me hizo daño. Gripa y tos en épocas de frío”.

“Tomo té y voy al hospital”

Celso:

“Se me entierran las uñas de los pies, tenía enfermedades de la garganta y como que se me tapa la nariz, me dijeron que podía ser rinitis”.

“Uso terapias alternativas”

Vicky:

“En general sana, pero en mi adolescencia con problemas respiratorios, Tenía como tos crónica, que se canalizó como asma, después disminuyo”.

“Solo medicina alópata”.

Alberto:

“Migraña en la infancia y alergias, también, tos y dolor de garganta frecuentes, actualmente ya no hay migrañas y disminuyó considerablemente las gripas y dolores de garganta, soy mas sano ahora”

“A veces medicina alópata, a veces busco alternativas”

Isabela:

“Nunca he estado en un hospital, a excepción de cuando nació mi hija, lo único que tengo es alergia a los gatos y al sol en la piel”.

Miss:

“Cuando yo nací, hay una como enfermedad de la familia que es candidiasis crónica que después se puede desarrollar o de ahí vienen, como que son nocivos para la diabetes”

“ósea porque si puedo comer esto pero por ejemplo ahorita la piel, de hecho voy ir a ver al alergólogo porque ya obvio siento que ya es como una alergia a algún, a algún químico, o sea algo de los alimentos que loco ya no sé qué comer”.

No, no, voy al médico.

bueno voy al médico antes, antes iba al médico mucho, pero con eso que tengo en vez de mejorar agravaba, entonces dejé de ir al médico ¿cuál es ese? alópata y entonces voy a medicina alternativa, donde me daban las gotitas.

Arturo:

“No, me daba mucho lo de la migraña. No pues hasta ahorita pero ya menos , ya como que las aprendí a controlar, pero antes si era muy nervioso y hasta por un examen me pegaba y me daba dolor de cabeza”.

“apenas me empezaron a decir que fuera al doctor que porque era malo eso, pero ya resulta que ya casi no me dan, ya es muy raro, ya la llevas todo mas tranquilo, como que ya sabes mas, ya puedes controlarte”.

Pingo:

“Fui un joven que estuvo mucho tiempo en hospitales, por problema en la cadera, me operaron en varias ocasiones y duraba enyesado largos periodos”.

Marisela:

“Ósea era sana, bueno nació con un soplo y se me quitó, luego cuando estaba en la secundaria como que se me bajaba mucho la presión, después se vino como el padecimiento de las rodillas, y tenía como 14 años, ósea que tengo como 26 años sufriendo de las rodillas, no se si pueda ser como algo crónico, tengo dos diagnósticos, me dijeron que era ácido úrico no se”.

He probado la medicina alópata y alternativa, mis expectativas han sido muy altas de las dos, pero los resultados no son lo que yo esperaba.

En las respuestas de los entrevistados, se aprecia que como eje las enfermedades relacionadas con el sistema respiratorio, gripas, tos, asma, rinitis, alergias, y dolores de garganta. En el caso de Isabela, ella menciona tener una alergia en la piel, y si profundizamos en la relación de los órganos y las emociones, la piel está relacionada con el pulmón, así que al igual que la mayoría de los entrevistados, tiene una relación con la melancolía, por lo que nuevamente se puede observar que estas personas tienen una tristeza que buscan llenar fuera de ellos, cometiendo infidelidad al no encontrar una satisfacción a ese vacío.

Emociones.

Definir una emoción es algo muy extenso si se quiere abarcar todo lo que implica. Algunos autores toman como base la necesidad de supervivencia a lo largo de la evolución humana y el instinto ante situaciones extremas que se fueron moldeando para formar emociones adecuadas en la interacción con el mundo, así como para preservar al humano como especie. Sabemos que las emociones no pueden estar lejos del cuerpo y viceversa, lo que significa que un cuerpo en equilibrio tendrá emociones en equilibrio.

En el mundo actual, la importancia de las emociones se ha dejado a un lado para dar paso a la razón, se nos educa desde edades tempranas para tratar de entender todo el funcionamiento del mundo por medio de la lógica y del intelecto, y el peso del pensamiento es fundamental si se quiere ser valorado como alguien “inteligente”. Esto sin duda deja a las emociones fuera de todo contexto, e inclusive en las familias se promueve que las emociones se repriman para no verse débil ante los demás, o bien para no remover cosas que aparentemente quedaron en el pasado. Socialmente la única emoción permitida y anhelada es la de la alegría, por tal razón una persona que mencione estar alegre será vista como algo bueno, aun cuando esa emoción no sea genuina.

Al respecto los entrevistados señalan:

Ángel:

¿Cuáles son las emociones que mas experimentas?

“Paz cuando estoy con mi familia y seguridad, en general soy alegre y me da ansiedad, como estrés cuando estoy en el trabajo”.

Fermín:

“En mi infancia era muy alegre, pero como berrinchudo siempre, después me hice muy enojón, actualmente exploto con todo. Soy risueño y hasta simple pero tengo carácter fuerte y exploto. Ansiedad a veces”

Celso:

“Me di cuenta de que construyo relaciones de abuso, ansiedad tengo, o tenía mucha ansiedad y también melancolía”.

Vicky:

“En mi adolescencia no me sentía confiada y tenían muchas parejas”.

“Siento culpa todo el tiempo”.

“Soy muy hormonal, un día puedo ser toda linda y al día siguiente tanta miel me empalaga”.

Alberto:

“Siempre he estado en el extremo, o muy feliz o muy triste”.

“Casi no me enojo, pero cuando lo hago me pierdo”.

“Muchas veces al día tengo ansiedad pero la canalizo en el gimnasio”.

Isabela:

“A veces ando como triste, y luego me da como ansiedad por hacer cosas”

“Soy como alegre”.

“Casi no me enojo pero cuando lo hago, lo hago muy fuerte”.

Miss:

“Cuando alguien me quiere controlar me empiezo a sentir estresada, triste”

Arturo:

“Son situaciones, bueno hay una situación entre mi mamá y mi papá que, que pues me pega poco, o sea que digas uff no pero si un como que algo guardadito

ahí, a lo mejor que yo quisiera ver por parte de mi papá no, pero pues es decisiones de ellos no ps te queda como un mal sabor de boca”.

Pingo:

“La alegría, así sin mas”.

Marisela:

“Pues me siento molesta con mi marido, me da un poco de tristeza no haber logrado lo que he querido, pero tengo buena relación con la gente”

Dentro de las respuestas de los participantes, podemos ver diferencias notables, además de que en su mayoría mencionaron mas de una emoción como la dominante en sus vidas. Fermín por ejemplo menciona ser una persona con enojo, pero también con ansiedad, así como Marisela, quien mencionó estar molesta con su marido, lo cual podría darnos un indicio de una mala relación y uno de los factores que desencadenaron la infidelidad en su caso, es decir a manera de resentimiento. Pingo, Isabela, Alberto, Fermín y Ángel, expresaron sentirse alegres, lo que bien podría ser cierto, o bien sería una manera de encubrir otras emociones, ya que como dijimos anteriormente, la alegría es una emoción permitida socialmente, por lo cual responder con alegría, será bien visto. Alberto, Miss y Celso, expresaron sentirse melancólicos, con lo que confirman el proceso de melancolía que hay en la infidelidad. Sin embargo una emoción que se expresó en varios de los casos, fue la de la ansiedad, de la cual también se habló y asoció anteriormente como parte del proceso de la infidelidad, ya sea como una forma para controlarla, o para desbordarla.

Cuerpo.

En esta categoría se habla del concepto que la persona tiene sobre su cuerpo, de lo que representa para él en su vida diaria, así como en la infidelidad. El cuerpo es visualizado en la actualidad como bueno o malo de acuerdo a una cuestión estética, estos parámetros están basados en las tendencias de moda, y no tanto en las bases de la salud, así tenemos cuerpos que día con día se conciben mas bellos en tanto sean mas delgados, llegando incluso a desarrollar enfermedades a causa de la extrema delgadez, enfocándose a comer un determinado tipo de alimento. Esto sin duda tendrá afectaciones en el cuerpo al no conseguir el equilibrio exacto que necesita para que funciones correctamente.

Actualmente, el conocimiento que se tiene del cuerpo recae erróneamente en los médicos, que si bien dedican su conocimiento a estudiarlo y mantenerlo en estado de salud, socialmente se les da todo el peso de conocer el cuerpo, y dejan de lado el conocimiento que la persona en si tiene sobre su propio cuerpo. Además se ve al cuerpo como pequeñas partes independientes, es decir se fragmenta al cuerpo en órganos, tejidos y sistemas que, si bien facilitan el estudio del cuerpo, también rompen la relación que existe como un todo no solo del cuerpo completo, sino de lo que hay fuera del mismo. Por esta razón se cree que una enfermedad que se manifiesta en los intestinos, no tiene nada que ver con la cabeza, y esa lógica es la que las personas reciben y por ende dejan de entender la relación corporal.

En la categoría del cuerpo, los participantes expresaron lo siguiente:

Ángel:

¿Cómo concibes tu cuerpo, que concepto tienes del cuerpo?

“Es una herramienta de trabajo y funciona para conseguir mujeres, y si las mujeres no tienen en su casa ese vacío, ya sea del físico o emocional ps lo van a buscar afuera”.

“Me considero saludable y con personalidad”.

“Para mi todas las mujeres son bellas”.

Fermín:

“Es un método para moverme, importante para mi salud”.

“Para mi, mi cuerpo no fue importante para atraer mujeres. La belleza está en que a ti te guste la persona”.

“No cuido mi cuerpo como tal”.

Celso:

“Antes pensaba que la cabeza manejaba al cuerpo y todo lo que se piensa debe llevarse a cabo. Hoy se que es mas que eso, es un espacio para las emociones”.

Vicky:

“Cuido mi cuerpo por cuestión mía, de salud, en la adolescencia quizá por ser mas popular, pero ahora porque me gusta”.

Alberto:

“Es lo único que tengo realmente mío y no lo cuido como debe ser. Creo que influye para tener pareja porque nadie dice cuando ve a lo lejos a una chava, -¡ah! Mira se ve que tiene mucha responsabilidad y valores-. Yo me fijo en un cuerpo bonito de las mujeres, pero mi cuerpo me asusta que por no cuidarlo bien me enferme feo”.

Isabela:

“No me gusta ahora mi cuerpo porque subí un buen de peso”.

“si te ayuda a ser infiel, para gustarle a otro”.

Miss:

“Para mi mi cuerpo es algo que también muestra o demuestra lo que hay internamente, si si o sea a mí me gusta verme delgada, me gusta verme bien, es parte de mi imagen, de mi trabajo creo que mi trabajo eso también ayudado muchísimo en muchas cosas (...) no es tanto el cuerpo ósea, si se de que estoy delgada pero creo que es mas actitud, pero es como la energía la actitud que traes entonces llamó la atención cosa que antes no hacía, por qué no estaba seguro de mi misma. entonces yo siento que trabajado mucho la parte física, como la parte mental y la parte espiritual”.

Arturo:

Antes no estaba muy a gusto con mi cuerpo por el aspecto del futbol porque yo pensaba que los mejores jugadores eran chaparritos (...) Ya después dije, ya le empecé a sacar provecho de la fuerza, cabezazos y también tiene que ver como dices, luego a lo mejor también les gusta a las chicas altos, ósea como que te vas haciendo mas seguro de ti mismo. ahora en mi trabajo como que te ves mejor, llamas mas la atención”.

Pingo:

“Tu cuerpo, tu templo, siempre pides lo que das, entonces en mi opinión lo primero es verme bien, me encanta gustar y ser gustado”.

“mi arma principal es la forma en la que hablo y me desenvuelvo. Mi esencia y que me considero muy verbo como solíamos decir hace unos años, choro le llaman ahora”.

Marisela:

“Mi cuerpo para mi es bonito, es mío, y así me gusta”.

“El amor entra primero por los ojos, luego por la boca y después por el sentimiento”

En esta categoría podemos ver nuevamente distintas respuestas sobre la concepción del cuerpo, lo cual es un indicio del concepto tan disperso que se tiene sobre el propio cuerpo, y esto a su vez es una pequeña muestra de lo que podría suceder en una escala mayor. Al no tener una idea clara del cuerpo, este, tiende a descuidarse, o a enfocarse en un cuidado hedonista en donde alguien sano cuida su cuerpo en un gimnasio y es la herramienta para comenzar a relacionarnos con otra persona que nos parezca atractiva para satisfacer el deseo. Casos como el de Ángel o Fermín en donde el cuerpo se ve como una “herramienta” para movernos son una constante en la sociedad actual, donde el cuerpo no es un espacio para cultivar la vida, sino que está a disposición de lo que “yo” necesito para satisfacer el deseo.

Otro problema que se presenta en el cuerpo se ejemplifica con el caso de Isabela o de Arturo, donde incluso ya se presenta un rechazo hacia el propio cuerpo, y es aquí donde se aprecia lo mencionado con antelación, respecto a que si hay una ruptura dentro de lo corporal, espiritual y emocional, aspectos básicos del ser humano, y no se es fiel con esos aspectos, mucho mas difícil será poder ser fiel en otros ámbitos o con otras personas.

Infidelidad.

Sobre la categoría de infidelidad, se preguntó a los participantes ¿Cuál era la concepción que tenían sobre infidelidad?, ¿cómo los hace sentir el ser infieles?, así como ¿qué los motiva a ser infieles? La intención era conocer que tanta similitud había en sus respuestas, así como sus diferencias.

La infidelidad se usa en primer término para las personas que durante el siglo XV expresaban no tener algún contacto con Dios, y que incluso lo rechazaban. Posteriormente el término se extendió a distintos ámbitos y actualmente se asocia más hacia las relaciones amorosas, donde uno de los miembros de la pareja mantiene una relación extra sin que la pareja formal se entere. En un sentido amplio, ahora también se usa el término de infidelidad en relaciones de amistad, de infidelidad hacia la empresa donde se labora, o hacia algún grupo al que se pertenezca.

Sobre la infidelidad los entrevistados respondieron:

Ángel:

“No lo hago tanto por la infidelidad, sino por el placer sexual de estar con una mujer (...) me gusta saber que puedo manipular a la otra persona, ser más inteligente que ella”.

“La infidelidad se da por insatisfacción sexual y si yo puedo ps soy infiel y en todo tipo de relaciones”.

Fermín:

“La infidelidad la veía como un juego, como un deporte extremo, la adrenalina de que no te cachen”.

“Después lo hice por coraje, porque me batearon y ps me desquite, no le daba importancia a esas relaciones, y ya me había fastidiado, buscaba mi felicidad y la encontré”.

“Fueron ocho años en una relación formal, pero durante esos años hubo muchas infidelidades”.

Celso:

“A ninguna de mis parejas les he sido fiel. He tenido muchas parejas informales y solo como cuatro formales”.

“Desde la primaria tenía de a dos novias, veía a la mujer como objeto”.

Vicky:

“Me hace sentir inteligente, me vuelvo inteligente para que todo encaje”

“Lo hago para cubrir lo que no tengo completo. Tengo una pareja formal que es así como mi lado bueno, y el otro que es como mi lado malo ya sabes, como con el que me divierto, hago otras cosas”

Alberto:

“Me fueron infiel en mi adolescencia pero aprendí. Ahora si se me presenta la oportunidad seré infiel”.

“Casada, soltera, con novio, viuda me da igual siempre que me guste”.

“Me emociona, me siento con adrenalina y es el placer de estar con una mujer que te guste”

Isabela:

“Yo le fui infiel al papá de mi hija porque le vi mensajes y así, cada quien estaba por su lado”.

Miss:

“La primera vez yo le fui infiel a él, fue cuando yo tenía como 16 años (...) lo deje en primera porque fumaba el primero no me gustaba que, o sea normalmente el olor a tabaco a mi no me gusta, nunca ha sido de mi agrado entonces el fumaba mucho. Y el otro con el que estuve siempre olía rico entonces, olía siempre rico a locioncita, aparte hacía muchísimo ejercicio, estaba siempre marcadito rico, nice, me encantaba y muy guapo estaba muy guapo y dije no bueno”.

“Yo creo que la infidelidad yo la he generado, bueno yo la he elegido cuando me siento muy sola, aunque esté con alguien yo siento que, por ejemplo con Marco aunque duramos seis años pero en esos lapsos también fui infiel. le era infiel con otros porque pues obvio no, nos veíamos muy poco, pues él vivía súper lejos. y así como que ni nos vemos y entonces después llegan otros y es lo mismo, o sea a la falta de ausencia de la persona pues entonces sucedía”.

“la infidelidad no nada mas la veo como una infidelidad de pareja, la infidelidad entra dentro de una relación la que sea, de amistad, de pareja, laboral ¿no?”.

Arturo:

“Ps como que se va dando, si no es de que uno quiera, no es de que lo tengas pensado, de que digas hoy le voy a ser infiel no, sino que es como un gusto, un gusto mutuo y ya depende si tu lo quieres hacer o no”.

“La verdad si, pero luego termino como con algo de culpa de que digo si no manches si no me han fallado, si no me han...”

“Ps pasa por no poner atención, no cuidar lo que tenemos, estamos viendo otras cosas que no, yo creo que es lo típico de los hombres, que queremos otra cosa que nos llama la atención y descuidamos lo que tenemos”.

Pingo:

“Ok las relaciones las construyo a base de mentiras, porque para coger no hay limite de mentiras. Cuando ya es mas en serio, pues van descubriendo que eres diferente y tomas mas en serio las cosas”.

“Yo jamás en la vida en ninguna de mis relaciones he podido ser fiel”.

“Me hace sentir que no estoy encadenado a nada ni a nadie, y que puedo disfrutar mi vida como mas me guste, y si lo que mas amo en la vida son las mujeres, creo que así seguiré hasta el ultimo día de mi vida, porque he descubierto que soy infiel por naturaleza, no porque lo planeé, simplemente así soy en verdad y no trato de lastimar a nadie”.

Marisela:

“Antes de casarme obviamente me fueron infiel, incluso yo también fui infiel no, en algún momento cuando iba yo en la prepa me di el gusto de tener tres novios al mismo tiempo, y si he de reconocer que fue una experiencia bien excitante porque aparte de todo dos si se conocían y no se dieron cuenta, ósea fui hábil”.

“Estando en la universidad una pareja que tuve era una relación complicada porque si bien existía el título de somos novios, pues yo sabía perfectamente que él andaba con una chica que trabajaba en un negocio que tenían sus papás y me hacía de la vista gorda”.

“Fui infiel por experimentar lo que se sentía, bueno en ese tiempo era divertido porque realmente a los dieciocho años no tienes un compromiso como real. Sin embargo ahora a los cuarenta años la infidelidad tiene una connotación muy diferente, son otro tipo de emociones, son otros porqués”.

“Para yo haber llegado a ese punto de decir *me vale gorro* primero tuvo que pasar el que yo sintiera que yo a mi esposo le valgo gorro, y si yo no te importo ps tu a mi me importas menos”.

Para los entrevistados existen causas diversas y que justifican la infidelidad como un recurso para satisfacer una necesidad ausente, para llenar un vacío, o para sentir adrenalina como lo expresan algunos. Es importante resaltar estos dos últimos puntos ya que como hemos venido mencionando a lo largo de este capítulo, dos emociones fundamentales que se desbordan en el proceso de la infidelidad, son la melancolía y la ansiedad, las cuales encajan al relacionar la melancolía con la necesidad de satisfacer un vacío en la persona, vacío que quieren llenar con el otro para sentirse completas, sin embargo no es afuera donde deben buscar. La otra relación la encontramos con la ansiedad y la necesidad de sentir adrenalina, ya que las personas al vivir constantemente en un estado de estrés y ansiedad, se adaptan, lo ven como algo cotidiano y su cuerpo

necesita cada vez niveles mas altos para experimentar la sensación, por lo que una pareja por si sola no les da la satisfacción que necesitan y creen saciar su estado desbordado de ansiedad con otra persona con la que tienen que elaborar una vida alterna, rutinas, tiempo, excusas y escenarios alternos, con la incertidumbre de que puede descubrirse por la otra persona en cualquier momento como es el caso de Fermín. Además como en el caso de Vicky y Ángel, la infidelidad también los hace sentirse mas inteligentes que la otra persona, debido al hecho de que deben elaborar constantemente situaciones que les permitan engañar a su pareja formal para no ser descubiertos. Existen también casos como el de Alberto, Marisela, Isabela o Fermín, donde expresan haber sido infieles por causas como el abandono por parte de su pareja, o porque a ellos les fueron infieles en alguna ocasión, lo que deja ver que existe enojo como causa de la infidelidad, sin embargo el trasfondo nuevamente es el vacío que existe y que sus parejas formales no "llenan", aunque los participantes expresen que hay un enojo de por medio.

CONCLUSIONES.

Los estilos de vida actuales son cada vez mas intensos, y propician que las personas vivan de forma acelerada, y acumulando estrés, principalmente en el entorno urbano, aunque poco a poco el ambiente de las provincias está siendo alcanzado por el impacto de las grandes urbes. Es por esto que la salud en el cuerpo se va viendo afectada ya que no tiene el tiempo para dedicarlo a lo corporal, se piensa solamente en cumplir con las actividades laborales, así como en satisfacer el deseo y las necesidades materiales. Inclusive las formas de cuidar el cuerpo se aceleran para poder volver lo mas pronto posible al trabajo, razón por la cual resulta mucho mas rápido tomar un medicamento comprimido que calmará un determinado dolor, que dedicarse el tiempo para el cuidar del cuerpo por medio de un té que no dañará los órganos pero requiere mas tiempo. Este estilo de vida del que hablamos, también afecta el área emocional al estar relacionada con el cuerpo, así como el área espiritual y la relación que se establece con el propio planeta. Si a esto sumamos los procesos históricos que se han gestado desde el siglo pasado, podemos entender cual es el camino que se sigue de forma general en la construcción corporal de la sociedad, así como procesos diversos que se suscitan, específicamente el de la infidelidad, es por eso que durante esta investigación, se realizó una búsqueda en diversas bibliografías sobre el tema de la infidelidad desde distintos enfoques, así como de las emociones, además se analizaron distintas categorías por medio de la historia de vida de personas que aceptaron ser infieles y compartieron su historia para la investigación.

Pudimos observar que la historia de vida de las personas resultó fundamental para entender la construcción de la infidelidad, esto es porque durante las historias de los participantes, se recabaron datos sobre su alimentación, vivienda, estilos de crianza, concepción corporal, pensamientos y emociones, entre otros factores. Cada uno de estos puntos permitió comparar las similitudes entre ciertos participantes, cuales tuvieron estilos de crianza similares así como los que no tienen nada en común, y que sin embargo, convergen todos en la infidelidad.

Encontramos que las personas construyen su infidelidad por causas diversas, o aparentemente es lo que se aprecia debido a que las causas expresadas por la propia persona suelen ser distintas. Personas que dicen ser infieles por experimentar una sensación de placer o adrenalina, hasta personas que cometen infidelidad porque sienten que no son importantes para su pareja formal. También mencionan haber tenido algún tipo de carencia durante su infancia, abarcando carencias económicas, afectivas, condición de abandono, violencia, ausencia de alguno o ambos padres o incluso abuso sexual. Es aquí donde comienzan a surgir vacíos dentro de las personas que les resultan difíciles de aceptar, mas aun de vivir con ellos, y finalmente trabajar con ellos para lograr equilibrarse nuevamente. Las personas con estos vacíos, en un intento por estabilizarse lo mas pronto posible y cubrir “aquello que falta” buscan llenarlo por cualquiera de los deseos o falsas necesidades que de acuerdo a la sociedad “hacen falta para ser feliz”, estos deseos se traducen en forma de alcohol, el cual anestesia el vacío y hace que la persona se sienta plena mientras duran sus efectos. Dinero el cual también se cree erróneamente que traerá la felicidad y hará plena a una persona en tanto esta se enfoque a conseguir la mayor cantidad de dinero posible, esta idea arraigada en la memoria de la gente es la que mas sobresale y que en épocas actuales se desarrolla en la mayoría de la población, ya que se nos educa para creer que al acumular riqueza y tener un gran poder económico, por añadidura se estará bien en todos los demás ámbitos, lo cual no necesariamente es cierto ya que generalmente se descuidan otros aspectos importantes para la vida. Y otro deseo que también se desborda para cubrir el vacío que se experimenta es el de las parejas, debido a que aunque la persona establezca una relación con una pareja comenzará a ver que no satisface del todo su vacío, quizá pueda satisfacer la parte sexual, pero la parte emocional queda pendiente, o viceversa, y nuevamente brotará ese vacío en donde si una persona no es suficiente quizá con dos si.

Debemos recordar que la forma en como se nos enseña sobre el amor, está ligada en parte al género y la concepción de lo “amoroso” para hombres y para mujeres.

Para las mujeres se enfoca el amor en términos de “lo romántico”, es decir, la sociedad fabrica una construcción del amor en torno a que una mujer se enamore de su pareja, además su pareja debe ser alguien responsable, enamorado de ella y cumplir con todos los requisitos que la propia sociedad demanda, y para ello la misma sociedad se encarga de ir moldeando como debe ser el amor para una mujer y dejando un poco de lado el aspecto sexual para la mujer. Caso contrario al del hombre, donde la carga sexual es de suma importancia para poder enamorarse de su pareja, sin embargo aquí la sociedad también juega el mismo papel donde aplaude lo socialmente aceptable y castiga lo que sale de los parámetros. En ese sentido mientras un hombre tenga a la mujer que físicamente resalta por su belleza, y que esta dispuesta a cumplir todas las fantasías sexuales del hombre, será la mujer de la cual uno puede enamorarse.

Es importante mencionar que si bien la infidelidad es una decisión que surge en la persona que la comete, existen muchos factores externos a la persona que influyen de forma directa en cuanto a la construcción de la infidelidad, aun cuando a un amplio sector de la población no le gusta creer que no son los dueños absolutos de sus decisiones, generalmente factores sociales, históricos, económicos, políticos y geográficos influyen no solo en la toma de decisiones de una persona, sino en la construcción de su vida en general.

Es por eso que podemos decir que la sociedad juega un papel determinante en la infidelidad, ya que aun cuando sigue siendo algo que se reprueba en la mayoría de los casos y es mas condenado en el caso de las mujeres, pudimos apreciar que dentro de los entrevistados, casi la mitad eran mujeres, por lo que el factor de género ya no es determinante. Sin embargo todos los entrevistados expresaron temor ante la posibilidad de que pudieran ser descubiertos, pero no por su pareja, sino por personas cercanas a ellos como familiares o vecinos, lo que confirma el peso de la sociedad para juzgar conductas como buenas o malas, sin importar la construcción que se hizo para llegar hasta ahí.

Como se mencionó desde un principio, el propósito de este trabajo es el de dar una explicación sobre como se construye una infidelidad, y comprenderlo desde el enfoque psicosomático y comprobar si existen similitudes con otras perspectivas si es que existen. Al explicar las historias de vida de los participantes, y revisar su construcción corporal tomando como base la teoría de los cinco elementos, encontramos que las personas infieles, en su mayoría construyen procesos de melancolía y de ansiedad, claro que existen casos particulares donde las emociones dominantes involucradas sean otras, sin embargo dentro de los participantes entrevistados se presentó la relación de melancolía y ansiedad. Así tenemos que las enfermedades mas recurrentes desde la infancia y en la actualidad de estas personas resultan ser las enfermedades respiratorias, es decir relacionadas con el pulmón. A su vez sabemos que el pulmón esta relacionado a la emoción de la melancolía, lo que vuelve a confirmar la construcción corporal en las personas infieles. Por otro lado pudimos observar que la ansiedad es un rasgo presente en las personas entrevistadas, si incluimos que los estilos de vida actuales, las presiones laborales y económicas desbordan esa ansiedad, podemos atribuir como un detonante mas a la compleja mezcla de factores que desencadenan esta ansiedad. Este proceso de ansiedad se ve reflejado en la sensación de adrenalina que les produce a las personas infieles el tener que elaborar todo un escenario para poder llevar una doble vida, experimentando el riesgo que esto conlleva en varios aspectos, al no tener un adecuado manejo de esta emoción el cuerpo será el primero en enviar señales de alarma, es decir, somatizará para indicar que existe un desajuste del organismo. Además del factor social que desencadena la ansiedad, si tomamos en cuenta que la mayoría de las personas actualmente consume una dieta excesivamente rica en harinas refinadas, grasas saturadas y azucares de rápida asimilación, tenemos como resultado enfermedades cada vez mas frecuentes en el sistema digestivo, la gastritis comienza a hacerse tan común, que incluso comienza a verse como un padecimiento de bajo riesgo, socialmente esta mutando su aceptación social como si se tratase de un resfriado común, sin embargo sabemos que el estomago está relacionado con la ansiedad, así como el bazo páncreas, y no es casualidad que

una de las enfermedades con mayor incidencia en la sociedad mexicana sea la diabetes.

Todo esto se puede interpretar como el camino que se ha construido en la vida de muchas personas, y que podemos interpretar a manera de mapa, para tener una idea de la formación de padecimientos, o de desequilibrios como lo es el caso de la infidelidad. Cabe mencionar que este desequilibrio se produce por la ruptura en alguno de los aspectos que conforman al ser humano, es decir, la persona que abandona su cuerpo y el trabajo con el, que no tiene claro lo que representa su cuerpo como un espacio para cultivar la vida, que únicamente piensa en la satisfacción personal y de los deseos, así como en el principio de competencia y no en el de cooperación. En el ámbito emocional, personas que no pueden reconocer la emoción que están sintiendo, que se les enseñó a reprimir emociones como la tristeza o la ira, el sentimiento de euforia, o personas que desbordan una emoción y viven por ejemplo, con enojo constante a lo largo del día, durante semanas e incluso se acostumbran a vivir enojados por años, además si la persona reprime sus emociones y se basa únicamente en la lógica y el razonamiento, es muy probable que sus emociones se vean afectadas. Y por ultimo las personas que no realizan un trabajo espiritual, lo que no necesariamente se refiere a la religión, ya que si bien la sociedad mexicana en su mayoría tiene una religión, el trabajo para su crecimiento espiritual no se ve en la misma proporción.

Todos estos factores en cualquiera de estos aspectos comenzarán por fragmentar a la persona, harán que tenga una inclinación hacia alguno de esos aspectos que la conforman, por ejemplo, si una persona da un peso mayor al aspecto del cuerpo, descuidará los otros dos, peor aun, si esta persona no tiene un conocimiento adecuado de su propio cuerpo y de lo que representa, probablemente lo encamine hacia el ego, hacia el hedonismo y entienda como sano un cuerpo ejercitado únicamente a nivel muscular, las emociones pasarán a un segundo termino donde quizá solo se permita expresar una o dos, y que decir

de la parte espiritual, donde será lo que menos peso tenga ya que “no se puede ver” y lo único importante es tener un cuerpo atractivo para la sociedad. Sin embargo eso no significa que sea lo correcto, ya que los otros dos aspectos son igual de importantes, en ese sentido podemos decir que como humano, esta fallando a si mismo, no está siendo fiel con lo que constituye a un ser humano pleno, si entendemos eso, entonces podemos decir que si una persona no es fiel consigo misma, no podrá serlo con alguien mas. La relación que tenga afuera del cuerpo con una persona, será un reflejo de lo que pasa dentro de él.

Para finalizar, podemos decir que la infidelidad, al ser un tema muy común históricamente, pero poco investigado, suele tener muchos significados, en esta investigación pudimos conocer definiciones y explicaciones donde se involucran factores genéticos, factores donde solo se considera infidelidad si existió el acto sexual de por medio, o donde se justifica para garantizar la línea de sucesión por parte del hombre. Sin embargo es importante entender a la infidelidad como el acto culminante, y resulta imprescindible saber como se formó en cada persona, que factores influyeron y cuales pueden ser indicadores del cuerpo que nos sugieran que hay detrás de todo, así como en que casos es mas probable que suceda, en ese sentido una explicación por medio del cuerpo en toda su extensión será la mejor forma de comprenderlo.

REFLEXIONES.

La decisión de realizar este trabajo, surge de la necesidad de comprender y posteriormente de explicar uno de los fenómenos socioculturales que es tan viejo como la civilización misma, y que, sin embargo, pocas veces es abordado desde una perspectiva psicológica. Parece ser un tema sensible, el cual se sabe que sucede, pero que aparentemente es mejor mantener en el anonimato para evitar suspicacias.

Esta investigación permitió conocer los puntos de vista de algunos autores que se han adentrado en el tema, y que tienen argumentos variados, en ellos encontramos premisas como la de que la infidelidad esta íntimamente ligada a la genética, o a vivir situaciones extremas, sin embargo surgió la necesidad de ir mas allá, ya que existen personas que podrían considerarse como aventureros extremos y no han sido infieles a lo largo de sus vidas. Delimitar el enfoque también era importante ya que la infidelidad no tendrá la misma connotación para un sociólogo que para un abogado, es por eso que enfocándonos en la psicología como eje, y basándonos en lo psicosomático, lo que se planteó fue mostrar como se concibe la infidelidad en la sociedad, en la ciencia, y en los investigadores el tema, posteriormente se dio una explicación desde lo psicosomático, para finalmente explicar la infidelidad a través de la historia de vida de personas que lo viven día con día.

Un punto importante y que habría de destacar es el del incremento de la testosterona en las personas y que sin duda es un potencializador para incurrir en esta conducta, hablando en términos de desequilibrio, ya que una persona con los niveles normales de testosterona en su cuerpo no debería tener esa necesidad de tener relaciones sexuales con el mayor numero de parejas posibles. Dicho incremento en esta hormona está relacionado con el consumo excesivo de carnes en los últimos años, principalmente en las grandes ciudades, y al tener este

aumento hormonal, es que salta a la vista esa necesidad de tener relaciones sexuales literalmente con quien se cruce frente a nosotros.

Es importante hacer una reflexión sobre la diferencia que significa establecer una relación de infidelidad donde únicamente se involucra el sexo y en donde se involucra lo amoroso, o como se dice “el corazón”. Sabemos que en ambos casos se está buscando afuera lo que falta o se debería buscar dentro de uno, sin embargo en la relación donde se busca la satisfacción sexual se trata de conseguir el placer, es decir el deseo de poseer a otra persona además de la pareja, y en la mayoría de estos casos no se piensa en algo a futuro, sin embargo este placer momentáneo, rápidamente se extingue y es preciso volver a buscar a otra persona, esperando llenar el vacío en esta ocasión, pero al únicamente buscar la satisfacción sexual, y no realizando un trabajo como el del Tao, esta satisfacción de placer también será momentánea, es decir de unos cuantos minutos, lo que ocasiona que a nivel emocional se extienda el vacío. En este sentido sería importante realizar una practica corporal donde se entienda el principio del placer sexual y la duración de dicha sensación se incremente mucho mas allá de unos cuantos minutos.

El otro ejemplo es cuando se involucra el corazón, es decir, supongamos que una persona comete infidelidad pero está enamorada de su pareja, en la mayoría de los casos toman el suceso de infidelidad como un punto de comparación, es decir, para establecer si aun aman a su pareja y la infidelidad solo fue algo sexual, o para darse cuenta de que ya no existe el sentimiento de amor que se tenía hacia la pareja.

En este punto valdría la pena reflexionar sobre el papel que juega la moral aquí, ya que como pudimos ver, la ausencia de moral crea hace a las personas cínicas y convirtiéndolas en personas que no tendrán un limite en el cual detenerse, razón por la cual llevan a su cuerpo y a todo su ser a la destrucción y al origen de padecimientos. Sin embargo tenemos al caso contrario, personas con una moral

llevada al extremo, y en las cuales se desarrolla una especie de esquema sistematizado, es decir, personas que la moral las hace sentir una culpa por cometer infidelidad, esta culpa de cometer algo “malo” o “pecaminoso” tendrá una consecuencia, es decir un castigo y esa será la razón por la que sufran, y al sufrir enferman, somatizan. Estas personas presentan dificultades para llevar relaciones humanas dentro de lo natural, y al enfermar y no tener un parámetro adecuado, las relaciones que construyan con los demás serán enfocadas en lo enfermizo.

Con estas afirmaciones, podemos establecer entonces que algunos de los objetivos de la infidelidad o razones para cometerla son para satisfacer el deseo creado por un vacío producto de la construcción de la persona, así como también para decidir si me quedo con mi pareja formal o si busco a otra persona, y para reafirmarse como macho o hembra, es decir, para reafirmar que aun puedo conseguir a otra u otras parejas.

De esta manera fue posible percatarnos de la diversidad de factores que constituyen la infidelidad, podemos ver que no se trata de ver quien está mas próximo a la verdad, o en términos de quien esta “bien” o “mal”, ya que todos tienen argumentos plausibles y el retomar las cosas mas importantes de cada uno nos acercará a tener una mejor comprensión y explicación del tema.

Dicho esto, el trabajo que aquí se presenta, es una aportación que sirva a otros como un complemento, para trabajos donde la infidelidad este implicada, ya que su contenido tiene relatos vivos de gente que experimento de primera mano la infidelidad, por lo que puede abrir el camino a futuras investigaciones sobre el tema, así como a revisar los cambios sociales que puedan suceder en el tiempo.

De igual forma, este trabajo puede contribuir a personas que quieran comprender el proceso de la infidelidad, y la forma en como pueden elaborar cambios personales, realizar un trabajo corporal, cultivar la parte espiritual, expresar la

parte emocional, ya sea de ellos o de familiares que atraviesen por situaciones similares.

Para finalizar, es importante señalar, que la forma en que cada persona maneja la infidelidad es decisión de la persona en si, sin embargo, la forma en la que hemos decidido trabajarla desde esta postura, es cultivando la vida en todas sus formas posibles, manteniendo el respeto hacia uno y hacia el entorno, realizando un trabajo corporal y revisando los procesos emocionales por los que atravesamos periódicamente, ayudándonos de técnicas como la meditación, la buena alimentación, el ejercicio físico y el entorno con la naturaleza. Al integrar todos estos elementos en nuestra vida cotidiana, no cabe duda que restableceremos el equilibrio con el entorno y seremos fieles a nosotros mismos como humanos.

BIBLIOGRAFÍA.

- Ariza, L. (2011) *"Infieles ¿Por qué?"* [html://www.elpais.com](http://www.elpais.com). visitado el 27/ marzo/ 2015
- Bernal, P. (2011). *"El dolor físico de la infidelidad"*. Recuperado de: www.vanguardia.com.
- Bilbeny, N. (1997) *"La revolución de la ética: hábitos y creencias en la sociedad digital"*. Barcelona- España. Editorial Anagrama.
- Cabrera, D., Kruse, F., Gomez, C. (2007). *"Un perfil de amor y sexo en números durante la adolescencia"*. Revista de enfermedades infecciosas en pediatría. 20(79), 59-65.
- Campos, J. (2011). *"EL PROBLEMA EPISTEMOLÓGICO DE LO CORPORAL. Dos propuestas explicativas del cuerpo humano"*. Edo. De México, México. Ceapac ediciones.
- Cañamares, E. (2005). *¿Por qué le es infiel?* Barcelona, España. Editorial Amat SL.
- Carmona, E., Guzmán, R. (2007) *"La Ira"*. Tesis Licenciatura, UNAM FES Iztacala.
- Denzin, N., Lincoln, Y. (2012). *Manual de investigación cualitativa vol. 1: el campo de investigación cualitativa*. Barcelona, España. Editorial Gedisa.
- Escobar, G. (2010). *"Canas al aire" la infidelidad en la relación de pareja*. México. Trillas.

- García, P., Gómez, J., Canto, J. (2001) "*Reacción de los celos ante una infidelidad: diferencias entre hombres y mujeres y características del rival*". *Psicothema*. 13 (4), 611-616.

- González, K. (2005). "*El amor: su construcción cotidiana tesis empírica*". Tesis Licenciatura, UNAM FES Iztacala.

- Hernández, C. (2012) "*equilibrio entre femenino y masculino*". *Artículo de internet*. Recuperado de: claudiahernandezcoaching.blogspot.mx.

- Hernández, Y., Pérez, V., (2007). "*Un análisis feminista de la infidelidad conyugal*". *Revista Crítica de ciencias Sociales y Jurídicas*.

- Herrera, I., Chaparro, G. (2010). "*Una Aproximación al Proceso Órgano-Emoción 2*". México. Ceapac.

- López, S. (1995). "*Historia de la psicología en México Tomo I*". México, Ceapac.

- López, S. (2012) "*FORMACIÓN DE ESTUDIANTES EN PSICOLOGÍA una propuesta metodológica*". México. UNAM-FES Iztacala.

- Luyens, M., Vansteenwegen, A. (2001). "*Intervenciones terapéuticas en parejas con affairs extramatrimoniales: un modelo de fases*". *Revista Argentina de Sexualidad Humana*, 15(1), 7-16.

- Murcia, N., Jaramillo, L. (2003). *LA COMPLEMENTARIEDAD ETNOGRÁFICA INVESTIGACION CUALITATIVA: una guía para abordar estudios sociales*. Armenia- Colombia. Editorial kinesis.

- Oteros, E. (2006) "*El ser humano y la naturaleza: historia de un divorcio*". *Ecología humana: poblaciones humanas actuales*. Recuperado de: www.somosbacteriasyvirus.com.

- Pérez, M. (2014) *La infidelidad y sus motivos: hombres y mujeres*. Recuperado de <http://www.esmas.com/mujer/sexoyamor/amor/360657.html>

- Pérez, G. (2001). *Modelos de investigación cualitativa en educación social y animación sociocultural: aplicaciones prácticas*. Madrid, España. Narcea , s. a. De ediciones.

- Pittman, F. (2003). *“Mentiras privadas” la infidelidad y la traición en la intimidad*. Buenos Aires. Argentina. (s.n)

- Runte, G. (2003). *“¿Por qué somos infieles las mujeres?”* Barcelona. España. Editorial Gedisa.

- Salazar, P. (2006) Infidelidad. Recuperado de <http://emprendeus.wordpress.com/2006/11/01/la-genetica-en-la-infidelidad-de-las-mujeres>

- Toshio, P. (2001). *“sexo zen. El arte de hacer el amor.”* D.F. México. Alamah.

- Yehya, N. (2004). *“PORNOGRAFÍA sexo mediatizado y pánico moral”* D.F., México. Plaza Janes.

- Yuetter, C. (2012). “Los castigos por adulterio en las sociedades tribales”. Recuperado de www.ehowenespanol.com.

- Zumaya, M., Brown, C., Barker, H. (2008) *“La Pareja y sus infidelidades”*. Revista de Investigación Medica Sur. 15 (3), 225-230.

ANEXOS

Anexo 1

GUIA DE ENTREVISTA, HISTORIA DE VIDA.

Ficha de identificación.

- Nacimiento:

1. A) Historia del embarazo. Incluir toda la información relativa a la concepción en la que se debe recopilar datos en relación con el tipo de alimentación de la madre, vigilancia médica (control periódico, si existió alguna enfermedad y los tratamientos administrados), tipo de servicios médicos.
- B) Situación de la madre durante el embarazo. Estuvo sola, en pareja (condiciones de vida de la madre y del padre en general hasta llegar al parto), con familiares, otros. Relaciones emocionales de los padres durante el mismo; embarazo deseado, planeado, por falla en el método anticonceptivo o impuesto.
- C) Parto. Asistido por un médico (cesárea, fórceps o normal), una partera o sola.
- D) Lactancia y cuidados posteriores. Fue amamantado por la madre o con leche de fórmula (tiempo); la edad de ablactación, tipos de alimentos.

Crianza y crecimiento: Desde el nacimiento hasta la edad actual (la idea es detectar en lo posible los principios del padecimiento).

- A) Estilo de crianza; de que manera era corregido, al cuidado de quién estuvo y con quienes convivía ya sea porque compartieran la casa o por que se frecuentaran.
- B) Alimentación que comía, con quien comía, cuantas veces al día, donde come, cuales son los alimentos que prefería y rechazaba, si considera que algunos alimentos le hacen daño (antes y ahora) .
- C) Salud, servicios médicos de que es usuario, formas en que atiende sus padecimientos, con que frecuencia asiste, enfermedades mas comunes que ha padecido y si puede identificar en que épocas, que tipo de tratamientos recibe o a recibido, los medicamentos así como su dosificación. Cuáles han sido los resultados obtenidos en la búsqueda de su salud, tratamientos alópatas, alternativos, pronóstico y expectativas.

- D) Relaciones emocionales: familiares y extrafamiliares; quienes integran su familia, que lugar ocupa en ella, actividades, rutinas, rituales, que emociones experimenta y como las expresa, con cada uno de los miembros de su familia. Relaciones con otros: Indagar al respecto de cómo construye las relaciones emocionales: si se basan en el odio, resentimiento, tristeza, miedo, angustia etc., y sus expresiones como vínculos afectivos con mamá, papá, hermanos, maestros, amigos, parejas, hijos, jefes y compañeros de trabajo.
- E) Trabajo, que necesita hacer para vivir, donde trabaja, horarios, que emociones experimenta con relación al trabajo, proyecto de vida, expectativas de la misma, relaciones emocionales laborales.
- F) Escolaridad, que nivel de estudios, escuelas en las que estuvo, como fue su desempeño, si entabla relaciones emocionales, de que tipo, con quienes y como las expresaba.
- G) Tipo de vivienda, como es la casa donde vive, de que materiales esta hecha, como es la distribución del espacio en la misma, desde cuando vive ahí, con que servicios cuenta, ubicación geográfica (si es ciudad, área conurbada, zona rural, etc., oxigenación, altura) .

Concepción de la enfermedad:

- A) Tratar de entender cómo la persona vive la enfermedad, es decir si la considera castigo divino, herencia, ya me tocó, bajó del cielo, contagio mecánico
 - Á) Crisis: tratamos de encontrar que hace cuando entra en crisis en su enfermedad, es decir si se deprime, se esconde, llora, se exhibe, se trata de suicidar, etc., entender cómo afecta la enfermedad a su familia.
- B) Concepto del cuerpo y de su cuerpo: Antes y después de la enfermedad para saber si lo vive como un recurso, mercancía, ideal, medio o una posibilidad!!!!!! Importantísimo!!!!!!!. Buscar su construcción personal respecto al genero y su ideal de belleza, lo mismo que el ejercicio de su sexualidad.
- C) Creencia Religiosa: Preguntar sobre la fe que profesa y cómo la práctica tratando de encontrar la relación con su enfermedad (castigo o bendición).

NOTA : Hacer anotaciones, observaciones y comentarios después de la entrevista.

Anexo 2

Modelo de Entrevista.

Ficha de identificación.

Nombre: Sofía.

Edad: 37 años

Familia: Dos hijos.

Nacionalidad: mexicana.

Ocupación: Asistente personal, Auxiliar administrativo.

Religión: Católica.

Estado civil: Divorciada

Cuerpo de la entrevista.

Cuéntame como fue la historia de tu nacimiento.

Ok fue un embarazo eh, me imagino que tranquilo, este, tuvo fue cesárea y pues de cuidados yo creo que los normales de que no trabaje y cierto periodo, fui a una este, los cuidados hacia mi estuve en guardería y obviamente la lactancia materna es obligatoria en esos lugares.

Entonces recibiste lactancia y fue tranquilo, eh ¿sabes si durante el embarazo tu mama estuvo acompañada de la familia o de tu papa?

Vivía sola, aunque con el apoyo de mi papá y el apoyo de la familia pues es de manera secundaria porque pues ella estaba sola, este no vivía con nadie mas que de manera independiente.

Ok, bueno eso por cuestiones del embarazo, posteriormente cuando ya estabas mas grande ¿como fueron los primeros años de vida, si hubo algún padecimiento, eras una niña enfermiza o como fue?

Bueno eh, ya cuando yo nazco mis papas ya empiezan a vivir juntos, parece ser que soy una niña sana durante la infancia siempre fui sana y lo único que te podría decir es que fue una niñez tranquila y pasiva.

¿Eras calmada?

Si, siempre fui este reservada.

¿Y en ese edad que tipo de alimentos eran los que te gustaban mas?

Este, el pan de dulce es un gran problema para mi y la alimentación normal como fui criada en una guardería todo el proceso es este toda esa etapa fue muy nutritivo y siempre fui en escuelas hasta la primaria, siempre fui en escuelas de tiempo completo, salía a las seis de la tarde y ahí en, en esas escuelas te vigilan mucho.

Pero el pan dulce siempre fue un problema. Y ¿actualmente?

Si, sigue siendo el pecado mas grande.

¿Nada mas ese o tuviste otro tipo de alimento así?

No solo el pan no lo puedo evitar .

En cuanto a la salud, ¿actualmente cuentas con algún tipo de servicio medico?

Cuento con el seguro medico del ISSSTE, el lugar donde trabajo me lo da, en la actualidad te cuidas mas en la alimentación que en la adolescencia y me considero una persona sana aunque durante la adolescencia tuve problemas respiratorios, entonces tuve como ciertas restricciones a algunos alimentos, pero es por eso y pues ya no los reflejo en este momento.

Y ¿Qué tipo de padecimientos eran?

Era tos crónica y lo estaban canalizando como asma y fue en mi periodo de secundaria, secundaria y principio de preparatoria cuando tengo mi primer embarazo son considerados de alto riesgo por los esfuerzos que haces pero después se vuelve una tos mas pasiva.

Y recibiste algún tipo de medicamento?

De los embarazos si, este en temporadas frías que es cuando recaes y son bronco-aspiradores, bronco-dilatadores, así se llaman.

¿Y cuando estabas en la etapa de secundaria también recibías medicamento?

Si, si tuve tratamiento y muchos estudios para poder, porque a veces dicen que son solo alergias, no tanto es crónico sino solo alergias.

Bueno en esto, ¿solo buscaste la medicina alópata o buscaste otro tipo de alternativas?

No nada mas la alópata.

Ok. ¿Y en las relaciones emocionales, como era la relación con tus papás, con hermanos, amigos, etc.?

Buenas todas fueron buenas con mis hermanos, tengo este una hermana mas pequeña y era buena y tengo dos medios hermanos, solo tengo relación con uno y es buena, con mis papás antes de ser adolescente era muy buena de hecho es muy buena, pero en esa etapa era un poco mas de problemas.

Bueno ¿que lugar entonces ocupas en tu familia?

Yo estoy de las ultimas, tengo tres medios hermanos mas grandes y tengo dos hermanas menores.

¿Y como podrías decir que esta basada la relación con tu familia, ya sea por alegrías, o enojoso como?

No, esta basada en alegría de hecho la relación con mis padres es muy buena, con mis hermanos es muy buena , y la verdad es que dentro del núcleo familiar nos han enseñado que mientras mas lo platicues mejor se resuelven las cosas, entonces esta basada a eso, cuando hay algún problema tratamos de resolverlo lo mas pronto y obviamente platicando.

¿Con alguno de tus papás tenias cierta inclinación?

Siempre fui mas apegada a mi papá de niñez a adolescente y después de que fui mamá entonces se inclina hacia mi mamá.

¿Y en cuanto a las relaciones con amigos como eran?

Mi género favorito son los hombres.

Te identificas mas con ellos?

Me siento en confort.

¿Como es el tipo de vivienda?

Vivo en una unidad habitacional, es un departamento planta baja, tengo tres recámaras duermo sola, tengo todos los servicios, mi vicio es el WhatsApp, Visito el face 2 veces al día (risas), es que se influye, sin fluye si tomas, no tomas si fumas, no fumas influye mucho; digo no voy a conseguir un novio santo si me voy a reventar pues si influye. Además te hace ser inteligente, bueno yo me volví inteligente yo sí tengo como que a la situación de mi lado bueno es así: Hola buenos días yo le mando mensaje, y mi lado malo es que me saluden a mi El ya sabe que llegando trabajar ya me puede llamar. Mi lado bueno me busca por la tarde cuando ya estoy más tranquilo, Es como que mira mas y tranquilo, y mi lado malo es así de “Te vas con cuidado” ósea no es así de tan dedicado, pues te digo que tratamos que la balanza para que cubra todos mis aspectos.

¿Como te sientes en tu trabajo?

Ay sufro un chorro, no tengo un espacio propio, mi jefe está ahi todo el día. No pues estoy a gusto, yo creo que como seas y cómo te sientas reflejas, Los problemas ante los demás y si tratas de ser, este, bueno no, es que no te puedo decir, hay de todo el tiempo estoy contenta porque luego me hacen enojar, pero pues tratas de ser cordial. estoy muy bien, así si mi panorama es bueno habla de mi familia, amigos, trabajo. Trato de mantener todo eso porque es lo que proyectas, entonces si estoy bien, todo a mi alrededor está bien. Si estoy del chongo con el papá de mis hijos buenos con mi pareja, pues me peleo con Josué porque ya me hizo cara, o con Javier porque ya me vio feo, entonces tratas de mantener todo bien. Además es con los que más convives, con la gente de trabajo entonces es con los que más convives y tratas de estar mejor.

Y en relaciones de pareja como estableces el tipo de relación?

Periodo adolescencia obviamente tuve muchas parejas, fui mamá muy joven entonces a partir de que fui mamá he tenido dos parejas mas y han sido mas estables este, pero, este en este momento pues estamos de sus papás de mis hijos estoy separada y me considero soltera. Tengo pareja pero me considero soltera.

A que crees tu que se deba que sean las rupturas?

Mmm bueno yo creo que es, las etapas de vida ya no te sientes con esa confianza y que conforme vas creciendo o va pasando la vida vas teniendo otras visiones, entonces ya no es lo mismo cuando tienes 17 años que cuando tienes 37, entonces tu visión es diferente. No digo que no te puedas acoplar con la pareja pero es, las separaciones se han dado por esa falta de proyectos en conjunto. Ósea como que ya no somos los mismos porque la relación con ellos es buena, ósea yo si me llevo bien con mis parejas anteriores, trato de poner limites para que no se den otras situaciones, pero si puedo tener buena relación con ellos.

Y en estas rupturas que haz tenido con parejas, antes de que se diera la ruptura definitiva, ¿hubo alguna situación en la que estuviera otra persona, una infidelidad o algo?

Este, si, y es para cubrir obviamente lo que no tienes completo, la falta de tener esos gustos en común te va distanciando de tu pareja y obviamente vas teniendo otra visión y llega alguien a cubrir estos espacios que se están dando.

Ok, ¿mas o menos cuantas veces has pasado por esta situación de infidelidad?

Como unas tres o cuatro.

Y como han sido?

Obviamente la convivencia y la estancia de tiempo es un gran factor, este mientras mas convives y mas tiempo con proyectos en común obviamente te va llevando a eso, este el tiempo influye mucho que tanto tiempo le dediques y te den, porque si te abandonan pues te dan toda la apertura para que puedas. He sido como que...como que trato de ser abierta a que nos gusten las mismas cosas pero no tiene que ser lo mismo.

Ósea cómo que buscas cierta similitud pero no importa si no es exactamente igual.

Aja, pero me gusta la verdad. A pesar de que estoy siendo infiel, me gusta como que explicar o mantener la situación real, la de “yo tengo una pareja y exponer de que no puede haber un compromiso adicional mas que el momento y el tiempo preciso” ósea nada mas tienes cierto tiempo preciso y no puedes ir mas alla de esa situación.

Ok, ¿y después cuando ya terminas la relación con ese tercero en discordia le dices o como aclaras esto?

Tratas de ser lo mas honesto, el de ya no estamos siendo coherentes con lo que teníamos como, como visión, ya no estas siendo coherente y entonces estas volviendo a lo mismo, se supone que estas saliendo de una relación en la que estas siendo infiel y no puedes caer en lo mismo, entonces tratas de hablarlo y ps que termine en los mejores términos a conveniencia propia porque tu situación no

es la mejor, puedes salir deschongado de alguien o con problemas con alguien exponiéndote a que arriesgues otra situación, porque si eres infiel es porque no has decidido dejarlo al cien por ciento a la otra persona.

Y esta otra persona a la que le estas siendo infiel ¿alguna vez se ha enterado o se ha dado cuenta?

Mmm no, de mi parte hacia el no, de el hacia mi si, yo si descubrí.

¿Y como fue?

Bueno pues obviamente pues es duro porque lo haces pero no esperas a que te lo hagan, y este, es un proceso difícil el de aceptación pero, siempre sobrevives a todo, le ves el lado bueno o por lo menos yo soy así, toda situación por muy mala que sea te debe dejar un aprendizaje y algo que aporte.

Bueno cuando haz tenido estas dos relaciones a la par, ¿Cómo es un día en tu vida?

Bueno pues esque por ejemplo si mi pareja formal, vamos a llamarlo así, mi pareja formal este, sabe que estoy trabajando de nueve a seis de la tarde, dentro de ese periodo trato de darme el tiempo para ocuparlo para la otra pareja y el debe se saber que esos tiempos únicamente son cuando me puede buscar o cuando podemos tener algún intercambio. Fuera de ese horario, si yo no doy la pauta no podría la verdad no podría llamarme no podría contestar, ósea yo si soy muy limitante para no dañar o arriesgar en teoría a otra persona. Eso es lo que evitas porque si no pues terminas y andas con otra persona y no seria infidelidad serian cambios muy pronto de relación no seria infidelidad, entonces el ser infiel es porque tienes a dos personas y estas engañando a una, a una porque el otro tiene que tener toda la consciencia de ja, ja de lo que estamos viviendo bueno en mi

caso si por eso te decía que la verdad y marcas tu situación y obvio cada quien decide si avanza o no en, acepta o no la situación.

¿Alguna vez ha habido alguien que cumpla o que tu digas que si cumple con lo que tu necesitas para no buscarlo en un tercero?

Si, si hay una persona que cubría como que todos los aspectos pero el tiempo ,se van haciendo costumbres y las costumbres pues van destruyendo esas ilusiones que se supone que es parte de una relación, y obviamente cuando lo dejas y ya no lo tienes, entonces quieres tener nuevamente, este yo creo que la costumbre es lo que te hace romper o fracturar algo que pudiera tener todo el panorama y que no lo sabemos manejar al cien por ciento.

Y ¿cómo te sientes cuando eres infiel?

Me siento inteligente, este pues es una situación difícil al principio y, este, al principio es difícil, creo que cuando estas nuevo en esa situación pues hay nerviosismo, el que te vayan a descubrir, el que las cosas se vayan a salir fuera de control y volvemos a lo mismo, no quieres arriesgar lo que tienes como base y el otro es como que nada mas el complemento. Al principio es como que muy difícil y conforme va pasando el tiempo y te vas acostumbrando si es la adrenalina todo el tiempo de ser descubierta, pero te vas especializando mas en decir verdades a medias.

Pero en general la sensación que sientes ¿cómo es?

Si, es de adrenalina y la experiencia nueva de que no haces las mismas cosas, no es lo mismo llegar con toda la tranquilidad y lo puedo hacer, a de no lo debo de hacer, si lo puedo hacer pero no lo debo de hacer aja, y te tienes que cuidar y cuidas mucho las situaciones, lugares y situaciones de que te vayan a descubrir, eso es yo creo que lo mas importante.

Y que pasa si algún día te descubren ¿cuál crees que sería tu reacción?

La mía, este negarlo todo, mientras no te culpe tan directo puedes inventar muchas cosas, este mmm, que haría, pues sería penoso de descubrir porque quiere decir que no hiciste algo bien o que no estas preparado para esas situaciones. Es penoso porque le harías daño sin querer, ósea se hace sin querer, no lo haces con esa consciencia a una persona que se supone que no quieres dejar pero aun así le haces el daño si. Aunque pues dependiendo de a quien estas engañando es tu reacción también implica mucho porque pues si te agrade huyes y no es cobardía, es inteligencia de salir del paso, salir bien librado. Si es una persona pasiva, pues a lo mejor pudieras platicar y tratar de arreglar las cosas, depende mucho de cómo sea la persona.

¿Alguna vez haz sentido culpa?

Todo el tiempo tienes culpa, aunque tu mismo buscas el pretexto o la manera de aliviar esa situación y de querer disculparte. Siempre buscas el tratar de justificar el porque lo estas haciendo y es echándole la culpa a los demás: “esque si el tuviera mas tiempo, si el me dedicara mas, si el me hiciera todo lo que no tengo entonces no tendría la necesidad de salir a buscar lo que no tengo”. Entonces tratas de echarle la culpa a alguien mas sin ver que pues es una pareja y la cosa es de dos.

Bueno y si tu tuvieras una pareja, ¿de que dependería que dijeras: Bueno dejo a la formal por el tercero en discordia? O no se si te ha pasado ya, que estés con alguien y llegue un tercero en discordia por el que lo dejes.

No es mi caso, creo que toda relación es un circulo vicioso y caes en lo mismo. Si mi teoría es que la costumbre es la que te hace ir a la infidelidad y cuando es innovador entonces no te aburre y no buscas, te mantiene, mantiene tu atención

tanto que quieres estar ahí, entonces cuando ya no tiene tu atención es cuando empiezas a buscar relaciones nuevas. En mi caso no ha sido, no ha sido que yo tenga otra persona quien engañó porque este es el hombre, porque mi visión es que todo termina igual. Cuando el sea el de todo el día se va a volver costumbre y voy a querer otro. Pero me ha pasado obviamente el que me fue infiel a mi pero pensó que iba a ser lo mismo con su pareja, pero no fue lo mismo y me ha intentado buscar en algunas ocasiones para regresar y yo le digo que ps no, ya no se puede.

Somos un poco egoístas, cuando tu lo haces no te duele a cuando te lo hacen no, porque no disfrutas cuando es de la otra manera, la adrenalina no es la misma cuando descubres que alguien te engañó a cuando tú estás haciendo, por tratar de ocultar las cosas es una situación un nerviosismo diferente porque una es de enojo y otra es de gusto.

¿Ósea que entonces tienes como tiempos de una pareja y después otra?

Tal vez por lo que vivido no, yo tenía una pareja de 15 años donde le fui infiel Una sola vez y descubrí que no era lo que yo quería. Pero cuando le fui infiel decidí no perdonarlo porque entonces no estamos cubriendo y no estábamos teniendo la misma visión de quizá los mismos proyectos y entonces mejor a buscar algo que cubra mis expectativas. Es como muy contradictorio es muy no, no sé qué palabra ocupar te gusta hacerle no te gusta que lo hagan, tú te puedes justificar pero no puedes darle esa parte o esa tolerancia a la otra parte si es egoísta pero es una realidad.

Yo dije yo lo hice porque no estaba en casa pero él puede decir yo lo hice porque ya no cubrió mi proyecto o mi satisfacción es como es una situación viciosa esa conveniencia.

¿Tienes actualmente dos parejas?

Si tengo dos parejas.

Uno es mi lado bueno y otras mi lado malo, por qué porque está cumpliendo tenemos como que esas dos situaciones quieres tener al que sea como más formalon, lo más propio que se pueda, te puedes presentar. y el otro que sea más como de poderte encerrar, de qué me importa nada, de que no hay nadie en esa relación más que él y yo y lo que dure no, de hecho por lo menos yo si soy de en esa relación si soy de lo que dure, el día que te diga adiós no te voy a volver a buscar no te voy a llamar, no es todo, si se hacen lazos afectivos pero mientras no pierdas la conciencia de qué eres y quién eres y lo que quieres entonces este es como lo vas plasmando, ósea yo se por ejemplo que los dos forman ese equilibrio de relación que yo quiero y lo distribuyó de hecho las convivencias en horarios diferentes de acuerdo su personalidad de lo que yo quiero. Al formal en el día lo veo de lunes a jueves, y que es reventón es de todo es el viernes en la noche, que para mí el viernes es como mi día. Yo parte de mi situación o las situaciones que tenido emocionales, me di cuenta que uno de mis grandes errores Es que tengo que te dedicas un día para ti, siempre la familia los hijos siempre es como todo y tú te dejas al último, entonces yo decidí derivado de esas experiencias a qué debo de tener un día para mí que me proyectan lo que quiero hacer Y me distraigo voy con mis amigos, voy con mi pareja O algo diferentes cosas pero es lo que yo decida ósea no es preciso que viernes sea forzoso salir pero el viernes es para mí y yo decido que hacer para disfrutar y canalizar esa energía. Pues cuando regularmente veo a mi lado malo, salgo, estoy un rato con él y luego me voy con mis amigas o al revés Veo a mis amigas y ya luego me voy un rato con él porque familia saben Que es un día para mi Y ya los domingos puedo dedicarse los a ellos los viernes son para mi.

Y hablando de familia y amigos ¿alguien sabe que te gusta este estilo de vida?

tengo amigos que saben de hecho si que tengo dos relaciones, son muy contaditos, y trato de no involucrarlos porque cuando involucras a tus amigos con tu pareja entonces cambia. Yo sí trato, trato de ser muy independiente, en cuanto a cuestiones emocionales Con las del relajo y todo eso, Porque a veces cuando tienes esa factura el círculo están pequeño Y tenemos tantos amigos en común que no puedes tienes que ir este, Tienes que romper con algunas personas Y esos más duro no entonces si convivimos o sea si voy con mis amigas y a lo mejor llega y el de 10, 15 minutos y vámonos ósea no es así la hiper relación con los demás si no que marcas líneas, bueno de hecho lo que pasa es que en mi caso por la edad por la situación, Mis relaciones emocionales son diferentes a las de otra edad no o de una persona de otra edad, porque, porque mi visión Ya no es casarme Es tener una pareja no, entonces como yo tengo hijos si lo debo de tener muy al margen por cuestión de respeto cómo Porque ya tiene su papá, Es de respeto para mí es de respeto cada quien su lugar y yo estoy Buscando una pareja para mí y no estoy buscando un papá para mis hijos.

Bueno ¿alguna vez has Hecho hola ser infiel a alguien como manera de castigo?

Si, Lo siento si, Este combinado bueno alguna vez hice berrinche y Me dijo no puedo no, no puedo, no puedo dos tres ocasiones Y yo dije apuesto no puedes yo sí puedo y me fui con alguien quiera conocido para desgracia pero ahí Tuve mucho cargo de conciencia y decidí mejor cortar con mi infidelidad y decidí ya sé cómo está bien te perdono, ya se me pasó el berrinche y ya.

Ok y volviendo a ti ¿cual es tu concepto del cuerpo, Es decir como cómo lo concibes, cómo lo cuidas?

Cuido mi cuerpo por cuestión mía, mientras yo me sienta bien eso es importante, , yo creo que lo que estás buscando son acciones y, y, y, eso como que pasa a mi edad es otro rollo no, a lo mejor no se, fuera mi adolescencia si es algo que te

llama la atención y te canalizará y no ser la más popular, ósea la más buena pero no en mi casa en este momento no, creo que el cuerpo si lo cuido por cuestiones de salud y de visión para mí si a mí me gusta yo lo hago, Pero éste para cuestiones de pareja no es tanto, digo es una herramienta bastante importante pero no es necesario, el click no está en el físico, eso se va volviendo un extra.

Y siguiendo las cuestiones del cuerpo ¿para ti que representa la comida salada?

Obligación. Es como que a fuerzas tienes que comer salado y entonces es como que obligado, es algo obligado el alimento obligado, en cambio el dulce es este el premio, probablemente yo no se lo relaciono con premio, Si comiste bien te toca dulce postre no, entonces la comida dulce para mi es el premio y la salada es a fuerzas.

¿Y el picante para ti que significa?

No lo acostumbro, igual y de antojo digo a bueno poquito no, pero no acostumbro el picante no es un alimento que esté dentro de mi dieta.

¿El sabor amargo, que significa?

No me gusta aunque si la situación se da pruébalo lo pruebo por saber que es y poder decir no más adelante.

¿Y el sabor ácido?

Me gusta la comida agridulce entonces tiene que ir combinado, para mí si te digas tiene que haber una balanza tienen que estar dos cosas para verlo bueno y lo malo, por eso te digo es mi lado bueno y mi lado malo como que debe estar un equilibrio, de hecho las ensaladas me gusta con fruta, Combino lo que no me

gusta que es lo nutritivo lo salado, con lo dulce que es el premio y lo hago agridulce entonces trato de combinar, de complementar, mi visión es complementar.

Bueno y ¿cual es tu construcción otro ideal de belleza por ejemplo tanto mujeres como de hombres?

Que sería ser bello mmm no lo se (risas).

Esos digo una pregunta muy difícil, Que sería la belleza, Es que para mí lo físico no es lo importante aunque aunque no te exime no me gustan los gordos, Pero sí tiene propiedades o si tiene actitudes que están dentro de mi visión de divertirme o sea depende de qué lado te quiera canalizar, no sé si te quiero en mi lado bueno, entonces tienes que ser así muy tierno, muy prudente, delicado, el de me gusta mucho caminar, entonces hacer cosas que me gusten, Y pudiera físico no ser tan importante pero es que la hermosura salgo como Tal vez si lo conociéramos no seríamos infieles, porque tendrías el todo, ósea si tienes el todo no buscas nada afuera. No lo tengo bien definido el concepto de bello, de hermoso, , Cuando el físico no es tan importante pero si contribuyen, contribuye, A lo que soy yo, este, dentro de mi prototipo de hombre ideal, Es que nosotros somos bien extremistas, Yo quiero un Ricky Martin rico guapo que me cante lindo al oído pero esos en la calle no hay, entonces si realmente no lo conozco no conozco lo que es todo.

Y ¿como es el ejercicio de tu sexualidad?

Soy bipolar, soy bipolar soy hormonal soy mujer. Las mujeres somos muy hormonales y dependiendo del ciclo que tengamos al mes es como soy, un día puedo ser la más linda y ser la más y decirte si me hablas al oído, puedo decirte que sea todo, y hay otro día que me aburre tanta miel me empalaga, depende mucho de eso y la sexualidad pues se basa también eso, a qué días sea, qué hora sea, y con quien sea, si es mi lado bueno pues tratas de ponerle lo mas de ti, para anclarlo , Pero tengo mi lado malo y allá soy de lo peor, Con el otro puede estar

haciendo el jacuzzi totalmente y con el otro tradicional, eh, soy hormonal y a las mujeres nadie nos entiende, ni yo me entiendo si o sea es muy difícil te puedo decir soy muy apasionada y si ese día tengo flojera pues hoy de flojera, Necesitan motivarme, necesita yo creo que por eso enfría la pareja y que tanto tienes que dar y que tanto buscas, Adicional porque si tú tengo flojera y tú me vas llevando de la mano y me induces a manera de que después diga quiero estar cuatro horas encerrada influye mucho en mi pareja, Pero si no se vuelve apático.

¿Tienes alguna creencia religiosa?

Creo en un dios aunque no tengo una religión, así como del cada ocho días a misa, obviamente vengo de la familia católica y es sobre lo que trato de mantenerme aunque sé que no llevo mis mandamientos al 1000%, Si vengo de la familia católica, trato de mantenerme y eso sí creo firmemente en Dios, aunque pues mi situación de vida y educación, creo un karma, creo en un destino, y creo que es recíproco entonces lo compaginas lo que estudias con la creencia, hay va de la mano.

¿Más o menos tienes alguna idea de hasta qué punto vas a llevar este estilo de vida?

El de ser una promiscua (risas) más o menos hasta que el cuerpo me lo permita (risas) la que no es puta no disfruta, es que cuando estaba con una sola pareja me di cuenta de que no era tan bueno y no estaba tan divertido no estaba siendo tan chido como ahora es, entonces cambia mucho, cuál es mi proyecto, disfrutar, si algo aprendí o algo quiero es disfrutar, vivir porque gente que no vive, a mi me gusta vivir y obvio como todos soy mamá y quiero ver a mis hijos grandes, quiero que estudien quiero que tengan una calidad de vida buena, quiero tener un estatus económico bueno, tengo lados buenos, y tengo tan lados malos. soy muy promiscua pero con conciencia, o que yo te decía pero tengo que ser consciente de sí voy a tener dos relaciones no puedes revolver, no puedes tener errores,

tienes que tener esa firmeza en tratar de hacer el menos daño posible, Yo no involucran mis hijos, puede ser muy fácil aunque es tiempo dedicación, yo si algo he aprendido es que mientras no haya evidencias no hay delito que perseguir, pero es lo que cuidas.

Por último ¿para ti que es el respeto?

¡Ay! es muy difícil, que es el respeto tratar de, No hacer daño, tratar de, este no sé es que yo soy muy irrespetuosa entonces no se, sólo tratar de no hacer daño, o sea te podría decir respetando lo que nos gusta, pero el respeto mantenerte, como que con los gustos otra persona y no metiéndote tanto en qué, en no hacer daño y, y de entender, porque yo digo a mi me gusta que me respeten, pero a qué te refieres, a bueno pues me gusta que si yo digo no, sea no, entonces a lo mejor otro día me dices ¿porque no? entonces ya te doy mi razón de porque no, es que parte del respeto es mantenerte a la par y no importunar, si.

Ok pues eso seria todo, muchas gracias por la entrevista.

Anexo 3

